

Запорізький національний університет  
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України

## ЖУРНАЛ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Науковий журнал

**Випуск 1 (32), 2024**



Видавничий дім  
«Гельветика»  
2024

*Рекомендовано до друку  
вченою радою Запорізького національного університету  
протокол № 8 від 27.02.2024 р.*

**Головний редактор:**

**Шевченко Н.Ф.**, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Запорізького національного університету

**Редакційна колегія:**

**Александров Д.О.**, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри соціальної роботи Київського національного університету імені Тараса Шевченка (м. Київ, Україна)

**Аршава І.Ф.**, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри музикознавства, композиції та творчої майстерності Дніпровської академії музики (м. Дніпро, Україна)

**Горбань Г.О.**, доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психології Запорізького національного університету (м. Запоріжжя, Україна)

**Де Карло Алессандро**, доктор філософії з психології Університету LUMSA у Римі (Італія)

**Даль Корсо Лаура**, доктор філософії з психології, доцент з організаційної психології та психології праці, факультета філософії, соціології, освітньої та прикладної психології Університету Падови (Італія)

**Дорожжкін В.Р.**, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна» (м. Київ, Україна)

**Зазимко О.В.**, кандидат психологічних наук, доцент, провідний науковий співробітник лабораторії когнітивної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

**Клопота Є.А.**, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри педагогіки та психології освітньої діяльності Запорізького національного університету (м. Запоріжжя, Україна)

**Кононенко О.І.**, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри соціальної психології Одеського національного університету імені І.І. Мечникова (м. Одеса, Україна)

**Мельничук Т.І.**, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії організаційної та соціальної психології Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

**Паламарчук О.М.**, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології та соціальної роботи Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна)

**Ронгінська Т.І.**, доктор психологічних наук, директор Інституту психології Зеленогурського університету (Польща)

**Санніков О.І.**, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри теорії та методики практичної психології Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського (м. Одеса, Україна)

**Сняданко І.І.**, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри теоретичної та практичної психології Національного університету «Львівська політехніка» (м. Львів, Україна)

**Ткалич М.Г.**, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Запорізького національного університету (м. Запоріжжя, Україна)

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення StrikePlagiarism.com від польської компанії Plagiat.pl.

*На підставі Наказу Міністерства освіти і науки України № 886 від 02.07.2020 р. (додаток 4) журнал включено до Переліку наукових фахових видань України категорії «Б» у галузі психологічних наук (053 – Психологія).*

*До жовтня 2022 р. журнал виходив під назвою «Проблеми сучасної психології». У зв'язку зі зміною назви журналу було внесено відповідні зміни до Переліку наукових фахових видань України на підставі Наказу МОН України від 10.10.2022 № 894 (додаток 2).*

*Журнал індексується у Index Copernicus, Academic Resource Index, Eurasian Scientific Journal Index, World Catalogue of Scientific Journals, Journal Index.*

*Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації  
КВ № 25212-15152ПП від 28.12.2021 р.*

**Zaporizhzhia National University**  
**G.S. Kostiuk Institute of Psychology at the National Academy of Pedagogical Science of Ukraine**

# **JOURNAL OF MODERN PSYCHOLOGY**

Scientific journal

**Issue 1 (32), 2024**



Publishing House  
"Helvetica"  
2024

DOI “Journal of modern psychology”  
DOI № 1(32), 2024

<https://doi.org/10.26661/2310-4368>  
<https://doi.org/10.26661/2310-4368/2024-1>

*Board of Zaporizhzhia National University  
(protocol № 2, 27.02.2024)*

**Editor-in-Chief:**

**N. Shevchenko**, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor at the Department of Psychology, Zaporizhzhia National University

**Editorial board:**

**D. Aleksandrov**, Doctor of Psychology, Professor, Department of Social Work, Taras Shevchenko National University of Kyiv  
**I. Arshava**, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor at the Department of Musicology, Composition and Creativity, Dnipro Academy of Music

**A. De Carlo**, Ph.D. in Psychology, LUMSA University of Roma (Italy)

**L. Dal Corso**, Ph.D. in Psychology, Associate Professor of Work and Organizational Psychology, Department of Philosophy, Sociology, Education and Applied Psychology, University of Padova (Italy)

**V. Dorozhkin**, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Psychology, Open International University of Human Development “Ukraine”

**G. Gorban**, Doctor of Psychological Sciences, professor of the Department of Psychology, Zaporizhzhia National University

**Ye. Klopota**, Doctor of Psychological Sciences, professor of the Department of Pedagogy and Psychology of Educational Activity, Zaporizhzhia National University

**O. Kononenko**, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Social Psychology, Mechnikov Odesa National University

**T. Melnychuk**, Candidate of Psychological Sciences, Senior Researcher at the Laboratory of Organizational and Social Psychology, G.S. Kostyuk Institute of Psychology NAPS of Ukraine

**O. Palamarchuk**, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Psychology and Social Work, Vinnitsa State Pedagogical University named after Mikhail Kotsyubynsky

**T. Ronginska**, Doctor of psychology, Director of the Institute of Psychology, The University of Zielona Góra (Poland)

**A. Sannikov**, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Theory and Methodology of Practical Psychology, Ushinsky South Ukrainian National Pedagogical University

**I. Snyadanko**, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Theoretical and Practical Psychology, Lviv Polytechnic National University

**M. Tkalych**, Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor at the Department of Psychology, Zaporizhzhia National University

**O. Zazymko**, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Leading Researcher in the Laboratory of Cognitive Psychology, the G.S. Kostyuk Institute of Psychology NAPS of Ukraine

The articles were checked for plagiarism using the software StrikePlagiarism.com developed by the Polish company Plagiat.pl.

*Based on the Order of the Ministry of Education and Science of Ukraine № 886 dated 02.07.2020 (Appendix 4), the journal is included in the List of scientific professional publications of Ukraine category “B” in the field of psychological sciences (053 – Psychology).*

*Before October 2022, the journal was named “Problems of modern psychology”. Due to the change of the journal’s name, the List of scientific professional journals of Ukraine was amended according to the Decree of MES No. 894 (Annex 2) dated October 10, 2022.*

*The journal is indexed in scientometric databases: Index Copernicus (Poland), Academic Resource Index, Eurasian Scientific Journal Index, World Catalog of Scientific Journals, Journal Index.*

*Certificate of state registration of the printed source of mass media  
KB № 25212-15152IIP of 28.12.2021.*

ISSN 2310-4368 (Print)  
ISSN 2524-2458 (Online)

© Zaporizhzhia National University, 2024

## ЗМІСТ

<b>Аврамчук О. С.</b> <i>СТРАТЕГІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО УНИКНЕННЯ ОСІБ, ЯКІ ЗДІЙСНЮЮТЬ ВОЛОНТЕРСЬКУ ДІЯЛЬНІСТЬ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ</i> .....	7
<b>Бугерко Я. М.</b> <i>ВПЛИВ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ НА ПРОФЕСІЙНИЙ РОЗВИТОК ФАХІВЦІВ СОЦІОГУМАНІТАРНОГО ПРОФІЛЮ</i> .....	15
<b>Горбань Г. О.</b> <i>ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДЕФІНІЦІЙ ФЕНОМЕНУ «ЛІДЕРСЬКИЙ ПОТЕНЦІАЛ» ОСОБИСТОСТІ</i> .....	23
<b>Грандт В. В.</b> <i>ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ОСОБИСТОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ</i> .....	35
<b>Гречаник М. І.</b> <i>ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ ЛГБТІК+ ЛЮДЕЙ</i> .....	44
<b>Діденко М. С.</b> <i>АФІРМАТИВНИЙ ПІДХІД У КОНСУЛЬТУВАННІ ЛГБТ+ ПІДЛІТКІВ: УКРАЇНСЬКИЙ КОНТЕКСТ</i> .....	53
<b>Дорожкін В. Р., Лазоренко Б. П.</b> <i>ПОСТТРАВМАТИЧНІ СТРЕСОВІ СТАНИ ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПРАЦІВНИЦЬ ОСВІТИ ПРИФРОНТОВИХ ТА ДЕОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ В УМОВАХ ВІЙНИ</i> .....	61
<b>Железнякова Ю. В., Залановська Л. І.</b> <i>ФЕНОМЕНОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД ЯК ОСНОВА ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПІЇ</i> .....	70
<b>Литовченко В. П.</b> <i>ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ПАЦІЄНТІВ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ: МЕТОДИЧНІ ПРИЙОМИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ЛІКАРІВ-СТОМАТОЛОГІВ</i> .....	79
<b>Найдюнов М. І., Григоровська Л. В., Найдюнова Л. А.</b> <i>СТАВЛЕННЯ ДО МЕДІА ЯК СКЛАДНИК ЯКОСТІ ЖИТТЯ В МЕДІАТЕХНОЛОГІЗОВАНОМУ СОЦІУМІ: РЕФЛЕКСИВНИЙ АНАЛІЗ</i> .....	88
<b>Петровська І. Р., Партико А. З.</b> <i>СТРУКТУРНА МОДЕЛЬ ОРГАНІЗАЦІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ</i> .....	99
<b>Чайка Г. В.</b> <i>ВПЛИВ ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ НА БАЗОВІ ПРИПУЩЕННЯ ОСОБИСТОСТІ</i> .....	108
<b>Шевченко Н. Ф., Бойко Ю. О.</b> <i>ЧИННИКИ ВИБОРУ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ ГОСТРОГО СТРЕСУ УЧАСНИКАМИ БОЙОВИХ ДІЙ</i> .....	115
<b>Шиліна Н. Є.</b> <i>КОНФЛІКТИ В УМОВАХ РОБОЧОГО СЕРЕДОВИЩА: ПРОБЛЕМА РЕЗИЛЬСНТНОСТІ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ</i> .....	125

## CONTENTS

<b>Avramchuk O. S.</b>	<i>STRATEGIES OF PSYCHOLOGICAL AVOIDANCE OF PERSONS PERFORMING VOLUNTEER ACTIVITIES UNDER WARTIME CONDITIONS</i> .....	7
<b>Buherko J. M.</b>	<i>IMPACT OF VALUES ORIENTATIONS ON PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF SOCIO-HUMANITARIAN SPECIALISTS</i> .....	15
<b>Gorban G. O.</b>	<i>THEORETICAL ANALYSIS OF DEFINITIONS OF THE PHENOMENON “LEADERSHIP POTENTIAL” OF PERSONALITY</i> .....	23
<b>Hrandt V. V.</b>	<i>EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A FACTOR OF POST-TRAUMATIC GROWTH IN ADOLESCENCE</i> .....	35
<b>Hrechanyk M. I.</b>	<i>FEATURES OF PSYCHOLOGICAL COUNSELLING LGBTIQ+ PEOPLE</i> .....	44
<b>Didenko M. S.</b>	<i>AFFIRMATIVE APPROACH IN COUNSELING LGBT+ TEENAGERS: UKRAINIAN CONTEXT</i> .....	53
<b>Dorozhkin V. R., Lazorenko B. P.</b>	<i>POST-TRAUMATIC STRESS STATES AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF EDUCATIONAL EMPLOYEES IN FRONT-LINE AND DE-OCCUPIED TERRITORIES IN WAR CONDITIONS</i> .....	61
<b>Zhelezniakova Yu. V., Zalanovska L. I.</b>	<i>PHENOMENOLOGICAL APPROACH AS THE BASIS OF GESTALT THERAPY</i> .....	70
<b>Lytovchenko V. P.</b>	<i>PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PATIENTS WITH HEARING DISORDER: METHODS AND RECOMMENDATIONS FOR DENTISTS</i> .....	79
<b>Naydonov M. I., Hryhorovska L. V., Naydonova L. A.</b>	<i>ATTITUDE TO THE MEDIA AS A COMPONENT OF THE QUALITY OF LIFE IN A MEDIATECHNOLOGIZED SOCIETY: REFLECTIVE ANALYSIS</i> .....	88
<b>Petrovska I. R., Partyko A. Z.</b>	<i>STRUCTURAL MODEL OF ORGANIZATIONAL IDENTITY</i> .....	99
<b>Chaika G. V.</b>	<i>THE INFLUENCE OF MILITARY AGGRESSION ON AN INDIVIDUAL’S FUNDAMENTAL ASSUMPTIONS</i> .....	108
<b>Shevchenko N. F., Boiko Y. O.</b>	<i>THE FACTORS OF CHOOSING COPING STRATEGIES TO OVERCOME ACUTE STRESS BY COMBATANTS</i> .....	115
<b>Shylyna N. Ye.</b>	<i>CONFLICTS IN THE WORKPLACE: THE PROBLEM OF RESILIENCE OF ACADEMIC STAFF</i> .....	125

## СТРАТЕГІЇ ПСИХОЛОГІЧНОГО УНИКНЕННЯ ОСІБ, ЯКІ ЗДІЙСНЮЮТЬ ВОЛОНТЕРСЬКУ ДІЯЛЬНІСТЬ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

**Аврамчук О. С.**

*кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри клінічної психології  
Український Католицький Університет  
вул. Свенціцького, 17, Львів, Україна  
[orcid.org/0000-0001-8512-7817](https://orcid.org/0000-0001-8512-7817)  
[avramchuk.md@ucu.edu.ua](mailto:avramchuk.md@ucu.edu.ua)*

**Ключові слова:** *стрес,  
тривожні стани,  
травматичний досвід,  
ПТСР, стратегії опанування,  
психологічна гнучкість.*

Стаття розглядає психологічні особливості волонтерської діяльності й акцентує увагу на психоемоційних наслідках волонтерської діяльності під час війни в Україні, вказуючи на підвищені рівні психоемоційного дистресу та порушення адаптації. Зазначається, що стратегії уникнення, які вказуються як одні зі стратегій опанування дистресу та впливу травматичного досвіду, можуть забезпечувати тимчасове полегшення, проте у довгостроковій перспективі можуть впливати на вразливість до проблем із психічним здоров'ям. Мета дослідження полягає у визначенні ролі використання стратегій психологічного уникнення волонтерами, які здійснюють волонтерську діяльність як основну робочу і соціальну активність, надаючи психоемоційну допомогу та супровід людям, які постраждали від війни, як цивільним, так і ветеранам бойових дій. Результати свідчать про високі рівні схильності до тривалого переживання тривоги та суб'єктивної оцінки сприйнятого стресу серед волонтерів, що особливо в умовах надзвичайних обставин може вказувати на їхню вразливість до проблем із психічним здоров'ям. Помірні кореляційні зв'язки вказують на тісний зв'язок між емоційним станом волонтерів, рівнем стресу та характером їхньої роботи в умовах воєнного конфлікту. Продемонстровано вплив емоційного уникнення на психоемоційний дистрес волонтерів, підкреслюючи, що це може впливати на їхню адаптацію до життєвих обставин. Механізми емоційного уникнення можуть виявлятися в контексті труднощів, пов'язаних з виконанням домашніх обов'язків та відмовою або запереченням особистого дозвілля як «не на часі». Зменшення концентрації, мотивації та енергії, які можуть виникнути як реакція на неуспішні спроби уникати вирішення побутових проблем, поруч з цим фокусуючись на волонтерській діяльності як на більш контрольованому способі опанування чи раціоналізації внутрішніх конфліктів та емоційних труднощів. Соціальна депривація та віддаленість від звичних соціальних обов'язків та стосунків можуть також виступати як механізми уникнення. Волонтери, занурені в інтенсивну волонтерську діяльність, можуть відчувати важкість у встановленні та підтриманні особистих стосунків, оскільки це може вимагати додаткових зусиль, а часом і невизначеності.

## STRATEGIES OF PSYCHOLOGICAL AVOIDANCE OF PERSONS PERFORMING VOLUNTEER ACTIVITIES UNDER WARTIME CONDITIONS

**Avramchuk O. S.**

*PhD (Psychol.),*

*Associate Professor at the Department of Clinical Psychology*

*Ukrainian Catholic University*

*Sventsitsky str., 17, Lviv, Ukraine*

*orcid.org/0000-0001-8512-7817*

*avramchuk.md@ucu.edu.ua*

**Key words:** *stress, anxiety, traumatic experience, PTSD, coping strategies, resilience.*

The article examines the psychological features of volunteering. It emphasizes the psycho-emotional consequences of volunteering during the war in Ukraine, pointing to increased levels of psycho-emotional distress and adjustment disorders. It is noted that avoidance strategies, which are indicated as one of the strategies for coping with the distress and impact of the traumatic experience, may provide temporary relief but, in the long term, may affect the vulnerability to mental health problems. The purpose of the study is to determine the role of the use of psychological avoidance strategies by volunteers who perform volunteer activities as the main work and social activity, providing psycho-emotional assistance and support to people affected by war, both civilians and veterans. The results indicate high levels of propensity for chronic anxiety and subjective ratings of perceived stress among volunteers, which, especially in emergencies, may show their vulnerability to mental health problems. Moderate correlations indicate a close connection between volunteers' emotional state, stress level, and the nature of their work in wartime conditions. The impact of emotional avoidance on psycho-emotional distress of volunteers has been demonstrated, emphasizing that it can affect their adaptation to life circumstances. Emotional avoidance mechanisms can manifest in the context of difficulties associated with the fulfillment of household duties and refusal or denial of personal leisure as "not on time". Decreased concentration, motivation, and energy may occur in response to unsuccessful attempts to avoid solving everyday problems while focusing on volunteering as a more controlled way to manage or rationalize internal conflicts and emotional difficulties. Social deprivation and distance from usual social responsibilities and relationships can also act as avoidance mechanisms. Volunteers immersed in intensive volunteering may find it challenging to establish and maintain personal relationships, as this may require additional effort and, at times, uncertainty.

**Постановка проблеми.** В умовах війни частина цивільного населення вибрала шлях волонтерської громадської діяльності. Дослідження підкреслюють важливу роль волонтерства в реагуванні та відновленні під час надзвичайних ситуацій та катастроф: порятунк (евакуація) постраждалих, медичне та психологічне реагування, прибирання сміття та матеріально-технічна підтримка тощо [1]. Варто зазначити, що волонтерська діяльність може бути самостійним варіантом опанування тривоги та способом справитися з особистими переживаннями, а позитивні соціальні результати волонтерства, своєю чергою, модерують позитивні зміни для здоров'я та психологічного благополуччя [2].

У перші місяці повномасштабного вторгнення кількість осіб, залучених до волонтерської діяльності, суттєво зросла, що зумовило нестачу часу на підготовку волонтерів до роботи в умовах надзвичайних обставин. Досвід різних країн демонструє, що «спонтанні» (офіційний термін «Spontaneous or unaffiliated volunteers»), що позначає осіб, які самообілізуються для дій під час або після надзвичайної ситуації, включно із залученням до надання психосоціальної допомоги, без спеціалізованої підготовки) волонтери є звичним явищем, проте брак досвіду й належної підготовки робить їх вразливими до різного роду проблем у процесі волонтерської діяльності [3]. Зокрема, «спонтанні добровольці», які слухають та реагу-



ють на травматичні події, можуть бути вразливі до стресу, емоційного вигорання та інших психічних викликів.

Здебільшого волонтери не перебувають у ситуаціях, що загрожують життю. Насамперед це може бути обґрунтовано тим, що багато волонтерів, зайнятих психосоціальною допомогою, не безпосередньо беруть участь у рятувальних операціях під час надзвичайних подій. Їхня робота, імовірно, спрямована на надання соціальної, емоційної та психологічної підтримки, що менше пов'язано з фізичним ризиком для їхнього життя. Проте згідно з доповненнями DSM-5 та розширенням концепції травми вказується, що повідомлення про травматичну подію як фактор, що може спричинити симптоми, подібні до безпосередньої травматизації. Це може вказувати на те, що волонтери, які слухають досвід постраждалих, можуть самі відчути вплив травматичного матеріалу на свою психічну стійкість, хоча вони, можливо, не стикаються з фізичним ризиком. У відповідь на емоційний досвід постраждалих вони можуть відчувати емоційне й когнітивне перевантаження, що може виходити за межі їхніх звичних стратегій копію, що так само може спричинити почуття особистої відповідальності за результат допомоги, високий рівень стресу та викликати психологічний і фізичний дискомфорт [4; 5].

Дослідження психоемоційних наслідків волонтерської діяльності під час війни в Україні, опубліковане А. Chudzicka-Czupara з колегами, зазначає: «... українські волонтери повідомили про значно вищі показники збудження та уникнення (йдеться про кластери симптомів ПТСР – прим. автора), депресії, тривоги та стресу, зосередженості на проблемі, зосередженості на емоціях та копію-стратегії уникнення, а також загальні показники стійкості та психологічного капіталу» [6]. Ми визнаємо, що стратегії опанування через уникнення та інші варіанти захисної поведінки можуть приносити тимчасове полегшення дискомфорту, що асоціюється з травматичним досвідом, проте в довгостроковій перспективі можуть стати модифікуючим фактором вразливості до проблем із психічним здоров'ям [7; 8].

За останні кілька років з'являється все більше україномовних публікацій, які демонструють теоретичне переосмислення волонтерства в реаліях України та зазначають виклики для практичної діяльності, що також доповнює актуальність нашого дослідження [9].

**Мета статті.** Дослідження спрямоване на визначення рівня та характеру використання психологічного уникнення волонтерами під час їхньої діяльності в умовах воєнного стану.

**Результати дослідження.** На завершальному етапі вибірку становили 207 осіб, які здійсню-

ють волонтерську діяльність як основну робочу і соціальну активність, надаючи психоемоційну допомогу та супровід людей, які постраждали від війни, як цивільним, так і ветеранам бойових дій. Середній вік 40,8 (10,32) року, 66% поміж досліджуваної групи – жінки. 39 учасників вказали, що раніше зверталися за психологічною допомогою, і з них 30 учасників зверталися додатково до психіатра з метою призначення лікування тривожних чи депресивних станів від початку повномасштабного вторгнення. На момент опитування всі учасники не відвідували психологічних інтервенцій та не приймали медикаментозної підтримки. Учасники надали інформовану згоду перед анонімним заповненням анкети із серією опитувальників.

З метою досягнення поставлених цілей ми використали такі методики та інструменти:

– Penn State Worry Questionnaire (PSWQ; Meyer, Miller, Metzger, & Borkovec, 1990): психодіагностичний інструмент, який вимірює рівень хронічного хвилювання (занепокоєння) під впливом тривожних думок [10]. У контексті нашого дослідження PSWQ може бути використаний для визначення, наскільки інтенсивно волонтери, які працюють в умовах воєнного стану, переживають тривогу чи стурбованість, пов'язану зі своєю діяльністю. The Perceived Stress Scale (PSS-10; Cohen, Kamarch, & Mermelstein, 1983) було використано з метою оцінки суб'єктивного рівня стресу, що відображає наскільки непередбачуваним, неконтрольованим і перевантаженим учасники вважають своє життя [11]. Вимірювання цих аспектів може допомогти оцінити ступінь психологічного дискомфорту, який волонтери можуть відчувати через постійне переживання тривоги та невпевненості в умовах конфлікту.

– Acceptance and Action Questionnaire II (AAQ-II; Bond et al., 2011): вимірює рівень прийняття та готовності до дії під впливом негативних думок та емоцій [12]. У волонтерів, які працюють в умовах воєнного стану, AAQ може допомогти визначити, наскільки вони відкриті для прийняття негативних думок та чи вони готові приймати ефективні дії для розв'язання повсякденних проблем. The Cognitive Avoidance Questionnaire (CAQ; Sexton, Dugas, 2008) оцінює п'ять стратегій когнітивного уникнення, пов'язаних із занепокоєнням, що включають відволікання, уникнення загрозливих подразників, придушення думок, заміна думок і перетворення образів уяви на думки [13]. Вимірювання цих аспектів може бути корисним для оцінки рівня психологічної гнучкості та адаптивності волонтерів у важких обставинах.

– З метою оцінки рівнів психоемоційного дистресу ми використали методику The Work and Social Adjustment Scale (WSAS; Mundt, Marks, et al., 2002), субшкали якої оцінюють суб'єктивну

психічну стійкість до дистресу в різних сферах життя [14]. Субшкала 1 (далі – WSAS: 1) оцінює труднощі, що погіршують спроможність виконувати робочі завдання і працездатність на роботі; субшкала 2 (далі – WSAS: 2) – труднощі, що погіршують спроможність виконувати обов’язки у побутових справах; субшкала 3 (далі – WSAS: 3) – труднощі, що не дають змогу отримувати задоволення чи брати участь у соціальному дозвіллі з іншими людьми; субшкала 4 (WSAS: 4) – труднощі, що не дозволяють отримувати задоволення в часі для особистого дозвілля і субшкала 5 (WSAS: 5) – труднощі, що не дозволяють отримувати задоволення або почуватися залученими до підтримки близьких стосунків з іншими людьми. Під час надання інструкції ми акцентували увагу, щоб респонденти оцінювали дистрес психічного стану та емоційного благополуччя через їхню участь у волонтерській діяльності в умовах воєнного конфлікту як аспектів робочої та соціальної залученості.

У таблиці 1 представлені описові дані з досліджуваної вибірки, проведені двічі. Опитування здійснювалося в лютому-березні 2023 року та у вересні-жовтні 2023 року (з опрацювання результатів були виключені люди, які пройшли опитування лише один раз). Попри певні зміни показників, порівняльний аналіз не продемонстрував статистично значущих відмінностей. Слід зазначити, що рівень за школою PSWQ в межах 52–65 балів, що може засвідчувати, що представники досліджуваної групи загалом відчують чи відзначають дискомфорт, що супроводжується тривалою тривогою й занепокоєнням, і може потребувати лікування чи іншого психологічного супроводу. Також отримані дані підкреслюють підвищені показники сприйнятого стресу, які для вікової категорії 25–44 роки коливаються в межах 16,38–17,46.

Ми усвідомлюємо, що для умов воєнного стану та особливостей волонтерської діяльності підви-

щені показники суб’єктивного сприйняття стресу є прийнятними, водночас це може вказувати на вразливість цієї групи населення до поширених проблем із психічним здоров’ям.

Серія послідовних регресійних аналізів (див. табл. 2) продемонструвала, що емоційне уникнення має найбільший вплив на психоемоційний дистрес волонтерів. Це може підтверджувати гіпотезу, що намагання уникнути чи зменшити інтенсивність неприємних емоцій та думок, пов’язаних із волонтерською роботою у військовому середовищі чи в умовах воєнного стану, впливає на рівень психоемоційного дистресу та адаптації до життєвих обставин. Усі показники продемонстрували великий розмір ефекту Cohen’s  $f > 0,35$ , що засвідчує не випадковий характер варіативності.

Емоційне уникнення (або уникнення емоційного досвіду переживань) часто виявляється як стратегія вирішення проблем, коли особа намагається уникнути чи приховати неприємні емоції та думки. Емоційне уникнення є одним із типових аспектів реагування на травматичний досвід і може бути фактором вразливості до формування ПТСР або інших коморбідних порушень у майбутньому [15–18]. У волонтерській роботі, де зустрічі з особами з травматичним досвідом можуть викликати сильні емоції, емоційне уникнення може призвести до відсутності вирішення проблем та збереження емоційного тягаря. Уникнення вираження емоцій та негативних думок може призвести до зростання психоемоційного дистресу, оскільки не проявлені та не опрацьовані емоції у відповідь на емоційний стан тих, ким опікуються, можуть впливати на психічний стан та відносини волонтера з оточуючими. Волонтери, які систематично використовують стратегію емоційного уникнення, можуть відчувати емоційне вигорання, втому та виснаження ресурсів, що необхідні для надання психоемоційної підтримки іншим. Це також може призвести до втрати емпатії та зменшення соціальної прив’язаності.

Таблиця 1

### Порівняльний аналіз стратегій уникнення та вираженості психоемоційного дистресу

	лютий-березень 2023		вересень-жовтень 2023	
	Mean	SD	Mean	SD
CAO	67,72	19,77	68,57	18,21
PSWQ	52,01	11,37	55,58	10,72
AAQ-II	34,75	12,60	35,10	12,48
PSS-10	23,22	6,27	23,64	6,20
WSAS: 1	6,18	2,02	5,94	1,98
WSAS: 2	6,00	2,16	5,89	2,27
WSAS: 3	6,22	2,21	6,08	2,18
WSAS: 4	6,08	2,25	6,01	2,21
WSAS: 5	5,51	2,13	5,24	2,08

Таблиця 2

**Вплив уникнення на психоемоційний дистрес волонтерів, чия діяльність відбувається в умовах воєнного стану**

	Предиктори	R <sup>2</sup>	F Change	df1	df2	Sig. F Change	Cohen's f
WSAS: 1	AAQ-II	0,597	58,025	1	205	0,000	0,52
WSAS: 2	AAQ-II	0,535	42,117	1	205	0,000	0,44
WSAS: 3	AAQ-II	0,533	41,686	1	204	0,016	0,44
	PSWQ						
WSAS: 4	AAQ-II	0,554	46,477	1	205	0,000	0,47
WSAS: 5	AAQ-II	0,586	54,962	1	205	0,000	0,51

ності, що може негативно впливати на якість психоемоційної підтримки. Волонтер, який постає перед труднощами в розумінні психологічних аспектів наслідків війни, може уникати активного пошуку нової інформації або розглядати ситуацію з іншого ригідного погляду. Замість того, щоб аналізувати складні аспекти воєнного стану, волонтер може відхиляти думки, які викликають неприємні емоції, та вибирає «замороження» певних аспектів соціальної ситуації у своєму сприйнятті. Надалі це може слугувати основою для формування непродуктивних упереджень, з якими також асоціюються депресивні стани та ускладнення процесу опрацювання травматичного досвіду.

Значущість внеску загального занепокоєння та тривоги за шкалою PSWQ в дисперсію показника дистресу у соціальній взаємодії може вказувати на порушені аспекти емоційного регулювання та соціальної адаптації.

Відсутність інших показників у регресійній моделі може свідчити про специфічні аспекти волонтерської роботи в умовах війни. Однак це також вказує на те, що фактори, які не враховані в цьому дослідженні, також можуть грати роль у

порушенні адаптації до життєвих обставин і сприяти емоційному вигоранню волонтерів.

Водночас варто зазначити, що кореляційні зв'язки між стратегіями уникнення та психоемоційним дискомфортом через перебування у стресових умовах вказує на помірні асоціації з дистресом у повсякденній та робочій діяльності (табл. 3).

Кореляційні асоціації зі схильністю до тривалого переживання тривоги можуть свідчити про те, що волонтери можуть довго утримувати стан тривоги після зіткнення з травматичними або важкими ситуаціями, що може впливати на їхню психічну стійкість та загальний емоційний стан. Поруч із цим кореляція із суб'єктивною оцінкою сприйнятого стресу дозволяє врахувати особистий досвід волонтерів у контексті воєнного конфлікту. Високі показники сприйнятого стресу можуть свідчити про те, що волонтери відчувають значний тиск і важкість ситуацій, з якими вони стикаються у своїй діяльності.

Надалі ми вирішили виокремити дистрес, що відчувають люди в робочій діяльності та під час соціальної взаємодії, оскільки волонтерська діяльність досліджуваної групи безпосередньо стосувалася опіки й підтримки людей, які постраждали

Таблиця 3

**Кореляційні зв'язки між стратегіями уникнення та психоемоційним дистресом у повсякденній та робочій діяльності\***

	CAQ	PSWQ	AAQ-II	PSS-10	WSAS: 1	WSAS: 2	WSAS: 3	WSAS: 4	WSAS: 5
CAQ	1,000								
PSWQ	0,314	1,000							
AAQ-II	0,663	0,651	1,000						
PSS-10	0,573	0,447	0,648	1,000					
WSAS: 1	0,464	0,331	0,597	0,448	1,000				
WSAS: 2	0,425	0,344	0,535	0,404	0,789	1,000			
WSAS: 3	0,443	0,508	0,533	0,397	0,716	0,728	1,000		
WSAS: 4	0,439	0,393	0,554	0,410	0,808	0,844	0,729	1,000	
WSAS: 5	0,456	0,369	0,586	0,431	0,632	0,707	0,651	0,723	1,000

\*усі показники статистично значущі при  $p < 0,01$

під час бойових дій або внаслідок повітряних атак по інфраструктурі міст.

Незважаючи на високі коефіцієнти детермінації розмір ефекту Cohen's  $f < 0,25$ , що засвідчує малий вплив або випадковий характер варіативності. Поява додаткових предикторів впливала на дисперсію показника, а внесок зокрема когнітивних стратегій уникнення невеликий ( $\beta = 1,84$  та  $1,56$  відповідно).

Усвідомлюючи висловлені обмеження аналізу, на нашу думку, варто приділити увагу тому, що труднощі, які впливають на спроможність виконувати обов'язки в побутових справах (як організація часу, розподіл побутових обов'язків, труднощі з управлінням сімейним бюджетом та інші аспекти), та труднощі в особистому дозвіллі (виключаючи втрату задоволення або інший дискомфорт під час відпочинку та розваг,

Таблиця 4

**Вплив уникнення на психоемоційний дистрес волонтерів, чия діяльність відбувається в умовах воєнного стану (доповнена)**

	Предиктори	R <sup>2</sup>	F Change	df1	df2	Sig. F Change	Cohen's f
<b>WSAS: 1</b>	AAQ-II	0,852	8,193	1	102	0,005	0,19
	WSAS: 2						
	WSAS: 4						
	CAQ						
<b>WSAS: 3</b>	AAQ-II	0,778	7,107	1	102	0,009	0,17
	PSWQ						
	WSAS: 5						
	CAQ						

що були ресурсними раніше), можуть впливати на загальний стан емоційного благополуччя, працездатність та загальну готовність до виконання робочих завдань. Якщо особа має проблеми в цих сферах, це може призвести до зниження концентрації, мотивації та енергії, що своєю чергою може погіршити її працездатність та здатність виконувати робочі завдання. Такі труднощі можуть створювати загрозу загальному функціонуванню та психосоціальному благополуччю, сприяючи емоційному вигоранню. Водночас волонтери можуть уникати вирішення побутових проблем або відкладати їх вирішення, фокусуючись на волонтерській діяльності як на засобі уникнення внутрішніх конфліктів та емоційних труднощів, тим самим підсилюючи вразливість до загострень та ускладнення наявних проблем із психічним здоров'ям у майбутньому.

Поруч із цим дистрес у соціальному дозвіллі з іншими людьми виявився тісно пов'язаний із проблемами в підтриманні безпечних та ресурсних стосунків із близькими людьми. Емоційне виснаження та перенавантаження через високий обсяг роботи та особливості надання психоемоційної допомоги та супроводу людей, які постраждали від війни. Це може призводити до виснаження ресурсів і зменшення здатності зберігати емоційну стабільність. Також це може зумовлювати відчутні труднощі у встановленні та підтриманні міжособистісних зв'язків поза робочим оточенням. Переживання втрати, соціальна депривація

та віддаленість від звичних соціальних обов'язків можуть впливати на якість особистісних стосунків та призводити до появи додаткового дистресу. Волонтери, чия волонтерська діяльність стосується важливих соціальних та емоційних аспектів, можуть стикатися з викликом забезпечення балансу між своєю соціально важливою роботою і особистим життям з іншими значущими людьми, такими як партнери, діти чи батьки.

**Висновки.** Дослідження вразливості волонтерів до проблем із психічним здоров'ям у часи війни виокремлює необхідність уваги до психосоціальної підтримки та заходів для збереження психічного здоров'я цієї важливої групи людей, яка вносить вагомий внесок у відновлення та підтримку громади в умовах надзвичайних ситуацій.

Результати дослідження вказують на критичну роль емоційного уникнення у формуванні психоемоційного дистресу між волонтерів, особливо в умовах воєнного конфлікту. На практичному рівні це може вказувати на необхідність розвитку програм навчання та підтримки, які спрямовані на ефективні стратегії копінгу та роботу з емоційною підтримкою осіб, які залучені до волонтерства в умовах надзвичайних подій. Ініціативи, спрямовані на розвиток навичок управління стресом, психологічної гнучкості та підтримки волонтерів у важких ситуаціях, можуть допомогти запобігти вигоранню та забезпечити психологічну стійкість. Додатково такий висновок може впливати на політику рекрутингу волонтерів та врахування їхньої

психологічної готовності до роботи в екстремальних умовах. Забезпечення волонтерів ефективними засобами для подолання емоційного уникнення може визначити успішність їхнього внеску та збереження психічного здоров'я в умовах воєнного стану.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Yükseler M., Yazgan J. Spontaneous Volunteers in Emergencies and Disasters. *Natural Hazards – New Insights* / ed. by Mokhtari, M. *IntechOpen*, 2023. <https://doi.org/10.5772/intechopen.109330>.
2. Nichol B., Wilson R., Rodrigues A., Haighton C. Exploring the Effects of Volunteering on the Social, Mental, and Physical Health and Well-being of Volunteers: An Umbrella Review. *Voluntas: International journal of voluntary and nonprofit organizations*. 2023. Т. 24, № 3. <https://doi.org/10.1007/s11266-023-00573-z>
3. Sauer L.M., Catlett C., Tosatto R., Kirsch T.D. The utility of and risks associated with the use of spontaneous volunteers in disaster response: a survey. *Disaster Med Public Health Prep*. 2014. Т. 8, № 1. С. 65–69. <https://doi.org/10.1017/dmp.2014.12>.
4. Chen H.Y., Ahmad Ch.A., Abdullah Kh.L. The impact of serving in disaster relief among volunteers in Malaysia. *Chinese Journal of Traumatology*. 2021. Т. 24, № 4. С. 237–248. <https://doi.org/10.1016/j.cjtee.2021.04.002>.
5. Willems R., Drossaert C., Vuijk P., Bohlmeijer E. Impact of Crisis Line Volunteering on Mental Wellbeing and the Associated Factors: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Т. 17, № 5. e1641. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051641>.
6. Chudzicka-Czupala A., Chiang S.K., Tan C.M. et al. Association between mental health, psychological characteristics, and motivational functions of volunteerism among Polish and Ukrainian volunteers during the Russo-Ukrainian War. *Sci Rep*. 2023. Т.13. e20725. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-47840-z>.
7. Аврамчук О. Роль впливу соціального уникнення та дистанціювання на схильність до тривожних розладів у період пандемії COVID-19. *Психосоматична медицина та загальна практика*. 2021. Т. 6, № 4. e0604338. <https://doi.org/10.26766/pmgp.v6i4.338>.
8. Avramchuk O., Plevachuk O., Suvalo O. Social avoidance as a pathogenetic link between social anxiety disorder and post-traumatic experience: the review. *Proceeding of the Shevchenko Scientific Society. Medical Sciences*. 2022. Т. 66, № 1. <https://doi.org/10.25040/ntsh2022.01.10>.
9. Chudzicka-Czupala A., Hapon N. Соціально-психологічні аспекти дослідження волонтерства: мотивація та організаційні очікування волонтерів. *Габітус*. 2023. Т. 47. С. 171–175. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.47.30>.
10. Meyer T.J., Miller M.L., Metzger R.L., Borkovec T.D. Development and validation of the Penn State Worry Questionnaire. *Biheviour Research and Therapy*. 1990. Т. 8. С. 487–495.
11. Cohen S., Kamarck T., Mermelstein R. A global measure of perceived stress. *J Health Soc Behav*. 1998. Т. 24, № 4. С. 385–96. PMID: 6668417.
12. Bond F.W., Hayes S.C., Baer R.A., Carpenter K.M., Guenole N., Orcutt H.K., Waltz T., Zettle R.D. Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: a revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior therapy*. 2011. Т. 42, № 4. С. 676–688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>.
13. Sexton K.A., Dugas M.J. The Cognitive Avoidance Questionnaire: validation of the English translation. *Journal of anxiety disorders*. 2008. Т. 22, № 3. С. 355–370. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.04.005>.
14. Mundt J.C., Marks I.M., Shear M.K., Greist J.H. The Work and Social Adjustment Scale: a simple measure of impairment in functioning. *The British journal of psychiatry: the journal of mental science*. 2002. Т. 180. С. 461–464. <https://doi.org/10.1192/bjp.180.5.461>.
15. Tull M.T., Hahn K.S., Evans Sh.D., Salters-Pedneault K., Gratz K.L. Examining the role of emotional avoidance in the relationship between Posttraumatic Stress Disorder symptom severity and worry. *Cognitive Behaviour Therapy*. 2010. Т. 40, № 1. С. 5–14. <https://doi.org/10.1080/16506073.2010.515187>.
16. Leonard K.A., Ellis R.A., Orcutt, H.K. Experiential avoidance as a mediator in the relationship between shame and posttraumatic stress disorder: The effect of gender. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*. 2020. Т. 12, № 6. С. 651–658. <https://doi.org/10.1037/tra0000601>.
17. Forbes C.N., Tull M.T., Xie H. et al. Emotional avoidance and social support interact to predict depression symptom severity one year after traumatic exposure. *Psychiatry Research*. 2020. Т. 284. e112746. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112746>.
18. Miethe S., Wigger J., Wartemann A. et al. Posttraumatic Stress Symptoms and its Association with Rumination, Thought Suppression and Experiential Avoidance: a Systematic Review and Meta-Analysis. *J Psychopathol Behav Assess*. 2023. Т.45. С. 480–495. <https://doi.org/10.1007/s10862-023-10022-2>.

## REFERENCES

1. Yükseler, M., & Yazgan, J. (2023). Spontaneous Volunteers in Emergencies and Disasters. *IntechOpen*. <https://doi.org/10.5772/intechopen.109330>.
2. Nichol, B., Wilson, R., Rodrigues, A., & Haighton, C. (2023). Exploring the Effects of Volunteering on the Social, Mental, and Physical Health and Well-being of Volunteers: An Umbrella Review. *Voluntas: International journal of voluntary and nonprofit organizations*, 1–32. <https://doi.org/10.1007/s11266-023-00573-z>.
3. Sauer, L.M., Catlett, C., Tosatto, R., Kirsch, T.D. (2014). The utility of and risks associated with the use of spontaneous volunteers in disaster response: a survey. *Disaster Med Public Health Prep*. 8(1). 65–69. <https://doi.org/10.1017/dmp.2014.12>.
4. Chen, H.Y., Ahmad, Ch.A., Abdullah, Kh.L. (2021). The impact of serving in disaster relief among volunteers in Malaysia. *Chinese Journal of Traumatology*, 24(4), 237–248. <https://doi.org/10.1016/j.cjtee.2021.04.002>.
5. Willems, R., Drossaert, C., Vuijk, P., Bohlmeijer, E. (2020). Impact of Crisis Line Volunteering on Mental Wellbeing and the Associated Factors: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 17(5). e1641. <https://doi.org/10.3390/ijerph17051641>.
6. Chudzicka-Czupala, A., Chiang, SK., Tan, C.M. et al. (2023). Association between mental health, psychological characteristics, and motivational functions of volunteerism among Polish and Ukrainian volunteers during the Russo-Ukrainian War. *Sci Rep* 13, e20725. <https://doi.org/10.1038/s41598-023-47840-z>.
7. Avramchuk, O. (2021). Rol vplyvu sotsialnoho unyknennia ta dystantsiuvannia na skhylnist do tryvozhnykh rozladiv u period pandemii COVID-19 [The role of the influence of social avoidance and distancing on susceptibility to anxiety disorders during the COVID-19 pandemic]. *Psychosomatic Medicine and General Practice*, 6(4): e0604338. <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/338> [in Ukrainian].
8. Avramchuk, O., Plevachuk, O., & Suvalo, O. (2022). Social avoidance as a pathogenetic link between social anxiety disorder and post-traumatic experience: the review. *Proceeding of the Shevchenko Scientific Society. Medical Sciences*, 66(1). <https://doi.org/10.25040/ntsh2022.01.10>.
9. Chudzicka-Czupala, A., & Hapon, N. (2023). Sotsialno-psykholohichni aspekty doslidzhennia volonterstva: motyvatsiia ta orhanizatsiini ochikuvannia volonteriv [Social and psychological aspects of volunteering research: motivation and organizational expectations of volunteers]. *Habitus*. 47. 171–175. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.47.30> [in Ukrainian].
10. Meyer, T.J., Miller, M.L., Metzger, R.L., & Borkovec, T.D. (1990). Development and validation of the Penn State Worry Questionnaire. *Behaviour Research and Therapy*, 8, 487–495.
11. Cohen, S., Kamarck, T., Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *J Health Soc Behav*. 24(4), 385–96. PMID: 6668417.
12. Bond, F.W., Hayes, S.C., Baer, R.A., Carpenter, K.M., Guenole, N., Orcutt, H.K., Waltz, T., & Zettle, R.D. (2011). Preliminary psychometric properties of the Acceptance and Action Questionnaire-II: a revised measure of psychological inflexibility and experiential avoidance. *Behavior therapy*, 42(4), 676–688. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2011.03.007>.
13. Sexton, K.A., & Dugas, M.J. (2008). The Cognitive Avoidance Questionnaire: validation of the English translation. *Journal of anxiety disorders*, 22(3), 355–370. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2007.04.005>.
14. Mundt, J.C., Marks, I.M., Shear, M.K., & Greist, J.H. (2002). The Work and Social Adjustment Scale: a simple measure of impairment in functioning. *The British journal of psychiatry: the journal of mental science*, 180, 461–464. <https://doi.org/10.1192/bjp.180.5.461>.
15. Tull, M., Hahn K.S., Evans, Sh.D., Salters-Pedneault, K. & Gratz, K. L. (2011). Examining the role of emotional avoidance in the relationship between Posttraumatic Stress Disorder symptom severity and worry. *Cognitive Behaviour Therapy*, 40:1, 5–14, <https://doi.org/10.1080/16506073.2010.515187>.
16. Leonard, K.A., Ellis, R.A., & Orcutt, H.K. (2020). Experiential avoidance as a mediator in the relationship between shame and posttraumatic stress disorder: The effect of gender. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(6), 651–658. <https://doi.org/10.1037/tra0000601>.
17. Forbes, C.N., Tull, M.T., Xie, H. et al. (2020). Emotional avoidance and social support interact to predict depression symptom severity one year after traumatic exposure. *Psychiatry Research*, 284, 112746, <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112746>.
18. Miethe, S., Wigger, J., Wartemann, A. et al. (2023). Posttraumatic Stress Symptoms and its Association with Rumination, Thought Suppression and Experiential Avoidance: a Systematic Review and Meta-Analysis. *J Psychopathol Behav Assess*, 45, 480–495. <https://doi.org/10.1007/s10862-023-10022-2>.

## ВПЛИВ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ НА ПРОФЕСІЙНИЙ РОЗВИТОК ФАХІВЦІВ СОЦІОГУМАНІТАРНОГО ПРОФІЛЮ

**Бугерко Я. М.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології та соціальної роботи  
Західноукраїнський національний університет  
вул. Львівська, 11, Тернопіль, Україна  
[orcid.org/0000-0002-9138-5350](https://orcid.org/0000-0002-9138-5350)  
[buherko.jm@gmail.com](mailto:buherko.jm@gmail.com)*

### **Ключові слова:**

*професіоналізація, ціннісно-сміслові орієнтації, сенсожиттєві цінності, психодуховний розвиток, особистісна рефлексивність, ціннісно-сміслові самовизначення, професійна ідентифікація.*

У статті здійснено аналіз мотиваційно-ціннісних факторів, які впливають на готовність майбутніх психологів до професійної діяльності. Показано, що ціннісно-смістова сфера є провідною формоутворюючою структурою особистості, вона утворює динамічну функціональну систему, формує цілі і смисли життєдіяльності людини, регулює способи їх досягнення. Мотиваційно-ціннісні фактори тісно пов'язані із смисложиттєвими цінностями, а тому визначають ціннісне ставлення до майбутньої професії. У процесі здобуття спеціальності у закладі вищої освіти мотиваційна сфера студентів трансформується під впливом внутрішніх (особистісних) змін та соціокультурного середовища ЗВО, яке не лише визначає особистісне та професійне зростання майбутнього фахівця, а і сприяє формуванню його смисложиттєвої сфери, ціннісно визначеної професійної спрямованості. Результати обстежень показали, що існують істотні відмінності у сенсоцільових орієнтаціях студентів молодших (перших, других) та старших (третьох, четвертих) курсів навчання. У старшокурсників система життєвих сенсів більш гармонізована, наявний менший діапазон крайніх значень. Категорію провідних життєвих смислів у студентів молодших курсів становлять екзистенційні та комунікативні сенси, у старшокурсників – самореалізаційні та сімейні. Аналіз смисложиттєвих орієнтацій студентів засвідчив, що хоча для більшості студентів характерний середній рівень їх сформованості, в першокурсників недостатньо мірою присутня значуща мета, спроможність брати на себе відповідальність за її реалізацію, а неузгодженість власної системи життєвих цілей та планів негативно впливає на формування мотиваційної готовності до майбутньої професійної діяльності. Для підвищення ефективності процесу особистісного та професійного самовизначення студентів-першокурсників розроблена програма розвивальних занять «Життєва навігація», яка сприяє структуруванню ціннісних і смисложиттєвих орієнтацій студентів, формуванню їхньої мотиваційної готовності та ціннісного ставлення до майбутньої професії. Результатом проведеної роботи стало зростання ціннісно-сміслового самовизначення студентів та активізація процесів їхньої професійної ідентичності.

## IMPACT OF VALUES ORIENTATIONS ON PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF SOCIO-HUMANITARIAN SPECIALISTS

**Buherko J. M.**

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,  
Associate Professor at the Department of Psychology and Social Work  
West Ukrainian National University  
Lvivska str., 11, Ternopil, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-9138-5350  
buherko.jm@gmail.com*

**Key words:** *professionalization, value-meaning orientations, life meanings, psychospiritual development, personal reflexivity, value-meaning self-determination, professional identification.*

The article provides an analysis of motivational-value factors that influence the readiness of future psychologists for professional activity. It is demonstrated that the value-meaning sphere is the leading formative structure of personality; it constitutes a dynamic functional system, shapes the goals and meanings of a person's life activity, and regulates the ways of their achievement. Motivational-value factors are closely linked to life values and, consequently, determine the value attitude towards the future profession. While acquiring a specialty at a higher education institution (HEI), the motivational sphere of students transforms under the influence of internal (personal) changes and the socio-cultural environment of the HEI. This environment not only shapes the personal and professional growth of the future specialist but also contributes to the formation of their value-oriented professional direction within the meaning-making sphere. The survey results have shown significant differences in sense-goal orientations between students of lower (first, second) and upper (third, fourth) courses of study. In senior university (or college) students, the system of life meanings is more harmonized, with a smaller range of extreme values present. In junior course students, the leading life meanings category consists of existential and communicative senses, while in senior course students, it includes self-actualization and familial senses. Analysis of the meaning-life orientations of students revealed that although an average level of their formation is characteristic for the majority of students, first-year students lack a significant purpose to a considerable extent, the ability to take responsibility for its realization, and inconsistency in their system of life goals and plans negatively affects the formation of motivational readiness for future professional activity. To enhance the effectiveness of the personal and professional self-determination process among first-year students, a program of developmental sessions called «Life Navigation» has been developed. This program facilitates the structuring of students' value and meaning-making orientations, fosters their motivational readiness, and cultivates a value-oriented approach toward future professional activity. The outcome of the conducted work resulted in an increase in the value-meaning self-determination of students and the activation of processes related to their professional identity.

**Постановка проблеми.** Життєдіяльність сучасної молоді людини здійснюється в умовах, які постійно змінюються. Соціально-економічні потрясіння призвели до того, що звичні взірці поведінки, традиційні норми і цінності, які регулювали діяльність людини, перестали сприйматися молоддю як значимі орієнтири. Студентство – це особливий етап розвитку особистості, на якому здійснюється вибір та реалізація подальшого життєвого шляху. У випадку, коли колишні

норми і правила здаються застарілими, а нові еталони, які відповідають сучасним реаліям життя, ще не вироблені, у молодих людей може виникати відчуття розгубленості, невпевненості в завтрашньому дні, відсутності перспектив. Отже, особливої актуальності набуває вивчення сенсожиттєвих орієнтацій у студентів, які виступають як опори, що допомагають впоратися зі складними життєвими ситуаціями та є ресурсним потенціалом саморозвитку молоді студентського віку.



Проблема ціннісних та сенсожиттєвих орієнтацій особистості розкривається в низці наукових праць як українських (І.Д. Бех [1], М.В. Савчин [11], Т.М. Титаренко [5], В.О. Татенко [5], А.А. Фурман [13; 14], О.Є. Фурман [15], ін.), так і закордонних (А. Маслоу [20], В. Франкл [7], М. Рокіч [21], Ш. Шварц [22], ін.) учених, котрі визначили сутність поняття «цінність», структуру сенсожиттєвих орієнтацій особистості, їх змістове наповнення і особливості прояву у представників різних професій. Українські психологи З.С. Карпенко [6], Н.І. Пов'якель [9], Н.В. Чепелева [17], Н.Ф. Шевченко [19], В.М. Ямницький [8] вказують на наявність безпосереднього зв'язку цінностей із потребо-мотиваційними, когнітивними, вольовими, емоційними процесами та на їх рефлексивну і регулятивну функції. Ж.П. Вірна, досліджуючи особливості мотиваційно-сислової регуляції особистості майбутнього фахівця, обґрунтувала необхідність врахування її життєво-стильового концепту, що дозволяє аналізувати мотиваційно-сислову діяльність фахівця як багатофункціональне явище, котре поєднує у єдину цілісність свідомість людини та її діяльність [3]. Ґрунтовне теоретичне та методологічне обґрунтування смислбуттєвої та сенсожиттєвої сфери особистості здійснив український дослідник А.А. Фурман, який розглядає її як систему «свідомісних організованостей життєактивності, що впорядковує її інтенційні та потенційні запити» [13, с. 165]. Однак не вирішеною залишається проблема розгляду ціннісних і сенсожиттєвих орієнтацій як динамічної проєкції смисложиттєвих концепцій особистості на конкретні умови її повсякденного життя та вплив процесу професіоналізації у ЗВО на їх розвиток.

**Мета статті** – виявлення психологічних особливостей впливу ціннісних та сенсожиттєвих орієнтацій студентської молоді на формування її мотиваційної готовності до професійної діяльності (на прикладі майбутніх психологів). **Завдання** дослідження полягає у тому, щоб здійснити аналіз мотиваційно-ціннісних факторів, які впливають на готовність майбутніх психологів до професійної діяльності, розглянути сенсосмисловий розвиток особистості як рамкову умову самовдосконалення людини, зробити психологічний аналіз взаємозв'язку ціннісного зорієнтування та мотиваційної готовності до професійної діяльності майбутніх психологів.

Результати дослідження. Питання сенсу, сенсожиттєвих цінностей особистості складне і неоднозначне. У середині ХХ ст. ця проблема стала однією із центральних в екзистенційній та позитивній психології. Водночас варто відзначити певні труднощі в однозначності трактувань цього терміна. Так, дослідники акцентують увагу на

різних аспектах сенсу життя, визначаючи його, наприклад, через наявність життєвих цілей, відчуття повноти життя, залучення до особистісно значущих видів діяльності [4; 7; 19; 20]. На сьогодні відсутня чітка концептуалізація категорії сенсу життя. Це пов'язано з тим, що, по-перше, в радянський період вивчення смислів та сенсів життя людини практично не проводилося, дослідження духовного світу особистості обмежувалося, як правило, дослідженням ціннісних орієнтацій різних соціальних груп. Другий аспект полягає в неправильному вживанні понять, в одних випадках ототожненні, в інших – заміною одного іншим. До того ж для різних наук питання про сенс життя звучить по-різному: для філософії це питання про сенс буття людини, для психології – про досвід пошуку, набуття та переживання сенсу в житті особистості, для соціології – розуміння та способи реалізації сенсу життя особистістю. Відповідно, філософія використовує поняття «сенс життя» (або «сенс буття»), психологія з явним успіхом – «смисложиттєві/сенсожиттєві орієнтації», а в окремих соціологічних пошукуваннях застосовують поняття «смисложиттєва концепція» особистості.

Звертаючись до досліджень С.Б. Кримського, А.А. Фурман звертає увагу на те, що хоча «смысл» і «сeнc» є синонімічними поняттями, однак мають істотні відмінності: смысли відповідають певним значеннєвим конструктам і «упредметнюються в досягненні стратегічних цілей-перспектив життєреалізування людини», тоді як сенсам характерний «індивідуалістичний характер суб'єктивної оцінки довколишньої дійсності» [13, с. 175]. Отже, вони є для людини особистісно вартісними. Дослідник використовує поняття *смисложиттєвої сфери* як такого особистісного конструкту, який «утримує і смислосферу буття і сенсосферу життя у їх сукупному синергійному поєднанні» [13, с. 175]. За допомогою своїх сенсів людина сприймає і розуміє безмежність та важливість відносин зі світом, а завдяки смыслам вона відчуває свою приналежність до соціального співтовариства. При цьому сенси можуть бути розглянуті як динамічна, ситуативно змінювана структура свідомості, тоді як загальнолюдські смысли є стійкими, вічними, не залежними від зовнішніх обставин.

Українська дослідниця проф. З.С. Карпенко, досліджуючи особливості аксіогенезу особистості, виділила *засоби* психологічного розвитку *ціннісно-сислової сфери* людини, виходячи з авторської теорії інтегрального суб'єкта. Відповідно, вони розташувалися таким чином: на рівні відносного суб'єкта – це наслідування, емоційне зараження, навіювання, на рівні моносуб'єкта – ідентифікація, на рівні полісуб'єкта – каузальна

атрибуція, рефлексія, на рівні метасуб'єкта – емпатія, на рівні абсолютного суб'єкта – медитація [6, с. 236].

Ще одним важливим поняттям смислової сфери людини є *осмисленість життя*, яка визначається як наявність мети, переживання онтологічної значущості життя і є нагальною потребою людини. Виділяють три етапи процесу осмислення: усвідомлення, прийняття, самоконтроль. Саме усвідомленість життя є ключовим показником наявності сенсу життя. Вона дозволяє більш ясно й адекватно формувати життєву позицію, ефективніше вирішувати міжособистісні та внутрішні конфлікти, планувати своє майбутнє, оцінювати та переоцінювати минуле, а також повною мірою орієнтуватися у сьогоденні [2, с. 62].

Не менш важливою є властивість *трансцендентності* сенсу, емансипованості його від внутрішнього та зовнішнього. Так, засновник логотерапії В. Франкл розглядає пошук сенсу життя як *вроджену інтенцію*, пошук якої може здійснюватися у форматі діяльності, переживання цінності та страждання. При цьому людина вільна стосовно спадковості, потягів і середовища. Сенс кожної людини унікальний і ситуативний, у процесі життя він змінюється. На питання про сенс життя людина відповідає своїми справами, рішеннями, вчинками [12; 19].

Український психолог А.А. Фурман вказує на *рамкові умови* існування людини у довколишньому світі, які вона сама визначає «через свою персонально-унікальну, відеальнену концепцію смисложиттєвого самоздійснення» [13, с. 178]. Науковець зазначає, що можна говорити про упредметнення смислів/снів людини у певний цілісний конструкт – її *смисложиттєву сферу* як сукупність «матеріальних і духовних домагань, що підпорядковуються системі цінностей і ідеалів, значущих для людини в контексті конкретного ситуаційного екзистенціювання» [13, с. 178].

Період навчання у ЗВО є сензитивним для формування багатьох особистісних структур, зокрема, ціннісних та смисложиттєвих орієнтацій, світогляду, стійких професійних орієнтацій та ін. Саме в цей час особистість виходить на нові грані осмислення світу, активно засвоює соціальні змісти (соціальні ролі та норми), у неї відбувається інтенсивне становлення системоформуючих цінностей, навколо яких конструюється ціннісно-нормативна система майбутньої професійної діяльності.

Фахова робота психолога пов'язана зі здійсненням складних та відповідальних завдань, які потребують високого рівня знань та практичного досвіду. Її успішне здійснення неможливе без наявності внутрішньої мотивації та готовності до роботи. Мотиваційна сфера особистості утво-

рена як ситуативними мотиваційними утвореннями, які безпосередньо спричиняють та регулюють діяльність, так і надситуативними стійкими утвореннями, котрі виявляються в різних сферах життєдіяльності людини та визначають спрямованість особистості, мотиваційні орієнтації та смислові установки [10].

Мотиваційно-ціннісні фактори тісно пов'язані зі смисложиттєвими цінностями та визначають характер професійної діяльності психолога, а тому і мотиваційно-ціннісне ставлення до професії. Під час аналізу мотиваційно-ціннісних факторів, що впливають на професійну готовність та соціальну активність майбутніх фахівців-психологів, важливо враховувати поєднання компонентів соціальної спрямованості, просоціальної діяльності, уміння протистояти труднощам (адаптованість та оптимальний рівень опірності), усвідомлення власних мотивів та можливих мотивів майбутніх клієнтів, ініціативність, креативність тощо [16].

Аналіз наукової літератури показав, що ціннісно-смислова сфера є провідною формуючою структурою особистості. Вона утворює динамічну функціональну систему, формує цілі і смисли життєдіяльності людини, регулює способи їх досягнення [7; 18]. В особистісному світі людини сенси і смисли організуються цілісно, холистично, водночас спостерігається різний рівень вияву їх у щоденній буденній діяльності людини і самі вони мають різний пріоритет для людини (зумовлений як впливом її соціального середовища, так і певними індивідуальними властивостями та особливостями її розвитку і формування).

Будуючи своє дослідження, ми засадничою основою взяли модель професійної готовності до діяльності психолога-практика, створену українським психологом проф. А.А. Фурманом [14, с. 123], що дозволила виділити такі складники вивчення сенсожиттєвого зреалізування особистості майбутнього фахівця: особистісну спрямованість майбутнього фахівця (зокрема, сенсоцілові орієнтації студентів), процеси психодуховного розвитку, вивчення життєвих цілей та професійної ідентичності, аналіз саморефлексії поведінкових і фахових дій.

Основною гіпотезою було припущення, що у процесі здобуття спеціальності у закладі вищої освіти мотиваційна сфера студентів трансформується під впливом внутрішніх (особистісних) змін та соціокультурного середовища ЗВО, яке не лише визначає особистісне та професійне зростання майбутнього фахівця, а і сприяє формуванню його смисложиттєвої сфери, ціннісно визначеної професійної спрямованості.

Вивчення сенсоцілових орієнтацій студентів проводилося за методикою Котлякова «Система

життєвих смислів» [4, с. 465–467]. Результати обстежень показали, що наявні істотні відмінності у сенсоцільових орієнтаціях студентів молодших (перших і других) курсів та студентів старших (третьої, четвертої) курсів навчання. У старшокурсників система життєвих сенсів більш гармонізована, наявний менший діапазон крайніх значень. Провідними у студентів першого та другого курсів є екзистенційні та комунікативні сенси. Це засвідчує, що для них надзвичайно важливою потребою є цінність проживання життя, відчуття свободи вибору, любов у всіх її проявах (*екзистенційний життєвий сенс*) та потреба спілкуватися з іншими, відчуття потрібності та залученості у співдіяльність із знайомими та близькими людьми (*комунікативний життєвий сенс*).

У категорію найменш значимих життєвих сенсів у студентів потрапили когнітивні та, як це не парадоксально, альтруїстичні сенси. Отже, потреба пізнання життя, пошук особистісного сенсу, усвідомлення причини суперечливості внутрішнього світу власної особистості (*когнітивний життєвий сенс*) та потреба безкорисливо допомагати іншим людям, робити добро, служити спільному благу, нехтуючи власною вигодою (*альтруїстичний життєвий сенс*), перебувають на периферії ціннісного світогляду майбутніх психологів.

Процеси психодуховного розвитку студентів тісно пов'язані із їх сенсожиттєвими орієнтаціями, котрі, своєю чергою, формуються завдяки ціннісно-смісловим орієнтаціям, що визначають цілі, регулюють поведінку і пов'язують особистість із соціумом. Результати визначень сенсожиттєвих орієнтацій (за адаптованою версією тесту PIL «Мета в житті» (Purpose-in-LifeTest) Леонарда Махоліка та Джеймса Крамбо) показали, що більшість студентів (60%–62,3%) мають середній рівень сформованості смисложиттєвих орієнтацій за трьома шкалами: ціль у житті, процес життя (емоційна насиченість життя), результативність життя (задоволеність власною самореалізацією). Це означає, що у них є досить висока потреба в досягненнях, прагнення до одержання відчутних результатів у різних видах діяльності. Зазначеному сприяє і сам характер освітньої діяльності, тому з віком у студентів спостерігається збільшення зазначеного показника.

Водночас проведення методики показало, що найнижчі показники у студентів має шкала локус-Я (відчуття себе розпорядником власного життя). Майже половина (45,7%) обстежених, в основному старшокурсників, вважають себе самодостатньою незалежною особистістю, здатною будувати своє життя відповідно до власних цілей, завдань і уявлень, а їхня інтернальність прямо співвідноситься із високим рівнем відпові-

дальності за все, що відбувається у їхньому житті. Однак значній частині, особливо першокурсникам, характерні уявлення про себе як про нездатних контролювати події власного життя. У них недостатня віра у власні сили та можливості, у здатність керувати власним життям, часто переважає переконаність у тому, що життя невідвладне свідомому контролю і немає сенсу щось загадувати чи планувати на майбутнє.

Аналогічні результати одержані і у разі визначення професійної рефлексії та професійної ідентичності, котрі є важливими засадничими умовами професійного становлення майбутнього фахівця під час навчання у ЗВО. Майже третина студентів I–II курсів має недостатній і низький рівні розвитку особистісної рефлексії (за опитувальником «Визначення індивідуального виразу рівня рефлексивності» А.В. Карпова). Починаючи з III курсу спостерігається інтенсифікація розвитку рефлексивних умінь, що пов'язано, вочевидь, із поглибленням професійної складової частини навчальної діяльності студентів, коли відбувається усвідомлення специфіки професійної психологічної діяльності, виникають перші професійні труднощі, які формують потребу в отриманні нових знань та ще не освоєних професійних дій, закладається самооцінка професійних навичок. Загалом, у студентів 1-го та 2-го курсів спостерігається середньо-низький рівень розвитку рефлексивності, а на 3-му та 4-му курсах відбувається інтенсивне зростання рефлексії та її розвиток досягає середньо-високого рівня.

З урахуванням одержаних результатів було розроблено тренінгово-розвивальну програму «Життєва навігація». Під час розробки програми ми керувалися засадами екзистенційно-гуманістичного підходу, який аналізує людину з погляду її цінностей, життєвих цілей, відповідальності, гідності, свободи, готовності до самовизначення та самоздійснення.

Результати обстеження показали, що особливу увагу розвитку сенсожиттєвих орієнтацій варто приділити саме студентам-першокурсникам, оскільки у процесі адаптації до навчання у закладі вищої освіти вони відчувають багато проблем, зокрема негативні переживання, які пов'язані з недостатньою визначеністю мотивації вибору професії, психологічною неготовністю до неї; відсутність навичок психологічного саморегулювання власної поведінки та діяльності та ін. Студенту-першокурснику на етапі адаптації часом важко усвідомлено приймати рішення та втілювати їх у життя. За час навчання він повинен визначитись, знайти свій життєвий шлях, що веде до професійного успіху. Саме у цьому віці перед юнаками та дівчатами постає необхідність прийняття низки важливих рішень, вирішення

життєво важливих проблем в умовах дефіциту життєвого досвіду. Тому заняття були спрямовані на вирішення проблемних питань ціннісно-смиислового самовизначення студентів.

Важливим моментом занять була особлива і детально спланована та реалізована рефлексивна діяльність студентів, яка сприяє розвитку у них здатності розпізнавати проблеми в професійній діяльності. Це, своєю чергою, визначає розвиток рефлексивних умінь, які є основним складником професійної рефлексії. У ході навчання у студентів формується вміння аналізувати та оцінювати власні стратегії та дії, відбувається робота з екзистенційними смислами та цінностями, проводиться діагностика власних професійно важливих якостей і властивостей. Все це спрямоване на зміну наявного у першокурсників образу професійної діяльності, зазвичай не структурованого, не реалістичного, значною мірою ідеалізованого та сприяє розвитку ідентифікації себе з представниками вибраної професії. Створене рефлексивне освітнє середовище допомагає студентам усвідомлювати проблемні навчальні ситуації, проводити пошук їх розв'язання, будувати власні перспективні моделі життя, котрі ґрунтуються на усвідомлених цінностях та смислах. Внутрішнє рефлексивне протиріччя ставить студента в такі умови, коли він усвідомлює, що моральний вибір йому прийдеється робити самостійно протягом усього життя, не перекладаючи відповідальність на інших. Бесіди зі студентами після закінчення навчальної програми показали тенденцію до переміщення точки опори морального вчинку всередину себе, що в підсумку призводить до внутрішнього звільнення, зростання мотиваційної готовності до майбутньої професійної діяльності та самореалізації.

Зазначене підтвердили і результати обстежень після завершення програми, зокрема відбулося зростання показників рівня сформованості сенсожиттєвих орієнтацій у студентів-першокурсників та, що найголовніше, це призвело і до вищих показників професійної ідентичності. Так, на 8,6% зріс показник сформованої професійної ідентичності (за методикою статусу професійної ідентичності студентів А.А. Азбель, А.Г. Грецової), водночас зменшилась кількість студентів із неви-

значеною (на 3,2%) та кризовою («мораторій») ідентичністю (на 5,4%). Тому зазначене підтверджує те, що особистість здатна до професійного саморозвитку, коли вона усвідомлює свої ціннісні засади, а її знання набувають особистісного сенсу. Це означає, що освіта, окрім набуття професійних умінь та навичок, повинна допомогти майбутньому фахівцю знайти ті унікальні смисли, до яких він прийде своїм неповторним шляхом.

Проведене дослідження смисложиттєвих орієнтацій студентів I–IV курсів та динаміки їх розвитку у процесі навчання у ЗВО показує резервні можливості підвищення ефективності особистісного та професійного самовизначення сучасних молодих людей, їх здатності структурувати свої відносини зі світом та підпорядкувати свою життєдіяльність стійкій структурі цих відносин на протигагу миттєвим імпульсам та зовнішнім стимулам.

**Висновки.** У сучасних умовах зміни освітньої парадигми важливим напрямом професійної підготовки є формування ціннісних засад та мотиваційно-смиислового ставлення до професійної діяльності майбутніх фахівців. Навчання у ЗВО сприяє формуванню ціннісно-смиислової сфери студентів, інтеграції їхньої професійної спрямованості до структури особистості. Мотиваційно-ціннісні фактори тісно пов'язані зі смисложиттєвими цінностями та визначають характер професійної діяльності психолога, його внутрішнє ставлення до свого фаху, усвідомлене включення у визначену систему норм, вимог і ціннісних орієнтацій професії. Результати проведеного дослідження вказали на необхідність цілеспрямованої роботи з розвитку смисложиттєвої сфери особистості студентів, їх ціннісного зорієнтування та мотиваційної готовності до професійної діяльності.

Подальшого дослідження потребує вивчення психологічних механізмів виникнення спрямованості майбутнього фахівця на таке освоєння нормативних і ціннісних вимог професійної праці, котре усуває протиріччя між можливостями людини та вимогами професійної діяльності до неї, між змістом ціннісно-мотиваційної сфери особистості та цінностями, які декларує майбутня професійна діяльність.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Бех І.Д. Особистість на шляху до духовних цінностей : монографія. Київ–Чернівці : «Букрек», 2018. 320 с.
2. Бугерко Я., Банделюк В. Професійне становлення майбутнього фахівця: ціннісно-смислові орієнтири як транспарентний чинник толерантної взаємодії. *Communication as a factor of transparency of social interaction* : monograph. Ек. 2022, Р. 55–74.
3. Вірна Ж. Життєво-стильовий концепт мотиваційно-смиислової регуляції: професійна методологія і практика. *Психологія і суспільство*. 2009. № 4. С. 192–193.
4. Грінцова О.М. Психологія проектування життєвого шляху особистістю юнацького віку : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Нац. пед. ун-т ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2018. 562 с.



8. Lytvynenko, S., Yamnitskyi, V. (2020). Formuvannia profesiinoi kompetentnosti maibutnikh psykholohiv: innovatsiini pidkhody [Formation of professional competence of future psychologists: innovative approaches]. *Materialy nauk. konf. (m. Uman, 16 cherv. 2020 r.)*. Uman. 167–169 [in Ukrainian].
9. Poviakel, N.I. (2007). Fenomenolohiia profesiinoho myslennia psykholoha-praktyka u prostori suchasnoi vshchoi osvity [Phenomenology of the professional thinking of a practicing psychologist in the space of modern higher education]. *Nauka i osvita – Science and education*, 4–5, 142–146 [in Ukrainian].
10. Podolianchuk, D.S. (2020). Tsinnisni oriiantatsii studentskoi molodi yak predmet sotsialno-psykholohichnoho doslidzhennia [Value orientations of student youth as a subject of socio-psychological research]. *Habitus – Habitus*. 19, 263–270 [in Ukrainian].
11. Savchyn, M. (2022). Moralna sfera osobystosti ta yii sutnisni vyznachennia [The moral sphere of personality and its essential definitions]. *Psykhologhiia i suspilstvo – Psychology and society*, 1, 149–162 [in Ukrainian].
12. Frankl, V. Dynamika ta tsinnosti [Dynamics and values]. Retrieved from: <http://www.management.com.ua/vision/vis002.html> [in Ukrainian].
13. Furman, A.A. (2017). Psykhologhiia smyslozhyttievoho rozvytku osobystosti [Psychology of meaningful personality development]: monohrafiia. Ternopil: TNEU [in Ukrainian].
14. Furman, A.A. (2012). Tsinnisno-oriiantatsiinyi portret fakhivtsia-psykholoha: vid modeli do indyvidualnykh variantiv [Value orientation portrait of a specialist psychologist: from a model to individual options]. *Psykhologhiia i suspilstvo – Psychology and society*, 1, 118–126 [in Ukrainian].
15. Furman, O. (2023). Uspishnist, uspikh i Ya-kontseptsiiia [Success, success and self-concept]. *Psykhologhiia i suspilstvo – Psychology and society*, 1, 191–198 [in Ukrainian].
16. Chemerynska, D., Karpiak, M. (2022). Vplyv samoostinky na motyvatsiinu hotovnist do profesiinoi diialnosti maibutnikh psykholohiv [The influence of self-esteem on the motivational readiness for professional activity of future psychologists]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Bulletin of the National University of Defense of Ukraine*, 132–138 [in Ukrainian].
17. Chepelieva, N.V. (2021). Strukturno-smyslova model naratyvnoho konstruiuvannia dosvidu v konteksti rozvytku osobystosti [Structural and semantic model of narrative construction of experience in the context of personality development]. *Aktualni problemy psykholohii – Actual problems of psychology*, 2(13), 26–38 [in Ukrainian].
18. Shevchenko, N.F., Derevianchenko, R.V. (2023). Formuvannia tsinnisno-smyslovykh oriiantatsii u maibutnikh pedahohiv u protsesi navchannia [The influence of self-esteem on the motivational readiness for professional activity of future psychologists]. *Psykhologo-pedahohichni koordynaty rozvytku osobystosti*. Poltava, 264–267 [in Ukrainian].
19. García-Alandete, J. (2023). The Place of Religiosity and Spirituality in Frankl's Logotherapy: Distinguishing Salvific and Hygienic Objectives. *J Relig Health*. <https://doi.org/10.1007/s10943-023-01760-4> [in English].
20. Maslow, A. (2020). *Devenir le meilleur de soi-même: Besoins fondamentaux, motivation et personnalité*. Editions Eyrolles.
21. Nersesyan, A.A. (2020). Study of valuable orientations of students through Rokeach test. *համեմատական վերլուծություն Արթուրյանի հ. հ, IV. Արթուրյանի անվան հայՄԻ մագիստրոս*, 8, 125–131 [in English].
22. Schwartz, S., Sagie, G. (2000). Value consensus and importance. A CrossNational Study. *Journal of cross-cultural psychology*. 4(31), 465–497 [in English].

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДЕФІНІЦІЙ ФЕНОМЕНУ «ЛІДЕРСЬКИЙ ПОТЕНЦІАЛ» ОСОБИСТОСТІ

**Горбань Г. О.**

*доктор психологічних наук, доцент,  
професор кафедри психології  
Запорізький національний університет  
вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна  
[orcid.org/0000-0002-7925-8754](https://orcid.org/0000-0002-7925-8754)  
[ggalina.ua@gmail.com](mailto:ggalina.ua@gmail.com)*

**Ключові слова:** *лідерство,  
лідерський потенціал,  
потенціал особистості,  
дефініційний аналіз,  
модель, особистість,  
життєдіяльність.*

Стаття присвячена аналізу результатів теоретичного дослідження дефініцій феномену лідерського потенціалу. Показано, що багатоплановість інтерпретації змісту цього феномену може бути подана у комбінаціях п'яти базових конструктивів. Виокремлено такі компоненти дефініційного аналізу, що його характеризують: 1) описовий; 2) інтегративний; 3) діяльнісний; 4) сугестивний; 5) рольовий. Узагальнення дало можливість визначити лідерський потенціал як системну єдність природних і набутих особистісних якостей, які забезпечують здатність досягнення індивідом необхідного рівня інтеграції компетентностей, відповідальності та цілеспрямованої активності задля провадження ефективного вирішення проблемних ситуацій шляхом встановлення відносин співробітництва з оточенням. Запропоновано трирівневу модель психологічного аналізу цього феномену: психологічний рівень, особистісний рівень, соціально-психологічний рівень. Обґрунтовано, що на психологічному рівні має бути зафіксована наявна потреба особистості у свободі, незалежності та самореалізації, у процесуальному контексті на цьому рівні актуалізується дія щодо визнання актуальної потреби зайняти лідерську позицію. На особистісному рівні потреба оформлюється у суб'єкту вмотивованість шляхом актуалізації природних задатків до лідерства, що організуються під час набуття «твердих» (hard skills) і «гнучких» навичок (soft skills), у процесному плані тут вибудовується послідовність лідерських вчинків щодо вияву ініціативи, яка реалізується завдяки складній інтеграції набутих компетентностей, цінностей, норм та усвідомлення особистістю можливої відповідальності за певні вчинки. Соціально-психологічний рівень характеризує готовність сприяти результативності вирішення проблемностей, яка зумовлена лідерською поведінкою надихати й організувати активність оточення, у процесному плані системно організуються цілеспрямовані дії з вирішення проблемної ситуації в умовах керування комунікацією однодумців. Тут повною мірою виявляється лідерський потенціал з досягнення мети відповідно до ухваленого рішення.

## THEORETICAL ANALYSIS OF DEFINITIONS OF THE PHENOMENON “LEADERSHIP POTENTIAL” OF PERSONALITY

**Gorban G. O.**

*Dr. Sc. in Psychology, Associate Professor,  
Professor at the Department of Psychology  
Zaporizhzhia National University  
Zhukovskoho str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-7925-8754  
ggalina.ua@gmail.com*

**Key words:** *leadership, leadership potential, personal potential, definitional analysis, model, personality, life activity.*

The article analyzes the findings of a theoretical study of the definitions of the phenomenon of leadership potential. It is shown that the multifaceted interpretation of the relevant phenomenon can be presented in combinations of five basic constructs. The following inherent components of the definitional analysis are distinguished: 1) descriptive; 2) integrative; 3) activity; 4) suggestive; 5) role. The generalization made it possible to define leadership potential as a systemic unity of natural and acquired personal qualities that ensure an individual's ability to achieve the necessary level of integration of competencies, responsibility and purposeful activity to effectively solve problem situations by establishing cooperative relations with others. A three-level model of psychological analysis of the phenomenon is proposed: psychological level, personal level, and socio-psychological level. It is substantiated that at the psychological level, the existing need of an individual for freedom, independence and self-realization should be recorded, and in the procedural context, the action to recognize the urgent need to take a leadership position is actualized at the same level. At the personal level, the need is transformed into subjective motivation by actualizing natural inclinations to leadership, which are organized during the acquisition of “hard skills” and “soft” skills; in procedural terms, a sequence of leadership actions is formed to take initiative, which is realized through the complex integration of acquired competencies, values, norms, and the individual's awareness of possible responsibility for certain actions. The socio-psychological level characterizes the readiness to contribute to the effectiveness of problem solving, which is due to leadership behavior to inspire and organize the activity of others; in procedural terms, targeted actions are systematically taken to settle a problem situation in the context of managing the communication of like-minded people. This is where the leadership potential to achieve the goal of the specific decision is fully manifested.

**Постановка проблеми.** Значна частина психологічних досліджень нині присвячена аналізу активності людини, яка стикається з невизначеністю, динамічністю, непередбачуваністю і багатозначністю сучасного світу. Практично кожний момент життя є своєрідним викликом, до якого людина має бути готовою, вона має впоратися з проблемами та здійснитися у власному житті. Така готовність до невизначеності, до плинності та варіативності життєвого простору, на наш погляд, є передумовою ефективної організації життєдіяльності особистості, ухвалення повсякденних рішень, самореалізації. Саме в такому контексті психологія все більше приділяє увагу

дослідженням щодо визначення потенціалу особистості та його розвитку відповідно до тих сфер, які є для неї пріоритетними.

Загальне тлумачення слова «потенціал» у словниках найчастіше визначається як «сукупність наявних засобів, можливостей, продуктивних сил, що можуть бути використані в якій-небудь галузі, ділянці, сфері» та «приховані здатності, сили для якої-небудь діяльності, що можуть виявитися за певних умов» [1]. Комплексне вивчення поняття «потенціал особистості», а також визначення його основних властивостей і видів здійснили у своєму дослідженні В. Міляєва, Н. Лебідь, Ю. Бреус [2]. Вони узагальнили різноманітні підходи і визна-



чили потенціал особистості як динамічне інтегративне утворення, що забезпечує успішність процесів індивідуалізації, соціалізації та професіоналізації особистості. Психологічний аналіз особистісного потенціалу як основи формування конструктивних копінг-стратегій особистості здійснила О. Ткачишина [3]. Вона відзначає, що особистісний потенціал можна розглядати з різних позицій: як енергію особистості, що спрямована на самовираження, самореалізацію; як нерозкриті можливості та потенційні ресурси людини; як комплекс психологічних якостей, що створюють простір для перспектив особи; як основу формування поведінкових копінг-стратегій особистості. Л. Брич, М. Криштанович [4] здійснили систематизацію та структурування соціально-психологічного потенціалу особистості державного службовця. Вони визначають поняття «особистісний потенціал» та презентують розроблену структуру цього поняття. Вони фіксують, що поняття соціально-психологічного потенціалу особистості, як ядра якості життя, охоплює поняття «ментальність» та «самоефективність». Під час дослідження психологічних детермінант потенціалу особистості Т. Саврасова-В'юн [5] узагальнює основні погляди науковців щодо характеристики потенціалу особистості як явища. Вона відзначає, що потенціал особистості доцільно розглядати як гнучкий комплекс ресурсів людини, які забезпечують ефективний розвиток і мобільність особистості в умовах трансформацій суспільства.

Отже, можна зазначити, що потенціал особистості є здатністю, певним ресурсом, який дає змогу ефективно виконувати бажану діяльність і досягати успіху в ній, зумовлює розкриття і розвиток особистості на новому більш якісному рівні, сприяє мобільності в умовах складних змін у суспільстві.

Потенціал особистості за своїми механізмами має: 1) забезпечувати ресурси самовизначення, які дають змогу успішно ставити цілі та ухвалювати рішення відповідно до власних інтересів і переваг, а також розширювати спектр можливостей особистості та потенційних смислів, які детермінує ситуація; 2) актуалізувати ресурси реалізації та самореалізації відповідно до ухваленого рішення шляхом подолання невизначеності, прийняття відповідальності, що поглиблює самоефективність і самоконтроль особистості; 3) акумулювати ресурси, які забезпечують збереження стійкості та цілісності базового ядра особистості, її смислових і ціннісних орієнтацій у ситуаціях подолання невизначеності, динамічності, непередбачуваності, що дає можливість ефективно протистояти стресогенним і травмувальним подіям.

Зауважимо, що надскладним системним завданням є визначення загального потенціалу

особистості, тому більшість досліджень спрямовані на вивчення тих складників потенціалу особистості, які стосуються певних напрямів її активності та діяльності або відповідають завданням певних організованостей та інституцій. Серед множинності невизначеностей і складностей прогнозування життєдіяльності в актуальне поле наукових пошуків виходить лідерський потенціал особистості.

Поняття «лідер», «лідерство» є широко вживаними у сучасному суспільстві, в усіх сферах людського життя – від повсякденного побутового розуміння і застосування його до різнорівневих наукових теорій та підходів. Нині дослідження проблематики лідерства найбільш поширені у теорії управління, менеджменті, військовій сфері, бізнесі, психології, освіті тощо. Актуальність такого дослідження доводиться значущим прикладним характером самореалізації особистості в професійній сфері [6].

Окремо відзначимо, що актуальним залишається комплексне поглиблення загальної теорії та уточнення основ вивчення та визначення лідерства з позицій змін, які відбуваються у XXI столітті. У контексті сучасного лідерства важливим здобутком є робота В. Татенка «Лідер XXI: соціально-психологічні студії» [7], в якій узагальнені напрацювання сучасної вітчизняної та зарубіжної соціальної психології з проблеми лідерства. Звернемо увагу і на комплексний аналіз природи лідерської обдарованості у вітчизняних та зарубіжних психологічних теоріях, який здійснено групою авторів Інституту обдарованої дитини НАПН України (А. Мітлош, В. Моляко, В. Бажанюк, В. Камишин) [8].

Вивчення лідерства в управлінні, менеджменті та бізнесі спрямоване на аналіз взаємодії, що визначається конкретною ситуацією на основі комунікативного процесу у системі керівник-підлеглий, який спрямований на досягнення мети. Тут можна відзначити комплексні дослідження визначення та оцінки лідерських якостей керівника, відмітні риси лідера, специфіки його поведінки (Лі Цзіці [9], І. Новік, А. Антонова [10]); аналіз лідерства в публічній владі (Т. Підлісна [11], В. Ємельянов, О. Штиршов, С. Верба, Л. Ярошенко [12]), узагальнення накопиченого досвіду щодо сутності лідерства та обґрунтування його впливу на ефективність діяльності організації (Л. Кожушко, А. Щербакова [13]), умови й організаційні системи формування лідерської компетентності менеджерів і викладачів закладів вищої освіти в освітньому середовищі університету (О. Нестуля, С. Нестуля, Н. Кононец [14]).

Найбільш актуальними нині є прикладні дослідження, що присвячені лідерству в різних формах військових угруповань (О. Кокун [15], В. Але-

щенко [16], В. Тюрина [17]), гендерним особливостям (О. Кікінежді, Н. Савелюк, Л. Мороз [18], О. Березовська-Чміль, М. Крис [19]), багатогранності цього феномену в психолого-педагогічному аспекті (Л. Карамушка, Т. Фелькель [20], Н. Жигайло [21], О. Логвись [22]).

Отже, під час різноманітних досліджень феномену лідерства ми стикаємося з широким понятійним арсеналом, за допомогою якого розкривається його зміст, а саме лідерські якості, позиції, риси, ролі, здібності, обдарованість, діяльність, лідерська поведінка, компетентність тощо. Відзначимо, що весь цей перелік забезпечує комплексну характеристику особистості, яка визначається у суспільній взаємодії як лідер. До сьогодні актуальними є дискусії стосовно того, що є передумовою появи лідера – його вроджені особисті якості або набуті навички та поведінкові компетентності. Певною мірою ці протилежні точки зору врівноважуються інтегративними підходами за принципом взаємодоповнення. На нашу думку, саме у цьому моменті виникає концепція лідерського потенціалу, яка нині активно вивчається в Україні та за її кордонами.

Маємо відзначити розгорнуте дослідження, яке провадив колектив авторів [23], публікацій з проблем лідерського потенціалу та розвитку ефективності лідерства за останні 35 років, в якому автори зосереджуються на психологічних конструктах, пов'язаних з розвитком ефективності лідерства, на протиположних ситуаційним факторам, які знаходяться поза лідером і просто забезпечують контекст для розвитку. В Україні дослідження лідерського потенціалу розгортаються у різних галузях людської діяльності, тому ми можемо стверджувати, що цей феномен ми маємо вивчати з міждисциплінарних позицій (соціальної психології, педагогіки, економіки, управління та менеджменту тощо).

**Мета статті** – обґрунтувати теоретичну модель аналізу лідерського потенціалу особистості. Задля побудови моделі ми маємо вирішити такі завдання: проаналізувати дефініції феномену *лідерський потенціал*, які становлять основу сучасних досліджень; розробити та обґрунтувати модель цього феномену як основи життєдіяльності компетентності особистості.

**Результати дослідження.** Традиційно суспільство вважало, що успіх людини залежить від її професійної підготовки й опанування професійно важливих якостей, але сьогодні висуває нові вимоги до людини, яка стикається з високим рівнем невизначеності, динамічністю технологічних змін, складністю прогнозування. Можна стверджувати, що опанування компетентностей лише у певній сфері діяльності є недостатнім. Нині успішна людина має бути здатна ефективно реагувати на зміни й перетворення ситуації, вибирати

продуктивний та адекватний спосіб взаємодії з навколишнім середовищем тощо, тобто набувати компетентності, які розширюють простір її активності.

Отже, саме тому активність особистості має бути спрямована на набуття не лише «твердих навичок» (hard skills), основою яких є відповідні чітко визначені знання, які можна продемонструвати і виміряти (професійні знання, використання комп'ютерних технологій, володіння іноземною мовою тощо), а й «гнучких навичок» (soft skills), які забезпечують можливість встигати за змінами, що відбуваються і в глобальному світі, і в актуальній ситуації життєдіяльності людини. Значуще місце серед гнучких навичок посідає лідерство.

Ми погоджуємося з Н. Буняк [24], яка зазначає, що лідерство не зводиться до простого набору особистих якостей, які дані людині від природи, а лідерські якості певною мірою можна розвинути, навчитись лідерства шляхом включення у систему міжособистісних відносин. Тобто природні задатки – це лише окремих складник лідерства. Ніхто не народжується готовим лідером. Для того щоб ним стати, необхідно цілеспрямовано розвивати наявний лідерський потенціал, але цей розвиток неможливий поза контекстом реальної взаємодії з урахуванням специфіки діяльності, що є провідною в житті людини.

Аналіз публікацій з проблеми лідерського потенціалу дає нам можливість відзначити соціально-психологічний зміст, системність та комплексність цього феномену. Маємо зауважити, що сучасні дослідження лідерського потенціалу мають загальну тенденцію змішувати різні конструкти: характеристику якостей та властивостей особистості лідера, компетентність лідерську і діяльну, поведінку, позиції та ролі лідера.

А. Черч [25] у контексті виявлення та оцінки лідерського потенціалу зауважує, що під час визначення його змісту, характеристик і моделей найкраще диференціювати його у трьох варіантах:

1) загальний потенціал – усі мають потенціал для зростання на певному рівні, що виявляється в розумінні організаційного розвитку, необхідності навчання й розвитку мислення;

2) лідерський потенціал – це чіткі показники або предиктори майбутньої ефективності на вищих рівнях керівництва, часто це означає загальне визначення готовності до «дворівневого стрибка»;

3) потенціал призначення – потенціал, що безпосередньо пов'язаний із зусиллями щодо здійснення талантів та планування наступності, тобто готовності до цільової ролі вищого рівня керівництва або призначення.

Отже, лідерський потенціал є доволі широким поняттям, що характеризує особистість з пози-

ції її спроможності бути/стати лідером у певній соціальній взаємодії, у власній життєдіяльності, у процесах самореалізації та самоздійснення.

Для більш детального виявлення основних смислових компонентів феномену лідерського потенціалу вважаємо за необхідне здійснити дефініційний аналіз цього понятійного конструкту.

Нами виокремлено найбільш поширені визначення в україномовних наукових публікаціях досліджень у різних галузях (табл. 1), а також ми спиратимемося на дослідження цього феномену групою науковців зі Школи бізнесу та економіки Університету Амстердама та b-Школи менеджменту Кейптаунського університету [23].

Таблиця 1

## Тлумачення феномену «лідерський потенціал»

Автор	Визначення: лідерський потенціал
М. Швардак [26]	<i>лідерський потенціал</i> – сукупність психологічних якостей, які розвиваються і формуються шляхом довготривалої роботи над собою, в процесі навчання, тренування й рефлексії та відповідають потребам колективу і є найбільш корисними для вирішення проблемних ситуацій
О. Мармаза, О. Козлова [28]	<i>лідерський потенціал керівника</i> є складним утворенням, а саме комплексом особистісних якостей, які знаходять прояв під час різних ситуацій; здатність реалізувати лідерські технології та техніки управлінської діяльності; досвід професійних комунікацій і соціальних стосунків
М. Риженко, К. Міщенко [28]	<i>лідерський потенціал</i> трактується як системна єдність природних і набутих характеристик молодшої людини, що зумовлені цим віковим періодом та проявляються в її спроможності здійснювати вплив на оточуючих людей у процесі групової взаємодії
Т. Гура [29]	<i>лідерський потенціал</i> – можливість і готовність індивіда до ефективної лідерської поведінки
М. Кирсанов (за Т. Гурою [30])	<i>лідерський потенціал</i> – соціально-психологічна характеристика особи, що відображає і ситуаційно зумовлює здатність індивіда до успішного здійснення лідерства
І. Дригіна (за Н. Лебідь [31])	<i>лідерський потенціал</i> – якісна характеристика особи, що визначає сукупність внутрішніх потреб, можливостей ціннісного відношення, засобів, які сприяють досягненню такого рівня інтеграції компетентності, відповідальності, активності й комунікативності, який забезпечує її провідний вплив на членів групи у спільному вирішенні завдання в різних галузях життєдіяльності
Я. Мовчан [32]	<i>лідерський потенціал</i> є інтегративною характеристикою особистості, що містить сукупність її якостей, які забезпечують максимальну можливість реалізації особистості у ролі лідера
В. Лугова, О. Єрмоленко [33]	<i>лідерський потенціал</i> є здатністю особистості фахівця до чіткого формулювання бажаних результатів, розуміння перспективи, встановлення відносин співробітництва, освоєння нових форм навчання
М. Рожков (за О. Безсоною [34])	<i>лідерський потенціал</i> як сукупність задатків і здібностей особистості, що виявляються у ситуаціях взаємодії в групі і дозволяють індивіду самореалізуватися як лідеру
В. Міляєва [36]	<i>лідерський потенціал</i> є соціально-психологічною властивістю особистості, яка відображає як ситуаційно зумовлену, так і незалежну від ситуації здатність індивіда до успішного здійснення лідерства
В. Міляєва [36]	<i>лідерський потенціал</i> є сукупністю внутрішніх потреб, можливостей, засобів, ціннісного ставлення, які сприяють досягненню такого рівня інтеграції компетентності, відповідальності, активності і комунікабельності, що забезпечує провідний вплив на членів групи під час спільного вирішення завдань у різних видах життєдіяльності та задає позитивну спрямованість процесу професійного становлення
Н. Руда [36]	<i>маркером лідерського потенціалу</i> є здатність до заохочення інших до творчого та креативного підходу під час вирішення будь-яких завдань, орієнтація на стратегічне мислення, намагання враховувати індивідуальність інших та прагнення стимулювати інших до найефективнішого виконання діяльності та подолання перешкод заради досягнення мети
М. Ткалич, А. Баранова [37]	<i>лідерський потенціал</i> як прояв цілеспрямованої активності суб'єкта, який перетворює дійсність та самовдосконалюється
А. Кальянов [38]	<i>лідерський потенціал</i> – це соціально-психологічна характеристика, яка відображає здатність особистості до успішної лідерської поведінки

Проведений нами аналіз визначень дає змогу стверджувати, що трактування феномену «лідерський потенціал» ґрунтується на різноаспектних комбінаціях базових конструктів. Ми виокремили такі компоненти, що характеризують феномен: 1) описовий; 2) інтегрувальний; 3) діяльнісний; 4) сугестивний; 5) рольовий.

Описовий компонент розкривається шляхом визначення: 1) сукупності психологічних та/або особистісних якостей; внутрішніх потреб і можливостей; 2) єдності природних і набутих характеристик; 3) соціально-психологічних характеристик особистості. Тобто можна відзначити, що йдеться про певний специфічний перелік якостей або властивостей особистості.

Інтегрувальний компонент відображає складність феномену як системного утворення, що поєднує різні аспекти його прояву, а також компетентнісну спрямованість щодо успішного здійснення лідерства.

Діяльнісний компонент характеризує феномен як основу готовності для вирішення проблемних ситуацій, розв'язування завдань у різних галузях життєдіяльності, перетворення дійсності та самовдосконалювання.

Сугестивний компонент висвітлює специфіку феномену через спроможності здійснювати вплив на інших та заохочувати інших під час спільної активності.

Рольовий компонент вказує на здійснення ролі лідера, прояви лідерської поведінки, максимальну можливість реалізації та/або самореалізації в ролі лідера.

Проведений аналіз виявив, що найбільш вираженим компонентом є діяльнісний, який вказує на те, що лідерський потенціал задіюється та актуалізується в певній цілеспрямованій активності. Причому цей компонент здебільшого розкривається у єдності з описовим компонентом у співвідношенні 10 до 8. Слід окремо відзначити, що у значній кількості досліджень, що спрямовані на розкриття умов і методів розвитку лідерського потенціалу, сам феномен не визначається, а трактується через зіставлення з лідерськими якостями (властивостями), рисами, позиціями. У підсумку відзначимо, що під час визначення феномену лідерський потенціал ми стикаємося з певними відмінностями його трактування, але можемо відзначити наявність універсальних смислових компонентів (найчастіше, діяльнісний та/або описовий), що містяться у більшості дефініцій.

З позицій сучасної традиції вітчизняної науки ми пропонуємо таке узагальнене визначення цього феномену: лідерський потенціал – системна єдність природних і набутих особистісних якостей, які забезпечують здатність досягнення індивідом необхідного рівня інтеграції компе-

тентностей, відповідальності та цілеспрямованої активності задля провадження ефективного вирішення проблемних ситуацій шляхом встановлення відносин співробітництва з оточенням.

У контексті наших пошуків цікавими є результати дослідження, що було спрямовано на висвітлення неоднозначності сучасного вивчення потенціалу лідерства та необхідності зорганізувати практику інтерпретації та вимірювання цього феномену в майбутньому [23]. Софі І.М. Буландван Дам, Яннеке К. Остром, Франсуа С. Де Кок, Антон Федорович Шлехтер та Пол Г.В. Янсен, автори цього дослідження, виокремили конструктивну неоднозначність у поточних дослідженнях лідерського потенціалу та зафіксували шість основних проблем, які заважають розвиватися подібним дослідженням, а саме: 1) неадекватні концептуалізації, 2) конструктивне забруднення, 3) нечітка номологічна мережа, 4) недостатня релевантність вимірювань, 5) забруднення вимірювань, 6) дефіцит заходів.

Дослідники дійшли висновку, що значна частина наявного консенсусу щодо того, що означає лідерський потенціал, концептуально ґрунтується на помилковому змішуванні різних концепцій (тобто конструктів прогнозування, поведінки лідера, яка пов'язана з роботою, та результатів дій), що свідчать про необхідність більш чіткого розуміння та операціоналізації лідерського потенціалу. Вони вважають, що лідерський потенціал є референтним поняттям, який слід розглядати як підвищення ефективності лідерства з плином часу, і тому його не можна розглядати як самостійну конструкцію або визначати як такий.

Отже, ми вважаємо за необхідне відзначити, що лідерський потенціал як міждисциплінарний феномен ми маємо досліджувати з двох базових позицій: 1) як певну самостійну конструкцію, яка відображає змістове навантаження та відповідає певній теорії або концепції лідерства (лідера); 2) як процесуальне поняття, яке відображає формування, прояв і розвиток у часі в конструктах індивідуального зростання продуктивності та результативності дій.

Лідерський потенціал особистості ми можемо структурувати щонайменше на трьох рівнях особистісного простору суб'єкта: психологічний (суб'єктний) рівень, особистісний (ціннісно-нормуючий) рівень; груповий (соціально-психологічний) рівень. На кожному рівні ми фіксуємо конструктивну і процесуальну характеристику (рис. 1).

На психологічному рівні виникає певна суб'єктивна потреба у незалежності та самореалізації, яка у процесуальному контексті потребує визнання потреби у лідерській позиції, яка і забезпечує незалежність та самореалізацію особистості. На особистісному рівні природні задатки до

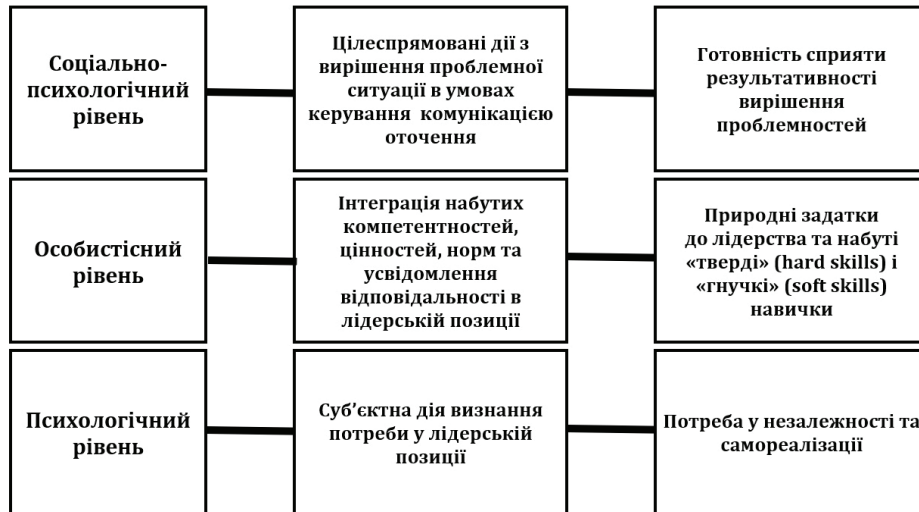


Рис. 1. Модель аналізу лідерського потенціалу особистості

лідерства і набуті «тверді» та «гнучкі» навички виявляються через їх інтеграцію з відповідними нормами і цінностями життєдіяльності, усвідомленням відповідальності особистості, яка має позицію лідера. На соціально-психологічному рівні готовність сприяти результативному та ефективному вирішенню проблемностей реалізується через цілеспрямовану активність, яка підпорядкована забезпеченню вирішення проблемної ситуації у сумісній діяльності з оточенням, яке розділяє норми і цінності лідера.

Запропонована модель аналізу лідерського потенціалу особистості є базовою структурою цього аналізу, який залежить від чіткого розуміння базових понять та процесів, які мають відповідати сучасним реаліям, враховувати наявні суспільні тенденції, зміни цінностей, перетворення організаційних структур і моделей поведінки в інформаційному середовищі.

**Висновки** і перспективи подальших розробок у досліджуваному напрямі. В ході дослідження було встановлено, що у широкому спектрі трактування феномену «лідерський потенціал особистості» на міждисциплінарному рівні перетинається широкий континуум понять, що описують лідерство як таке: лідерські якості, позиції, риси, ролі,

здібності, обдарованість, діяльність, лідерська поведінка, компетентність тощо. Дефініційний аналіз сучасних українських досліджень зумовив можливість узагальненого визначення лідерського потенціалу як системної єдності природних і набутих особистісних якостей, які забезпечують здатність досягнення індивідом необхідного рівня інтеграції компетентностей, відповідальності та цілеспрямованої активності задля провадження ефективного вирішення проблемних ситуацій шляхом встановлення відносин співробітництва з оточенням.

Послідовний аналіз феномену «лідерський потенціал» шліхом визначення похідних та інтеграційних характеристик різних рівнів забезпечив побудову моделі аналізу лідерського потенціалу особистості. Встановлена система взаємозв'язків підтвердила нашу позицію, що категоріальне визначення феномену потребує його розгортання у часі, протягом якого ми можемо зафіксувати наявність цього потенціалу в певній сфері життєдіяльності людини.

Перспективним напрямом розвитку наукової проблематики вважаємо розробку технології апробації моделі аналізу лідерського потенціалу особистості в прикладному плані.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Словник української мови : в 11 т. / гол. редкол. І.К. Білодід. Київ : Наукова думка, 1970–1980. Т. 7 : Поїхати–Приробляти. 1976. 723 с. URL: <https://slovnyk.ua/index.php?swrd=потенціал>.
2. Міляєва В.Р., Лебідь Н.К., Бреус Ю.В. Теоретичний аналіз поняття «потенціал особистості». *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць. 2013. Вип. 20. С. 405–415. URL: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/159763>.
3. Ткачишина О.Р. Особистісний потенціал як основа формування конструктивних копінг-стратегій. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. 2022. Том 33 (72). № 4. С. 50–54. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/09>.

4. Брич Л.В., Криштанович М.Ф. Соціально-психологічний потенціал особистості в системі державного управління. *Державне управління: удосконалення та розвиток*. 2020. № 2. DOI: 10.32702/2307-2156-2020.2.99.
5. Саврасова-В'юн Т.О. Психологічні детермінанти потенціалу особистості. *Вісник післядипломної освіти. Серія: Соціальні та поведінкові науки*. 2020. Вип. 19 (48). С. 46–61. [https://doi.org/10.32405/2522-9931-2022-19\(48\)-46-61](https://doi.org/10.32405/2522-9931-2022-19(48)-46-61).
6. Максименко С.Д. Лідерство як функція професійної психологічної компетентності особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 24. С. 7–16. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl\\_2014\\_24\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2014_24_3).
7. Татенко В.О. Лідер XXI: Соціально-психологічні студії. Київ : Корпорація, 2004. 198 с.
8. Мітлощ А.В., Маляко В.О., Бажанюк В.С. Психологічні особливості лідерської обдарованості: концепції, діагностика, тренінги : монографія. Київ : Інститут обдарованої дитини, 2014. 290 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/9847>.
9. Цзіці Л. Лідерські якості як вектор успішної професійної підготовки фахівця. *Innovative Solutions In Modern Science*. 2016. № 8. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/145611773.pdf>.
10. Новік І., Антонова А. Сучасні виклики лідерства. *Вісник Національного технічного університету «Харківський політехнічний інститут»*. 2020. № 2. С. 24–27. URL: <https://doi.org/10.20998/2519-4461.2020.2.24>.
11. Підлісна Т.В. Сучасні підходи до розвитку лідерства в органах публічної влади. *Право та державне управління : збірник наукових праць*. 2021. № 2. С. 158–164. URL: [http://www.pdu-journal.kpu.zp.ua/archive/2\\_2021/26.pdf](http://www.pdu-journal.kpu.zp.ua/archive/2_2021/26.pdf).
12. Смельянов В.М., Штиршов О.М., Верба С.М., Ярошенко Л.С. Лідерські якості на державній службі: проблемні питання. *Публічне управління та регіональний розвиток*. 2020. № 10. С. 1059–1091. URL: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/1211069.pdf>.
13. Кожушко Л.Ф., Щербак А.С. Лідерство як передумова ефективної системи менеджменту організації. *Вісник Національного університету водного господарства та природокористування*. 2020. Вип. 4. С. 85–95. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnugvp\\_ekon\\_2020\\_4\\_11](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnugvp_ekon_2020_4_11).
14. Нестуля О.О., Нестуля С.І., Кононець Н.В. Дидактика лідерства. Сучасні погляди на формування лідерської компетентності здобувачів вищої освіти : монографія. Полтава : ПУЕТ, 2021. 590 с.
15. Кокун О.М. Психологічна структура лідерських якостей майбутнього офіцера. *Вісник Національного університету оборони України*. 2012. Вип. 4 (29). С. 170–174. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/1660/>.
16. Алещенко В. Психологічний континуум лідерства в організаційній культурі військового керівника. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 3 (67). С. 5–12. URL: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-67-3-5-12>.
17. Тюріна В.О. Лідерська компетентність і визначення рівня її сформованості у курсантів як майбутніх офіцерів поліції. *Інноваційна педагогіка*. 2020. Том 3. Вип. 20. С. 90–92. URL: <https://dspace.univd.edu.ua/items/a645937f-8f10-4b33-97e4-cd27ff912bec>.
18. Кікінежді О.М., Савелюк Н.М., Мороз Л.І. Соціально-психологічний феномен жіночого лідерства в Україні. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. Вип. 2 (60). С. 56–63. URL: <http://dspace.tnpu.edu.ua/handle/123456789/20807>.
19. Березовська-Чміль О., Крис М. Гендерні аспекти дослідження політичного лідерства. *Соціально-гуманітарний вісник*. 2020. Вип. 36. С. 119–120. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/sochumj\\_2020\\_36\\_49](http://nbuv.gov.ua/UJRN/sochumj_2020_36_49).
20. Карамушка Л.М., Фелькель Т.Г. Лідерство в організації: аналіз основних підходів та важливість їх застосування в організаціях системи вищої освіти. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 2. С. 52–60. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz\\_2013\\_2\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2013_2_12).
21. Жигайло Н. Філософсько-психологічні аспекти лідерства в освіті та науці. *Вісник Львівського університету. Серія «Психологічні науки»*. 2019. Вип. 4. С. 31–37. URL: [http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/4\\_2019/6.pdf](http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/4_2019/6.pdf).
22. Логвись О. Дослідження психологічних чинників розвитку лідерських якостей майбутніх педагогів. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2023. № 2 (70). С. 192–200. <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-70-192-200>.
23. Bouland-van Dama Sophie I.M., Oostroma J.K., De Kockb F.S., Schlechterb A.F., Jansen Paul G. W. Unravelling leadership potential: conceptual and measurement issues. *European Journal of Work and Organizational Psychology*. 2021. Vol. 30. № 2, pp. 206–224. DOI: <https://doi.org/10.1080/1359432X.2020.1787503>.
24. Буняк Н.М. Особливості формування лідерських якостей у керівника підприємства. *Інфраструктура ринку*. 2017. № 6. С. 90–93. URL: [http://www.market-infr.od.ua/journals/2017/6\\_2017\\_ukr/19.pdf](http://www.market-infr.od.ua/journals/2017/6_2017_ukr/19.pdf).
25. Church Allan H. A Manager's Mini Guide To Identifying and Assessing Leadership Potential. *Training Industry : Conference & Expo*. 2023. URL: <https://trainingindustry.com/articles/leadership/a-managers-mini-guide-to-identifying-and-assessing-leadership-potential/>.

26. Швардак М.В. Технологія лідерства в умовах закладу загальної середньої освіти. *Духовність особистості: методологія, теорія і практика*. 2021. № 1 (100). С. 292–303. DOI: <https://doi.org/10.33216/2220-6310-2021-100-1-292-305>.
27. Мармаза О., Козлова О. Розвиток лідерського потенціалу керівника закладу освіти. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2022. № 1 (115). С. 283–293. URL: <https://pedscience.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/10/30.pdf>.
28. Риженко М., Міщенко К. Розвиток лідерського потенціалу студентів у колективній діяльності. *Актуальні питання гуманітарних наук*. Вип 27. Т. 4. 2020. С. 186–191. URL: [http://www.apfn-journal.in.ua/archive/27\\_2020/part\\_4/32.pdf](http://www.apfn-journal.in.ua/archive/27_2020/part_4/32.pdf).
29. Гура Т.В. Лідерський потенціал як важлива складова педагогічної культури викладача технічного університету. *Розвиток лідерського потенціалу національної гуманітарно-технічної та управлінської еліти* : монографія / за ред. О.Г. Романовського та О.С. Пономарьова. Харків : ФОП Мезіна В.В. 2017. С. 118–133. URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/8296134e-7c87-4a06-89de-faaf6fff7d68/content>.
30. Гура Т. Сутність лідерського потенціалу. *Розвиток лідерського потенціалу національної гуманітарно-технічної та управлінської еліти* : монографія / за ред. О.Г. Романовського та О.С. Пономарьова. Харків : ФОП Мезіна В.В. 2017. С. 27–43. URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/8296134e-7c87-4a06-89de-faaf6fff7d68/content>.
31. Лебідь Н.К. Розвиток лідерського потенціалу управлінського персоналу закладів вищої освіти. *International Scientific Journal of Universities and Leadership*. 2015. № 11. С. 34–37. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/18644>.
32. Мовчан Я. Соціально-особистісна адаптованість як складова лідерського потенціалу студентів. *Теорія і практика управління соціальними системами*. 2017. № 1. С. 68–75. URL: <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/391c8354-c2d7-44cd-be54-28b80af4e74d/content>.
33. Лугова В.М., Єрмоленко О.А. Напрями розвитку лідерської компетентності керівників українських підприємств. *Проблеми економіки*. 2012. № 1. С. 64–67. URL: [https://www.problecon.com/pdf/2012/1\\_0/64\\_67.pdf](https://www.problecon.com/pdf/2012/1_0/64_67.pdf).
34. Безсонова О.К. Компонентно-структурний аналіз лідерського потенціалу дошкільників. *Young Scientist*. 2020. № 11 (87). С. 79–84. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-11-87-18>.
35. Міляєва В.Р. Розвиток лідерського потенціалу в процесі формування управлінської компетентності керівників навчальних закладів. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*. 2014. Вип. 1. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps\\_2014\\_1\\_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps_2014_1_10).
36. Руда Н.Л. Особливості лідерського потенціалу сучасної студентської молоді. *Проблеми сучасної психології : збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2014. Вип. 25. С. 404–413. URL: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/158949>.
37. Ткалич М.Г., Баранова А.М. Соціально-психологічні критерії формування лідерського потенціалу в юнацькому віці: емпіричні показники. *Problems of Modern Psychology*. 2022. № 4. С. 84–91. DOI: <http://dx.doi.org/10.26661/2310-4368/2021-4-11>.
38. Кальянов А.В. Лідерський потенціал особистості майбутніх фахівців соціономічних професій. *Соціоекономіка*. Донецьк : ІЕП НАНУ, 2010. С. 131–143. URL: <http://dspace.nbuv.gov.ua/handle/123456789/39826/11-Kalyanov.pdf?sequence=1>.

## REFERENCES

1. Bilodid, I.K. (Ed.) (1976). *Slovyk ukrainskoi movy* [Dictionary of the Ukrainian language]. (Vol. 7). Kyiv: Naukova dumka. Retrieved from: <https://slovyk.ua/index.php?sword=потенціал> [in Ukrainian].
2. Miliaieva, V.R., Lebid, N.K., Breus, Yu. V. (2013). Teoretychnyi analiz poniattia «potentsial osobystosti» [The theoretical analysis of the concept “potential of personality”]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology*. Issue 20, 405–415. Retrieved from: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/159763> [in Ukrainian].
3. Tkachyshyna, O.R. (2022). Osobystisnyi potentsial yak osnova formuvannia konstruktyvnykh kopinh-stratehii [Personal potential as the basis of forming constructive coping strategies]. *Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Serii: Psykholohiia*. Vols. 33, 4, pp. 50–54. DOI: <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.4/09> [in Ukrainian].
4. Brych, L.V., Kryshchanovych, M.F. (2020). Sotsialno-psykholohichni potentsial osobystosti v systemi derzhavnoho upravlinnia [Social and psychological potential of the personality in the state governance system]. *Derzhavne upravlinnia: udoskonalennia ta rozvytok – Public administration: improvement and development*, 2. DOI: <https://doi.org/10.32702/2307-2156-2020.2.99> [in Ukrainian].

5. Savrasova-Viun T.O. (2020). Psykholohichni determinanty potentsialu osobystosti [Psychological determinates the potential of the person]. *Visnyk pisladyplomnoi osvity. Serii: Sotsialni ta povedinkovi nauky – Herald of postgraduate education. Series: Social and behavioral sciences*. Issue. 19 (48), 46–61. [https://doi.org/10.32405/2522-9931-2022-19\(48\)-46-61](https://doi.org/10.32405/2522-9931-2022-19(48)-46-61) [in Ukrainian].
6. Maksymenko, S.D. (2014). Liderstvo yak funktsiia profesiinoi psykholohichnoi kompetentnosti osobystosti [Leadership as a function of the professional psychological competence of a personality]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology*. Issue 24, 7–16. Retrieved from: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl\\_2014\\_24\\_3](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2014_24_3) [in Ukrainian].
7. Tatenko, V.O. (2004). Lider XXI: Sotsialno-psykholohichni studii [Leader XXI: Social and psychological studies]. Kyiv: Korporatsiia [in Ukrainian].
8. Mitloshch, A.V., Maliako, V.O., Bazhaniuk, V.S. (2014). Psykholohichni osoblyvosti liderskoi obdarovanosti: kontseptsii, diahnozyka, treninhy: monohrafiia [Psychological features of leadership giftedness: concepts, diagnosis, trainings]. Kyiv: Instytut obdarovanoi dytyny. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/9847> [in Ukrainian].
9. Tszitsi, L. (2016). Liderski yakosti yak vektor uspishnoi profesiinoi pidhotovky fakhivtsia [Leader qualities as factor of successful preparation of specialist]. *Innovative Solutions In Modern Science*. 8. Retrieved from: <https://core.ac.uk/download/pdf/145611773.pdf> [in Ukrainian].
10. Novik, I., Antonova, A. (2020). Suchasni vyklyky liderstva [Current issues of leadership]. *Visnyk Natsionalnoho tekhnichnoho universytetu «Kharkivskiyi politekhnichnyi instytut» – Bulletin of the National Technical University “Kharkiv Polytechnic Institute”*. 2, 24–27. Retrieved from: <https://doi.org/10.20998/2519-4461.2020.2.24> [in Ukrainian].
11. Pidlisna, T.V. (2021). Suchasni pidkhody do rozvytku liderstva v orhanakh publichnoi vlady [Modern approaches to leadership development in public authorities]. *Pravo ta derzhavne upravlinnia: zbirnyk naukovykh prats – Law and public administration: a collection of scientific works*. 2, 158–164. Retrieved from: [http://www.pdu-journal.kpu.zp.ua/archive/2\\_2021/26.pdf](http://www.pdu-journal.kpu.zp.ua/archive/2_2021/26.pdf) [in Ukrainian].
12. Yemelianov, V.M., Shtyrov, O.M., Verba, S.M., Yaroshenko, L.S. (2020). Liderski yakosti na derzhavni sluzhbi: problemni pytannia [Leadership qualities in civil service: problem issues]. *Publichne upravlinnia ta rehionalnyi rozvytok – Public administration and regional development*. 10, 1059–1091. Retrieved from: <https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/1211069.pdf> [in Ukrainian].
13. Kozhushko, L.F., Shcherbakova, A.S. (2020). Liderstvo yak peredumova efektyvnoi systemy menedzhmentu orhanizatsii [Leadership as a prerequisite for an effective management system of organization]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu vodnoho hospodarstva ta pryrodokorystuvannia*. Issue 4, 85–95. Retrieved from: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnuvgp\\_ekon\\_2020\\_4\\_11](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnuvgp_ekon_2020_4_11) [in Ukrainian].
14. Nestulia, O.O., Nestulia, S.I., Kononets, N.V. (2021). Dydaktyka liderstva. Suchasni pohliady na formuvannia liderskoi kompetentnosti zdobuvachiv vyshchoi osvity: monohrafiia [Didactics of leadership. Modern views on the formation of leadership competence of students of higher education]. Poltava: PUET [in Ukrainian].
15. Kokun, O.M. (2012). Psykholohichna struktura liderskykh yakosteï maibutnoho ofitsera [Psychological structure of leadership qualities of the future officer]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*. Issue 4 (29), 170–174. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/1660/> [in Ukrainian].
16. Aleshchenko, V. (2020). Psykholohichni kontynuum liderstva v orhanizatsiinii kulturi viiskovoho kerivnyka [Psychological continuum of leadership in the organizational culture of the military leader]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Bulletin of the National Defense University of Ukraine*. 3 (67), 5–12. Retrieved from: <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-67-3-5-12> [in Ukrainian].
17. Tiurina, V.O. (2020). Liderska kompetentnist i vyznachennia rivnia yii sformovanosti u kursantiv yak maibutnikh ofitseriv politsii [Leadership competence and determining the level of its formation in cadets as future police officers]. *Innovatsiina pedahohika – Innovative pedagogy*. Vol. 3, Issue 20, 90–92. Retrieved from: <https://dspace.univd.edu.ua/items/a645937f-8f10-4b33-97e4-cd27ff912bec> [in Ukrainian].
18. Kikinezhd, O.M., Saveliuk, N.M., Moroz, L.I. (2021). Sotsialno-psykholohichni fenomen zhinochoho liderstva v Ukraini [Social and psychological phenomenon of women’s leadership in Ukraine]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Bulletin of the National Defense University of Ukraine*. Issue 2 (60), 56–63. Retrieved from: <http://dspace.tnpu.edu.ua/handle/123456789/20807> [in Ukrainian].
19. Berezovska-Chmil, O., Krys, M. (2020). Genderni aspekty doslidzhennia politychnoho liderstva [Gender aspects of the study of political leadership]. *Sotsialno-humanitarnyi visnyk – Social and humanitarian bulletin*. Issue 36, 119–120. Retrieved from: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/sochumj\\_2020\\_36\\_49](http://nbuv.gov.ua/UJRN/sochumj_2020_36_49) [in Ukrainian].
20. Karamushka, L.M., Felkel, T.H. (2013). Liderstvo v orhanizatsii: analiz osnovnykh pidkhodiv ta vazhlyvist yikh zastosuvannia v orhanizatsiiax systemy vyshchoi osvity [Leadership in the organization: an analysis of their application in the organization’s system of higher education].



- of the main approaches and the importance of their application in organizations of the higher education system]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology*. 2, 52–60. Retrieved from: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz\\_2013\\_2\\_12](http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2013_2_12) [in Ukrainian].
21. Zhyhailo, N. (2019). Filozofsko-psykholohichni aspekty liderstva v osviti ta nauksi [Philosophical and psychological aspects of leadership in education and science]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriya «Psykholohichni nauky» – Bulletin of Lviv University. Psychological sciences series*. Issue 4, 31–37. Retrieved from: [http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/4\\_2019/6.pdf](http://psy-visnyk.lnu.lviv.ua/archive/4_2019/6.pdf) [in Ukrainian]
  22. Lohvys, O. (2023). Doslidzhennia psykholohichnykh chynnykiv rozvytku liderskykh yakosteï maibutnykh pedahohiv [The research of psychological factors of the development of leadership qualities of future teachers]. *Vcheni zapysky Universytetu «KROK». 2 (70)*, 192–200. Retrieved from: <https://doi.org/10.31732/2663-2209-2022-70-192-200> [in Ukrainian].
  23. Bouland-van Dama Sophie, I.M., Oostroma, J.K., De Kockb François, S., Schlechterb, A.F., Jansen Paul, G.W. (2021). Unravelling leadership potential: conceptual and measurement issues. *European Journal of Work and Organizational Psychology*. Vol. 30, 2, 206–224. DOI: <https://doi.org/10.1080/1359432X.2020.1787503> [in Taylor & Francis].
  24. Buniak, N.M. (2017). Osoblyvosti formuvannia liderskykh yakosteï u kerivnyka pidprijemstva [The peculiarities of formation of leadership qualities in head of enterprise]. *Infrastruktura rynku – Market infrastructure*. 6, 90–93. Retrieved from: [http://www.market-infr.od.ua/journals/2017/6\\_2017\\_ukr/19.pdf](http://www.market-infr.od.ua/journals/2017/6_2017_ukr/19.pdf) [in Ukrainian].
  25. Church Allan, H. (2023). A Manager’s Mini Guide To Identifying and Assessing Leadership Potential. Training Industry: Conference & Expo. Retrieved from: <https://trainingindustry.com/articles/leadership/a-managers-mini-guide-to-identifying-and-assessing-leadership-potential/> [in USA].
  26. Shvardak, M.V. (2021). Tekhnolohiia liderstva v umovakh zakladu zahalnoi serednoi osvity [Leadership technology in the conditions of a general secondary education institution]. *Dukhovnist osobystosti: metodolohiia, teoriia i praktyka – Personal spirituality: methodology, theory and practice*. 1 (100), 292–303. DOI: <https://doi.org/10.33216/2220-6310-2021-100-1-292-305> [in Ukrainian].
  27. Marmaza, O., Kozlova, O. (2020). Rozvytok liderskoho potentsialu kerivnyka zakladu osvity [The development of leadership potential of the head of the educational institution]. *Pedahohichni nauky: teoriia, istoriia, innovatsiini tekhnolohii – Pedagogical sciences: theory, history, innovative technologies*. 1 (115), 283–293. Retrieved from: <https://pedscience.sspu.edu.ua/wp-content/uploads/2022/10/30.pdf> [in Ukrainian].
  28. Ryzhenko, M., Mishchenko, K. (2020). Rozvytok liderskoho potentsialu studentiv u kolektyvniï diïalnosti [The development of leadership potential of students in collective work]. *Aktualni pytannia humanitarnykh nauk – Current issues of humanitarian sciences*. Issue 27. Vol. 4, 186–191. Retrieved from: [http://www.aphn-journal.in.ua/archive/27\\_2020/part\\_4/32.pdf](http://www.aphn-journal.in.ua/archive/27_2020/part_4/32.pdf) [in Ukrainian].
  29. Hura, T.V. (2017). Liderskyi potentsial yak vazhlyva skladova pedahohichnoi kultury vykladacha tekhnichnoho universytetu [Leadership potential as an important component of the pedagogical culture of a technical university teacher]. *Rozvytok liderskoho potentsialu natsionalnoi humanitarno-tekhnichnoi ta upravlinskoi elity – Development of the leadership potential of the national humanitarian-technical and managerial elite* / O.H. Romanovskiy & O.S. Ponomarov. Kharkiv: FOP Mezina V.V. Pp. 118–133. Retrieved from: <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/8296134e-7c87-4a06-89de-faaf6fff7d68/content> [in Ukrainian].
  30. Hura, T. (2017). Sutnist liderskoho potentsialu [The essence of leadership potential]. *Rozvytok liderskoho potentsialu natsionalnoi humanitarno-tekhnichnoi ta upravlinskoi elity – Development of the leadership potential of the national humanitarian-technical and managerial elite* / O.H. Romanovskiy & O.S. Ponomarov. Kharkiv: FOP Mezina V.V. Pp. 27–43. Retrieved from: <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/8296134e-7c87-4a06-89de-faaf6fff7d68/content> [in Ukrainian].
  31. Lebid, N.K. (2015). Rozvytok liderskoho potentsialu upravlinskoho personalu zakladiv vyshchoi osvity [Management personnel leadership potential of higher education institutions developmen]. *International Scientific Journal of Universities and Leadership*. 11. 34–37. Retrieved from: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/18644> [in Ukrainian].
  32. Movchan, Ya. (2017). Sotsialno-osobystisna adaptovanist yak skladova liderskoho potentsialu studentiv [Social and personal adaptation as a component of leader potential of students]. *Teoriia i praktyka upravlinnia sotsialnymi systemamy – Theory and practice of social systems management*. 1, 68–75. Retrieved from: <https://repository.kpi.kharkov.ua/server/api/core/bitstreams/391c8354-c2d7-44cd-be54-28b80af4e74d/content> [in Ukrainian].
  33. Luhova, V.M., Yermolenko, O.A. (2012). Napriamy rozvytku liderskoi kompetentnosti kerivnykiv ukraïnskykh pidprijemstv [Directions of development of leadership competence of heads of Ukrainian

- enterprises]. *Problemy ekonomiky – Problems of the economy. 1*, 64–67. Retrieved from: [https://www.problecon.com/pdf/2012/1\\_0/64\\_67.pdf](https://www.problecon.com/pdf/2012/1_0/64_67.pdf) [in Ukrainian].
34. Bezsonova, O.K. (2020). Komponentno-strukturnyi analiz liderskoho potentsialu doshkilnykiv [Component-structural analysis of leadership potential of preschoolers]. *Young Scientist. 11 (87)*, 79–84. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2020-11-87-18> [in Ukrainian].
  35. Miliiaieva, V.R. (2014). Rozvytok liderskoho potentsialu v protsesi formuvannia upravlinskoi kompetentnosti kerivnykiv navchalnykh zakladiv [Leadership potential's development during the formation of managerial competence of the heads of educational institutions]. *Visnyk Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy – Bulletin of the National Academy of the State Border Service of Ukraine. Issue 1*. Retrieved from: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps\\_2014\\_1\\_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps_2014_1_10) [in Ukrainian].
  36. Ruda, N.L. (2014). Osoblyvosti liderskoho potentsialu suchasnoi studentskoi molodi [The peculiarities of modern students' leadership potential]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology. Issue 25*, 404–413. Retrieved from: <https://journals.uran.ua/index.php/2227-6246/article/view/158949> [in Ukrainian].
  37. Tkalych, M.H., Baranova, A.M. (2022). Sotsialno-psykholohichni kryterii formuvannia liderskoho potentsialu v yunatskomu vitsi: empirychni pokaznyky [Socio-psychological criteria for the formation of leadership potential in adolescence: empirical indicators]. *Problems of Modern Psychology. 4*, 84–91. DOI: <http://dx.doi.org/10.26661/2310-4368/2021-4-11> [in Ukrainian].
  38. Kalianov, A.V. (2010). Liderskyi potentsial osobystosti maibutnikh fakhivtsiv sotsionomichnykh profesii [The leadership potential of future specialists in socio-economic professions]. *Sotsioekonomika – Sotsioeconomy*. Donetsk: IEP NANU, pp. 131–143. Retrieved from: <http://dspace.nbuv.gov.ua/handle/123456789/39826/11-Kalyanov.pdf?sequence=1> [in Ukrainian].

## ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЧИННИК ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ ОСОБИСТОСТІ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

**Грандт В. В.**

*кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри психології  
Запорізький національний університет  
вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна  
[orcid.org/0000-0002-7488-5521](https://orcid.org/0000-0002-7488-5521)  
[vvgrandt@gmail.com](mailto:vvgrandt@gmail.com)*

**Ключові слова:** ПТСР,  
травма, юнацький вік,  
емоційний інтелект,  
посттравматичне зростання,  
копінг-стратегія, адаптація,  
стрес.

Статтю присвячено теоретичному аналізу проблеми емоційного інтелекту як чинника посттравматичного зростання особистості в юнацькому віці. Визначено, що рівень розвитку емоційного інтелекту, здатність усвідомлювати свої емоції та емоції інших та екологічно їх висловлювати та проживати є одними із головних чинників виникнення посттравматичного зростання в юнацькому віці. Емоційний інтелект розглянуто як чинник, що дає можливість сфокусуватись на внутрішніх процесах та адаптуватись до змін у життєвій ситуації, ефективно використовувати внутрішні та зовнішні ресурси замість того, щоб впадати у відчай чи звинувачувати інших.

Окрім того, визначено, що однією з особливостей посттравматичного зростання є вплив реакції оточення на травмувальну подію. Якщо є підтримка з боку соціуму, певні програми реабілітації жертв насильства чи постраждалих від військових дій та ін., це підвищує шанси на покращення життя через певний час після травмувальної події. Проаналізовано чинники, що ускладнюють посттравматичне зростання. Зазначено, що вірогідність успішного відновлення після травмувальної ситуації у юнацькому віці залежить від загального розвитку особистості та від розвитку емоційного інтелекту. Особи, в яких емоційний інтелект розвинений на досить високому рівні, краще справляються з травмувальними ситуаціями. Є усвідомлення власних емоцій і сформовані навички екологічного проживання власних емоцій та вміння просити та отримувати емоційну підтримку оточення та ефективно спілкуватись. Встановлено, що важливим чинником виникнення феномену посттравматичного зростання в юнацькому віці є проживання досвіду замість застосування стратегії уникнення, коли людина не говорить про подію та намагається заблокувати власні емоції.

Перспективними орієнтирами подальшого дослідження визначено проведення емпіричного дослідження впливу емоційного інтелекту на посттравматичне зростання особистості в юнацькому віці та розробка програми розвитку емоційного інтелекту в юнацькому віці.

## EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A FACTOR OF POST-TRAUMATIC GROWTH IN ADOLESCENCE

**Hrandt V. V.**

*Candidate of Psychological Sciences,  
Associate Professor at the Department of Psychology  
Zaporizhzhia National University  
Zhukovskoho str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-7488-5521  
vvgrandt@gmail.com*

**Key words:** PTSD, trauma, adolescence, emotional intelligence, post-traumatic growth, coping strategy, adaptation, stress.

The paper is devoted to the theoretical analysis of the emotional intelligence as a factor in post-traumatic growth of personality in adolescence. It is identified that the level of emotional intelligence development, the ability to recognize and express one's own emotions and those of others, and ecologically engage with them are among the main factors contributing to the emergence of post-traumatic growth in adolescence. Emotional intelligence is considered as a factor enabling individuals to focus on internal processes and adapt to changes in life situations, effectively utilizing internal and external resources, rather than succumbing to despair or blaming others.

Furthermore, it is recognized that one of the peculiarities of post-traumatic growth is the influence of the surrounding reactions to the traumatic event. If there is support from society, specific rehabilitation programs for victims of violence or those affected by military actions, it enhances the chances of improvement in life after a traumatic event. Factors complicating post-traumatic growth are analyzed in this article.

The paper emphasizes that the likelihood of successful recovery after a traumatic situation in adolescence depends on the overall personality development and the development of emotional intelligence. Individuals with a well-developed emotional intelligence cope better with traumatic situations, possessing awareness of their own emotions, skills in ecologically reacting to their emotions, and the ability to seek and receive emotional support from others, as well as effectively communicate.

It is established that a significant factor in the occurrence of the phenomenon of post-traumatic growth in adolescence is the experience processing instead of employing avoidance strategies, where individuals do not talk about the event and try to block their own emotions.

Prospective directions for further research include conducting empirical studies on the impact of emotional intelligence on post-traumatic growth of personality in adolescence and developing a program for the development of emotional intelligence in adolescence.

**Постановка проблеми.** Воєнні дії на території України змушують стикатися з травмувальним досвідом майже кожного українця. Дослідження проблеми посттравматичного стресового розладу широко представлені у сучасній науковій літературі, але необхідно зазначити, що, незважаючи на широкий спектр досліджень, присвячених цій проблематиці, саме аналіз посттравматичного зростання (ПТЗ) та чинників, що впливають на його розвиток, потребує більшої уваги.

У цій статті феномен посттравматичного зростання розглядається в межах певного вікового періоду, а саме юнацького віку, у зв'язку

з тим, що цей віковий період характеризується інтенсивними та динамічними змінами в житті особистості. Можлива зміна характеру діяльності, місця навчання, зміна місця проживання у зв'язку з військовими діями та через необхідність навчання, працевлаштування чи у зв'язку з іншими обставинами. Юнацький вік супроводжується кризою розвитку, процесом самоідентифікації, вибудовуванням відносин з однолітками та ін. Це період, коли досить високою є здатність до адаптації та навчання не лише в академічному чи професійному сенсі, а і в життєвих ситуаціях. Рівень розвитку емоційного інтелекту вищий ніж у під-

літків, але здебільшого не так фундаментально функціонує, як у зрілому віці. Розвиток емоційного інтелекту може допомогти молодим людям краще розуміти свої емоції, керувати ними і впроваджувати ефективні копінг-стратегії у разі зіткнення з травмувальними подіями.

Теоретична і практична значущість проблеми посттравматичного зростання у юнацькому віці та вплив емоційного інтелекту на ПТЗ ґрунтується на соціально-економічних змінах у країні та суспільстві, які відбуваються внаслідок повномасштабного вторгнення, впливу світових економічних та політичних процесів, підвищення рівня міграції та переміщення родин загалом та осіб юнацького віку зокрема. Особливості впливу емоційного інтелекту на можливості уникнення ПТЗ та сприяння прояву посттравматичного зростання мають практичне значення для психотерапевтів, соціальних працівників та педагогів, які працюють з цією віковою категорією.

Науковим підґрунтям для розгляду зазначеної проблеми є праці зарубіжних та вітчизняних науковців. Значну цінність для вивчення феномену посттравматичного зростання мають дослідження та наукові праці, представлені Р. Тадескі [1] та Л. Калхуном. Також певні аспекти ПТЗ розкриті в роботах Р. Бранчарда та В. Франкла. Проблема емоційного інтелекту висвітлена в роботах Д. Гоулмана, Д. Карузо, П. Саловея і Дж. Майера [18; 19; 20]. Вікові особливості юнацтва та вікові кризи, через які проходить особистість упродовж життя, вивчали такі дослідники, як О. Винославська, І. Кон, Р. Гаулд, Д. Левінсон, Д. Вейлант, Е. Еріксон та ін. [5; 10; 7; 8; 9].

**Мета статті** – вивчити вплив емоційного інтелекту на посттравматичне зростання особистості в юнацькому віці.

**Результати дослідження.** Посттравматичне зростання як феномен вперше було описано у 1995 році, і чіткого визначення чи однозначної думки стосовно його наповнення та динаміки не сформовано в наукових колах. Безпосередньо термін «Посттравматичний ріст» (PTG) було введено Р. Тадескі та Л. Калхуном під час дослідження впливу на особистісний розвиток на сприйняття світу катастроф та нещасних випадків [1]. Дослідження насамперед стосувалось осіб, які постраждали під час катастрофи на морі Herald of Free Enterprise. Великий 8-палубний паром, який перевозив і пасажирів, і автомобілі, через кілька хвилин після відправлення з порту Зебрюгге в Бельгії перекинувся, причиною трагедії назвали помилки людей та технічні проблеми. Загальна кількість загиблих досягла майже 200 осіб. Повторне дослідження і обстеження потерпілих, які вижили, було проведено вченими у 1990 році, і в результаті цього дослідження було виявлено, що

близько 47% осіб стали більш песимістично та негативно ставитись до життя, але у 43% людей, які пережили цю трагедію, ставлення до життя змінилось на краще [1].

Таким чином, феномен посттравматичного зростання являє собою зміни позитивного характеру, які відбуваються з людиною після переживання психотравмувальної (або потенційно травмувальної) ситуації. Досить часто люди зазначають, що через якийсь час після психотравмувальної події змінюються їхні цінності, міжособистісні стосунки, досить часто покращуються відносини у родині, більш толерантним стає ставлення до колег та друзів, можливості і власне саме сприйняття своїх сил та можливостей значно розширюється. Людина починає бачити нові перспективи у ситуаціях, які раніше виглядали як глухий кут. Відбувається процес значного духовного розвитку, особистісного зростання, яке охоплює цінності людини, відбувається переосмислення життєвих пріоритетів, що стає поштовхом до розвитку і позитивних змін у різних сферах життя. Зростає та глибше усвідомлюється сама цінність життя, свободи та можливості розвиватись в очах людини.

Філософський складник поглядів на посттравматичне зростання ґрунтується на положенні, що психічне здоров'я людини передбачає певну конфронтацію з негативно забарвленими життєвими подіями. Однією з теорій, які мали на меті пояснити виникнення та існування, розгортання ПТЗ, стала концепція зруйнованих припущень [2]. Ця концепція зазначає, що психотравмувальна подія створює певний виклик механізмам адаптації та внутрішнім ресурсам особистості, а також впливає на її світогляд (Blanchard) [2]. Що ж до індивідуального характеру реакції на травму, засновник логотерапії В. Франкл вважав, що одна з головних характеристик травми – це суб'єктивність, тому і процес відновлення чи навіть зростання буде визначатися тими сенсами, які людина надає події, що сталася.

Однак, незважаючи на певні дослідження і великий інтерес до феномену посттравматичного зростання, загальноприйнятого визначення цього поняття поки що не існує в науці. Найбільш широко цитується та використовується визначення, запропоноване Р. Тадескі та Л. Калхуном у 1995 році, яке визначає ПТЗ як досвід позитивних змін. За їхньою теорією, ці зміни відбуваються з особистістю внаслідок боротьби з травмою або зіткнення зі складними життєвими кризами, серйозними травмувальними ситуаціями і подіями. Пропоноване визначення поняття посттравматичного зростання робить акцент саме на переживанні складних життєвих обставини, відходячи від понять життєвих стресів і неприємностей (Tedeschi, Calhoun) [5].

Отже, травмою (психотравмою) можна назвати будь-який сценарій чи подію, яка є трансформаційною за своєю природою та створює певний виклик для особистості і провокує її відкрити у собі нові сторони, нову поведінку, розвинути нові навички.

Розглянемо детальніше термін «психотравма». Дослідження та наукові праці, що стосуються теми психотравми та реакції на неї, підводять до певного узагальнення стосовно цього поняття. Термін «психотравма» варто розуміти як певний результат впливу на особистість одного чи групи стрес-чинників, які суб'єктивно мають дуже велике значення, тобто дуже важливі саме для цієї людини, навіть якщо це не стосується загрози життю чи здоров'ю чи загальнолюдських цінностей. Ситуації, події, які являють собою психотравмувальну ситуацію, досить сильно впливають на процеси саморегуляції і ускладнюють, порушують усі аспекти життєдіяльності людини, знижуючи їхню ефективність [3; 4]. Травма по-різному впливає на різних людей, навіть якщо умови, за яких відбулась психотравмувальна ситуація, обставини, вік та емоційний фізичний стан цих людей схожі.

Отже, розглянемо детальніше чинники, що впливають на вірогідність виникнення ПТСР.

До першого чинника можна віднести характеристики та особливості психотравмувальної ситуації («інтенсивність» та вид травми): наявність реальної загрози здоров'ю та життю; коли обставини травматичної події є неконтрольованими та неможливо спрогнозувати подальший розвиток; термін дії травматичної події, чинник жорстокості (наукові дослідження довели, що психіка легше сприймає і опрацьовує страшні події, які відбулись внаслідок природних катаклізмів чи надзвичайних ситуацій, і важче справляється з подіями, які спричинені жорстоким поведінням однієї людини стосовно інших (вбивства, зради, насильство та ін.).

Другий чинник – внутрішні ресурси та характеристики особистості, які формують її індивідуальну реакцію на стреси та складні життєві обставини: суб'єктивне сприйняття психотравмувальної ситуації, нюанси копінг-стратегій людини.

Третій чинник – наявність чи відсутність близького кола спілкування, оточення, яке здатне надати емоційну чи будь-яку іншу підтримку (тобто зовнішні ресурси): самотність, наявність чи відсутність підтримки з боку соціуму, нездорові реакції з боку друзів та родини (звинувачення, знецінення емоцій чи досвіду особистості, замовчування самого факту травми тощо).

Травма змінює життя людини, впливає на ефективність її життєдіяльності, сповільнює або у випадку посттравматичного зростання підсилює і прискорює розвиток особистості.

У межах раціонально-емотивної поведінкової терапії, а саме в роботах А. Елліса, пропонується таке пояснення механізмів розвитку та розгортання посттравматичного зростання. Відповідно до Моделі АВС, яку пропонує А. Елліс, те, як особистість ставиться до конкретної ситуації чи події, залежить від так званого перцептивного фільтру, а не від того, наскільки справді є страшною, небезпечною чи складною певна подія. Відбувається певна подія (A-Action), формується певне переконання щодо події (B-Belief), далі настає певний ефект (C-Consequent effect). Оскільки можна зробити висновок, що подія спричиняє ефект, згідно з поглядами А. Елліса, переконання про подію відповідає за виникаючу емоцію. Якщо змінити переконання, то почуття також зміняться. Люди, які переживають ПТСР після травмувальної події, сприймають подію не лише як нещастя, але й як можливість зміцнитись та стати сильнішим у результаті несприятливих подій [16]. Однак очевидним є те, що метою психотерапевтичного втручання має бути саме зростання, а не зменшення страждань, і саме це є значною відмінністю від звичної парадигми. Автори також акцентують увагу на тому, що відомі способи полегшення посттравматичних стресових станів не завжди сприяють посттравматичному зростанню, більше того, деякі з наявних підходів до терапії посттравматичних розладів навіть можуть перешкоджати зростанню та поєднаним з ним процесам [5; 6; 13].

Здатність розуміти, ідентифікувати свої емоції та екологічно проявляти їх у міжособистісних стосунках і проживанні наслідків травми безпосередньо впливають на те, якою буде перспектива особистості. Тобто, чи призведе травма до зупинки розвитку, виникнення небажаних поведінкових патернів, чи, навпаки, психотравмувальна подія стане поштовхом для змін та розвитку. Якщо порівнювати особливості юнацького віку та його можливості до адаптації з похилим чи підлітковим віком, то юнацтво є у значно більш вигідній позиції. Емоційний фон більш стабільний ніж у підлітковому віці, гнучкість, рівень життєвої енергії вищий, ніж у осіб зрілого та похилого віку. Емоційний інтелект зазвичай розвинений досить сильно у цей віковий період порівняно з попередніми віковими періодами.

Науково досліджено, що рівень розвитку емоційного інтелекту, зокрема здібностей до усвідомлення та ідентифікації, а також свідомої регуляції емоцій, значно нижчий у віці 13–16 років порівняно з розвитком емоційного інтелекту у 17–18 років. Можна також спостерігати відмінності між розвитком емоційного інтелекту у ранньому і пізньому юнацькому віці. У більш ранньому віці характерною є менша узгодженість

вимірюваних характеристик емоційного інтелекту порівняно з такими ж характеристиками емоційного інтелекту осіб старшого юнацького віку. Важливим аспектом у процесі розвитку емоційного інтелекту є збалансованість його складників з віковими, психофізіологічними, а також когнітивними параметрами та індивідуальними особливостями людини. Збалансованість розвитку емоційного інтелекту в юнацькому віці взаємозалежна із силою і рухливістю психічних процесів, загальним інтелектом, мотиваційними, емоційно-вольовими компонентами [7; 8].

Структурна та функціональна єдність всіх складників емоційного інтелекту, таких як здібності до ідентифікації, розуміння, використання, свідомої регуляції власних емоцій, сприяє ефективній міжособистісній взаємодії і також проявляється в тому, що афективно-когнітивний, поведінково-діяльнісний та мотиваційно-рефлексивний компоненти емоційного інтелекту особистості юнацького віку є єдиною системою в процесі актуалізації і здійснення механізмів емоційних, інтелектуальних, діяльнісних функцій.

Можливості та вірогідність посттравматичного зростання, з одного боку, може бути вищим для юнаків, тому що є певна гнучкість процесів мислення, звички та життєві цінності ще продовжують формуватися. З іншого боку, для них часто характерні прояви максималізму в погляді на життя, що може ускладнити процес переживання психотравматичної ситуації і зробити майже неможливим посттравматичне зростання. Велику роль гратимуть оточення та його вплив, індивідуальні особливості людини і, звичайно, рівень розвитку емоційного інтелекту [9; 12].

Велике значення також має і загальний розвиток особистості. Вивчаючи реакції людей на психотравмуючі події, польський психіатр К. Дабровський стверджував, що «позитивна дезінтеграція» може бути досвідом, що сприяє зростанню особистості. Вивчивши низку людей з високим рівнем розвитку емоційного інтелекту та загального інтелекту, К. Дабровський дійшов висновку, що здоровий розвиток особистості часто вимагає дезінтеграції структури особистості, що може тимчасово призвести до психологічного напруження, невпевненості у собі, тривоги і депресії. Однак К. Дабровський вважав, що саме цей процес, як це відбувається під час вікової кризи, наприклад, може призвести до глибшого усвідомлення особистістю того, ким вона може бути, і, зрештою, призводить до вищого рівня розвитку особистості [10; 11].

Ключовим чинником, який дозволяє особистості перетворити негаразди, стрес та травмуючу ситуацію на можливості зростання чи навіть на переваги, є ступінь усвідомлення власних думок

та почуттів, пов'язаних з психотравматичною ситуацією. Когнітивний пошук, який можна визначити як загальну цікавість до інформації і тенденцію до багаторівневого аналізу та гнучкості в обробці інформації, дозволяє особистості цікавитися заплутаними, складними ситуаціями, збільшуючи ймовірність того, що буде знайдено новий сенс у, здавалося б, незбагнених речах або страшних подіях. У цьому сенсі ПТЗ і можливості емоційного інтелекту перетинаються певним чином з психологією та філософією В. Франкла, який знайшов сенс жити і вижити у надскладних умовах концтабору і впродовж життя опрацьовував, усвідомлював свій досвід і створив на його основі цілу теорію, систему, яка допомагає людям знайти сенс життя у складних життєвих обставинах.

Варто зазначити, що більшість кроків, які ведуть до особистісного зростання після травми, насправді суперечать нашій природній схильності уникати вкрай незручних емоцій, думок, дій, ситуацій. Однак, лише відкинувши певні захисні механізми і підійшовши до дискомфорту впритул, розглядаючи всі складні обставини як підґрунтя для власного зростання, особистість може почати приймати неминучі життєві парадокси та катаклізми як даність, а не трагедію, і прийти до більш практичного та реалістичного погляду на реальність, з урахуванням усіх нюансів, дрібниць і можливостей ситуації, що відбулась [14].

Після травматичної події чи то важкої хвороби, чи то втрати близької людини, чи участі навіть як свідка у певних психотравматичних ситуаціях, досить природно для особистості переживати цю подію, емоційно реагувати, постійно думати про те, що сталося, прокручувати думки і почуття знову і знову. Румінація часто є ознакою того, що особистість наполегливо працює над осмисленням того, що сталося, активно руйнує старі системи переконань і створює нові структури життєвого сенсу та власної ідентичності.

Зазвичай роздуми починаються як автоматичні, нав'язливі та повторювані, з часом процес мислення стає більш організованим, контрольованим і цілеспрямованим. Розвиток емоційного інтелекту, робота з психотерапевтом, ведення емоційних щоденників можуть допомогти швидше та ефективніше структурувати потік думок.

Процес трансформації, який починається після травматичної ситуації, безумовно, може бути болісним, але осмислення і усвідомлення в поєднанні із сильною системою соціальної підтримки та іншими способами самовираження і саморегуляції можуть бути дуже корисними для зростання і дають особистості змогу відкрити глибокі резерви власної психіки та запустити адаптаційні механізми, наявність яких може бути неочікуваною і для самої людини і для її оточення.

Водночас такі емоції, як сум, гнів, смуток, відчай, є звичайною передбачуваною реакцією особистості на травму. Замість того, щоб робити все можливе, щоб заглушити чи зупинити процес проживання цих емоцій або «саморегулювати» ці емоції занадто жорстко, людині варто дати собі можливість і час прожити ці емоції. Уникнення досвіду – уникнення страшних думок, почуттів і відчуттів парадоксальним чином погіршує ситуацію, зміцнюючи віру особистості в те, що світ не є безпечним, і ускладнюючи досягнення цінних довгострокових цілей через тривогу, наростання апатичних станів та втрату сенсів [15]. Уникаючи досвіду, особистість вимикає певні дослідницькі здібності, тим самим витрачаючи велику кількість можливостей для отримання позитивного досвіду і формування нових сенсів. Основною ідеєю терапії та самопомоги в процесі проживання наслідків психотравмальної ситуації має бути прийняття, яке допоможе людині підвищити свою «психологічну гнучкість». Розвиваючи психологічну гнучкість, особистість отримує здатність дивитись на світ з відкритістю і краще реагувати на події, бачити можливі рішення навіть у складних ситуаціях, що йде на користь вибраних особистістю цінностей та життєвих орієнтирів [15; 16; 17].

Проаналізовано дослідження, яке було проведене Т. Кашданом і Дж. Кейн, в якому вони оцінювали роль уникнення досвіду та уникнення проживання досвіду в посттравматичному зростанні у вибірці студентів коледжу. У цій вибірці найчастіше повідомлялося про такі травми, як раптова смерть близької людини, автомобільна аварія, насильство у сім'ї та стихійне лихо. Т. Кашдан і Дж. Кейн виявили, що чим сильніший дистрес, тим сильніше посттравматичне зростання, але тільки у тих, хто має низький рівень уникнення досвіду. Ті, хто повідомляв про більший дистрес і мало покладався на уникнення, демонстрували згодом вищий рівень особистісного зростання і переоцінку сенсів життя в позитивному ключі.

У тих, хто вдавався до експериментального уникнення, картина була протилежною: більший дистрес асоціювався з нижчими рівнями посттравматичного зростання і сенсу життя. Це дослідження доповнює дані інших досліджень, які свідчать про те, що люди з низьким рівнем тривожності в поєднанні з низьким рівнем уникнення досвіду (тобто з високим рівнем психологічної гнучкості) зазначали, що їхнє життя покращилось після етапу проживання та емоційного відреагування психотравмальної ситуації. Але це дослідження також свідчить про те, що у них сам сенс життя стає більш наповненим та глибоким, усвідомленим та багатокомпонентним. Водночас можливе і підвищення сенсу самої психотравму-

вальної ситуації, але не в негативному ключі, як те, що зламало життя, а як певна точка зростання, яка спровокувала значні зміни [15].

Підвищений сенс, надання високої важливості подіям може бути чудовим підґрунтям для творчого самовираження. Саме відкритість до творчості, до самовираження та експресії емоцій через мистецтво можуть допомогти особистості подолати важкі обставини в юнацькому віці більше ніж у інших вікових періодах. Саме високий рівень розвитку емоційного інтелекту має вплив на те, чи будуть стратегії подолання стресу та травми руйнівними для особистості (погані звички, токсична поведінка з оточенням), чи адаптивними та такими, що провокують розвиток та посттравматичне зростання.

Одним з перших вивченням особливостей емоційного інтелекту займався Г. Гарднер, розділивши його на внутрішньоособистісний і міжособистісний. Міжособистісний інтелект описували в психологічній літературі і раніше, частіше за все використовуючи для його позначення такі терміни, як соціальний інтелект або соціальна компетентність. Поняття соціального інтелекту характеризувало вміння самої людини взаємодіяти з іншими людьми, на відміну від цього типу інтелекту, внутрішньоособистісний інтелект характеризують як уміння людини знайти себе, тобто самореалізуватись у житті, а також знайти мотиви і сенси для досягнення успіху [18].

Такі науковці, як Дж. Мейер і П. Селовеї, продовжували вивчати концепцію емоційного інтелекту, започатковану Г. Гарднером. Ці вчені стверджували, що особистість, в якій високий рівень розвитку емоційного інтелекту, має п'ять основних здібностей, які стосуються емоційної сфери: усвідомлення людиною власних емоцій; свідоме управління емоціями та їх проявами; здатність мотивувати себе до діяльності та досягнення мети; здатність розпізнавати свої емоції, також здатність ідентифікувати чи навіть прогнозувати певним чином емоції, які можуть виникати в інших людей у конкретних ситуаціях; вміння підтримувати доброзичливі стосунки із соціумом як мистецтво позитивного ставлення до інших людей [19].

Так, Б. Лемберг наголошував, що емоційний інтелект – не що інше як здатність ідентифікувати, розуміти власні емоції, користуватись можливостями їх прояву і керувати ними; це здатність, яка дозволяє знизити стрес, сприяє ефективному спілкуванню, подоланню життєвих обставин та перешкод і ефективному розв'язанню конфліктних ситуацій.

Р. Бар-Он стверджував, що емоційний інтелект являє собою сукупність емоційних, соціальних та особистісних здібностей, які мають вплив



на загальну здатність ефективно відповідати на виклики та вимоги навколишнього середовища [20].

Р. Бар-Он виокремив п'ять основних компонентів емоційного інтелекту: пізнання себе, усвідомлення та ідентифікація власних емоцій, а також пов'язані з цим самоповага, самоактуалізація; навички міжособистісного спілкування, в основі яких емпатія та соціальна відповідальність; здатність адаптуватись, гнучкість, конструктивний підхід до розв'язання проблем; внутрішній стрес-менеджмент, управління стресовими ситуаціями, контроль імпульсивності, стресостійкість; домінування позитивного настрою, оптимізму.

Усі ці вище зазначені складники емоційного інтелекту дозволяють у разі зіткнення зі стресовими ситуаціями опрацьовувати їх на психічному рівні, що сприяє психічному здоров'ю та відкриває можливості для посттравматичного зростання у юнацькому віці. Усвідомлення особистістю власних емоцій, здатність знайти оптимальні форми міжособистісної взаємодії, екологічна експресія замість утримання емоційних переживань високої інтенсивності всередині, здатність гнучко реагувати на ситуації та емоційні реакції інших людей – все це дозволяє ефективно справлятися зі складними життєвими обставинами, психотравматичними ситуаціями, зберігаючи психічне здоров'я та використовуючи згодом цей досвід у межах особистісного розвитку.

**Висновки.** Високий рівень розвитку емоційного інтелекту, здатність усвідомлювати свої емоції та емоції інших та екологічно їх висловлювати та проживати є одним із головних чинників виникнення феномену посттравматичного зростання у юнацькому віці. Емоційний інтелект дає можливість сфокусуватись на внутрішніх процесах та адаптуватись до змін у життєвій ситуації, ефективно використовувати внутрішні та зовнішні ресурси замість того, щоб впасти у відчай чи звинувачувати інших.

Водночас необхідно зазначити, що не лише емоційний інтелект, але й загальний рівень розвитку особистості, психологічна грамотність, загальний інтелект впливають на те, як людина реагує на стрес чи психотравматичну подію. Чим вищий загальний рівень розвитку особистості, тим більшою є вірогідність швидкої та ефективної адаптації до будь-яких обставин.

Важливим чинником позитивних змін після переживання травми, тобто виникнення феномену посттравматичного зростання, є підтримка оточення та суспільства. Якщо емоції особистості знецінюються, а сам факт події замовчується чи не обговорюється тією мірою, яка потрібна особистості, це негативно впливає на процес проживання емоцій після психотравматичної події.

Вірогідність посттравматичного зростання може бути вищою в юнацькому віці за рахунок гнучкості процесів мислення, більш високої здатності до навчання та адаптації до нових умов порівняно із більш зрілим віком чи підлітками. Загалом, більш висока вірогідність виникнення посттравматичного зростання, підґрунтям якого є в тому числі емоційний інтелект особистості, більш характерна для старшого юнацького віку. Розуміння своїх емоцій та вміння екологічно з ними справитись допомагає врешті-решт змінити себе та адаптуватись до життя після психотравматичної ситуації.

Вірогідність посттравматичного зростання може бути вищою в юнацькому віці за рахунок гнучкості процесів мислення, більш високої здатності до навчання та адаптації до нових умов порівняно із більш зрілим віком чи підлітками. Загалом, більш висока вірогідність виникнення посттравматичного зростання, підґрунтям якого є в тому числі емоційний інтелект особистості, більш характерна для старшого юнацького віку. Розуміння своїх емоцій та вміння екологічно з ними справитись допомагає врешті-решт змінити себе та адаптуватись до життя після психотравматичної ситуації.

Перспективними орієнтирами подальшого дослідження є проведення емпіричного дослідження впливу емоційного інтелекту на посттравматичне зростання особистості в юнацькому віці та розробка програми розвитку емоційного інтелекту в юнацькому віці.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Tedeschi R.G., Shakespeare-Finch J., Taku K., Calhoun L.G. Posttraumatic Growth: Theory, Research, and Applications. 1st ed. Routledge. 2018. <https://doi.org/10.4324/9781315527451>.
2. Blanchard G.T. Transcending trauma: Post-traumatic growth following physical, sexual, and emotional abuse. Brandon, VT : Safer Society Press. 2013.
3. Рибак О.С. Поняття посттравматичного зростання в позитивній психології. *Psychological journal*. № 8. 2022.
4. Герман Д. Психологічна травма та шлях до видужання. Наслідки насильства – від знущань у сім'ї до політичного терору. Львів : Видавництво Старого Лева, 2019.
5. Климчук В.О. Психологія посттравматичного зростання : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД. 2020.
6. Карпенко Є.В. Сучасні вектори дослідження емоційного інтелекту особистості. *Психологія і особистість*. 2019, № 1 (15). С. 60–72. <http://doi.org/10.5281/zenodo.2559617>.
7. Савчин М. Загальна психологія. Київ : Академія, 2024.
8. Варій М. Психологія : навчальний посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2021. 288 с.
9. Іваницький О.І. Проблема розвитку емоційного інтелекту майбутніх вчителів природничих предметів. *Науково-дослідна робота в системі підготовки фахівців-педагогів у природничій, психологічній і комп'ютерній галузях* : матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції (19–20

- вересня 2019 р., м. Бердянськ). Бердянськ : БДПУ, 2019. С. 111–112. URL: <http://bdpu.org/materialy-vii-mizhnarodnoyi-naukovo-praktychnoyi-konferentsiyi/>.
10. Марчук С.В. Теоретичний аналіз поняття емоційного інтелекту в психології. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. Випуск 3. 2021. С. 20–23. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.3.4>.
  11. Предко В.В. Розвиток життєстійкості як провідний механізм задля внутрішнього відновлення учасників освітнього процесу у воєнний період. 2022. С. 251–253.
  12. Титаренко Т.М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.
  13. Чабан О.С., Хаустова О.О., Омелянович В.Ю. Психічні розлади воєнного часу : монографія. 2023.
  14. Blais R.K., Tirone V., Orłowska D., Lofgreen A., Klassen, B., Held P., Stevens, N., Zalta A.K. Self-reported PTSD symptoms and social support in U.S. military service members and veterans: a meta-analysis. *European Journal of Psychotraumatology*. 2021.
  15. Kaufman Scott Barry. TRANSCEND: The New Science of Self-actualization. Penguin Publishing Group. LLC. 2020.
  16. Boals A., Bedford L.A., Callahan J.L. Perceptions of Change after a Trauma and Perceived Posttraumatic Growth: A Prospective Examination. *Behav Sci (Basel)*. Jan 15;9(1):10. 2019. DOI: 10.3390/bs9010010. PMID: 30650567; PMCID: PMC6359254
  17. Fogle B.M., Tsai J., Mota N., Harpaz-Rotem I., Krystal J.H., Southwick S.M. & Pietrzak R.H. The National Health and Resilience in Veterans Study: A Narrative Review and Future Directions. *Front. Psychiatry*, 11:538218. 2020. DOI: 10.3389/fpsyt.2020.538218
  18. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С.Л. Гумецької. Харків : Віват, 2018. 512 с.
  19. Фішер Роджер, Шапіро Даніель. Емоційний інтелект в перемовинах. Київ : Сварог, 2023, 254 с.
  20. Дестено Девід. Емоційний успіх. Як отримати бажане та необхідне від життя за допомогою трьох ключових емоцій. Харків : Фабула, 2019.

#### REFERENCES

1. Tedeschi, R.G., Shakespeare-Finch, J., Taku, K., Calhoun, L.G. (2018). *Posttraumatic Growth: Theory, Research, and Applications*. 1st ed. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315527451>.
2. Blanchard, G.T. (2013). *Transcending trauma: Post-traumatic growth following physical, sexual, and emotional abuse*. Brandon, VT: Safer Society Press.
3. Rybak, O.S. (2022). The concept of posttraumatic growth in positive psychology. *Psychological journal*. No. 8.
4. Herman, D. (2019). *Psychological trauma and the path to recovery. Consequences of violence – from abuse in the family to political terror*. Lviv: Sary Lev Publishing House [in Ukrainian].
5. Klimchuk, V.O. (2020). *Psychology of post-traumatic growth: monograph*. Kropyvnytskyi: Imex-LTD [in Ukrainian].
6. Karpenko, E.V. (2019). Modern research vectors of emotional intelligence of the individual. *Psychology and personality*. No. 1 (15). 60–72. <http://doi.org/10.5281/zenodo.2559617> [in Ukrainian].
7. Savchyn, M. (2024). *General psychology*. Kyiv: Academy [in Ukrainian].
8. Vary, M. (2021). *Psychology: study guide*. Kyiv: Center for Educational Literature, 288 [in Ukrainian].
9. Ivanytskyi, O.I. (2019). The problem of developing emotional intelligence of future teachers of natural sciences. *Research work in the system of training specialists-pedagogues in the natural sciences, psychology and computer fields: Materials of the VII International Scientific and Practical Conference (September 19–20, 2019, Berdyansk)*. Berdyansk: BDPU. 111–112. Retrieved from: <http://bdpu.org/materialy-vii-mizhnarodnoyi-naukovo-praktychnoyi-konferentsiyi/> [in Ukrainian].
10. Marchuk, S.V. (2021). Theoretical analysis of the concept of emotional intelligence in psychology. *Scientific bulletin of the Uzhhorod National University. Series: Psychology*. Issue 3. 20–23. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.3.4> [in Ukrainian].
11. Predko, V.V. (2022). The development of vitality as a leading mechanism for the internal recovery of participants in the educational process during the war period. 251–253 [in Ukrainian].
12. Tytarenko, T.M. (2018). *Psychological health of the individual: means of self-help in conditions of long-term traumatization: monograph*. National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Institute of Social and Political Psychology. Kropyvnytskyi: Imex-LTD, 160 [in Ukrainian].
13. Chaban, O.S., Haustova, O.O., Omelyanovych, V.Yu. (2023). *Mental disorders of wartime: a monograph* [in Ukrainian].

14. Blais, R.K., Tirone V., Orłowska, D., Lofgreen, A., Klassen, B., Held P., Stevens N., Zalta, A.K. (2021). Self-reported PTSD symptoms and social support in U.S. military service members and veterans: a meta-analysis. *European Journal of Psychotraumatology*.
15. Kaufman Scott Barry (2020). *TRANSCEND: The New Science of Self-actualization*. Penguin Publishing Group. LLC. 2020.
16. Boals, A., Bedford, L.A, Callahan, J.L. (2019). Perceptions of Change after a Trauma and Perceived Posttraumatic Growth: A Prospective Examination. *Behav Sci (Basel)*. Jan 15;9(1):10. DOI: 10.3390/bs9010010. PMID: 30650567; PMCID: PMC6359254
17. Fogle, B.M., Tsai, J., Mota, N., Harpaz-Rotem, I., Krystal, J. H., Southwick, S.M., Pietrzak, R.H. (2020). The National Health and Resilience in Veterans Study: A Narrative Review and Future Directions. *Front. Psychiatry*, 11:538218. DOI: 10.3389/fpsy.2020.538218
18. Goleman, D. (2018). Emotional intelligence / trans. from English Gumetska S.L. Kharkiv: Vivat. 512 [in Ukrainian].
19. Fisher Roger, Shapiro Daniel (2023). Emotional intelligence in negotiations. Kyiv: Svarog. 254 [in Ukrainian].
20. Desteno David (2019). Emotional success. How to get what you want and need from life with the help of three key emotions. Kharkiv: Fabula [in Ukrainian].

## ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ ЛГБТІК+ ЛЮДЕЙ

**Гречаник М. І.**

*психологиня,*

*аспірантка кафедри психології*

*Запорізький національний університет*

*вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна*

*[orcid.org/0000-0003-1650-3692](https://orcid.org/0000-0003-1650-3692)*

*[kunjutkazp@gmail.com](mailto:kunjutkazp@gmail.com)*

**Ключові слова:** *гендерна ідентичність, сексуальна орієнтація, фактори консультування, психоедукація, стрес меншин, інтерсекційність.*

Стаття розкриває фактори, які є важливими у процесі консультування ЛГБТІК-клієнтів: розуміння теми сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності, етапів формування гендерної ідентичності та статевого дозрівання, вживання коректної лексики, важливою є протидія мові ворожнечі у процесі консультування та трансформації внутрішніх установок, спростування міфів та стереотипів у цій темі, які є результатом пропаганди та можуть поширюватись самими клієнтами. Важливим завданням процесу консультування є психоедукація клієнта з різних питань – спектр може включати розуміння себе, своїх станів, функціонування суспільства, наприклад, вплив гетеронормативної системи на ставлення до ЛГБТІК-спільноти, прийняття себе, знання про стрес меншин, інтреналізовану гомофобію тощо. У процесі консультування важливим є розуміння концепції інтерсекційності (наприклад, якщо клієнт є представником ЛГБТІК-спільноти та живе з ВІЛ), також до особливостей консультування ЛГБТІК-клієнтів можна віднести специфіку роботи з постраждалими від насильства та його наслідками, оскільки, за результатами досліджень, ЛГБТІК+ люди мають вищі показники порушень ментального здоров'я через високий рівень гомофобії, трансфобії та часті випадки насильства щодо ЛГБТІК як усередині сімейної системи, так і в межах суспільства. В процесі консультування можна виділити специфічні і неспецифічні запити; до специфічних запитів відносять тему камінг-ауту, аутингу, особливості переходу, тему інтерналізованої гомофобії, дію та наслідки стресу меншин тощо.

## FEATURES OF PSYCHOLOGICAL COUNSELLING LGBTIQ+ PEOPLE

**Hrechanyk M. I.**

*Psychologist,*

*Postgraduate Student at the Department of Psychology*

*Zaporizhzhia National University*

*Zhukovskoho str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine*

*orcid.org/0000-0003-1650-3692*

*kunjutkazp@gmail.com*

**Key words:** *gender identity, sexual orientation, counseling factors, psychoeducation, minority stress, intersectionality.*

The article reveals the factors that are important in the process of counseling LGBTIQ clients: understanding those of sexual orientation and gender identity, stages of formation of gender identity and state maturation, living correctly vocabulary, important counteracting the strategy in the process of consultation and transformation of internal attitudes, the development of myths and stereotypes of this topic, which are the result of propaganda, can be expanded by the clients themselves. An important part of the counseling process is the psychoeducation of the client from various sources – the spectrum may include understanding oneself, one's own personalities, the functioning of the marriage, for example, the infusion of the heteronormative system into setting up LGBTIQ diversity, accepted you yourself, knowing about the stress of men, internalized homophobia, etc. In the counseling process, a reasonable concept of intersectionality is important (for example, if the client is a representative of the LGBTIQ population and lives with HIV), and specifics can be added to the specifics of counseling LGBTIQ clients during the work with victims of violence and their inheritance, fragments in the results of surveillance, LGBTIQ people. There are further indications of deterioration of mental health through high levels of homophobia, transphobia and frequent episodes of violence among LGBTIQ people, both within the family system and between marriages. During the consultation process, you can see specific and non-specific questions. Before specific questions, we introduce the theme of coming out, outing, the peculiarities of transition, the theme of internalized homophobia, the impact of stress on minorities, etc.

**Постановка проблеми.** Тема різноманіття гендерної ідентичності та сексуальної орієнтації є одним з прикладів, коли ідеологія впливає на наукові дослідження. Можна виділити такі твердження, які показують основну думку поглядів учених на це питання. Представники психодинамічного підходу R. Friedman and J. Downey [15] стверджують, що гомосексуальність не можна вважати парафілією, оскільки гомосексуальність являє собою сексуальну схильність та набір сексуальних дій, які можуть бути настільки ж широкими, гнучкими, багатими, як і гетеросексуальні обов'язки. Корифей психодинамічного підходу І. Меуер [11] пропонує включати вплив стигми та дискримінації на психічне здоров'я представників ЛГБТІК+. Концептуальна модель стресу меншин описує стресори, вбудовані у соціальне становище осіб сексуальних меншин, як причини станів, пов'язаних зі здоров'ям, таких як психічні розлади, психологічний дистрес, фізичні розлади,

здоров'я поведінки (наприклад, куріння, зловживання алкоголем) і в більш загальному плані відчуття благополуччя.

**Мета статті** – сформулювати та систематизувати особливості психологічного консультування ЛГБТІК-клієнтів, виокремити фактори, які впливають на процес консультування та сформулювати основні запити, з якими звертаються клієнти.

S. Freud не розглядав гомосексуальність як патологію, а сприймав гомосексуальність як частину сексуальної конституції кожної людини, а отже, сама по собі не є проблемою. «Психоаналітичні дослідження, – стверджував він у 1915 році, – виявили, що всі люди здатні зробити гомосексуальний вибір об'єкта і фактично зробили його у своїй несвідомості [16]. О. Kernberg [7] у своїх роботах наполягає на аспекті полярності між здоров'ям та патологією для гомосексуальності, хоча погоджується, що такий самий спектр можна описати і для гетеросексуальних стосунків.

I. Meyer [11] модель стресу меншини припускає, що через стигму, упередження та дискримінацію лесбійки, геї та бісексуали відчувають більше стресу, ніж гетеросексуали, і що цей стрес може призвести до психічних і фізичних розладів.

Перехресні та поздовжні епідеміологічні дослідження показали, що гомосексуальні підлітки обох статей у два-шість разів частіше намагаються вчинити самогубство, ніж їхні гетеросексуальні однолітки (Blake et al., 2001; Garofalo, Wolf, Wissow, Woods, & Goodman, 1999; Gappi, 1989 Remafedi, French, Story, Resnick, & Blum, 1998; Russell & Joyner, 2001). Серед досліджених 137 чоловіків-геїв і бісексуалів віком від 14 до 21 року (вибране з доклінічної вибірки) майже одна третина суб'єктів повідомили про принаймні одну спробу самогубства, і майже половина з них неодноразово намагалися вчинити самогубство, а 54% спроб вважаються середнім або високим ризиком летального результату (Remafedi, Farrow, & Deisher, 1993). Подібно до результатів Remafedi et al. (1998), Garofalo et al. (1999) виявили, що сексуальна орієнтація має незалежний зв'язок зі спробами самогубства чоловіків. Для жінок асоціація сексуальної орієнтації із суїцидальністю може бути опосередкована вживанням наркотиків і поведінкою насильства/віктимізації.

Представники поведінкового підходу L. Oshin et al. [14] у своєму дослідженні порівнювали ефективність діалектичної поведінкової терапії (DBT) для дорослих лесбійок, геїв, бісексуалів і диваків (LGBQ) і гетеросексуалів, у яких був діагностований межовий розлад особистості (Borderline personality disorder – BPD). ЛГБК-клієнти повідомили про значне зменшення симптомів межового розладу особистості, симптомів депресії, функціональних порушень, порушення регуляції емоцій та дисфункціонального копіngu. ЛГБК-клієнти також повідомили про значне збільшення використання навичок DBT. Порівняння між клієнтами ЛГБК та гетеросексуальними клієнтами показало, що, хоча у клієнтів ЛГБК спостерігалось значне зниження всіх показників психопатології, вони мали значно менші зміни, ніж гетеросексуальні клієнти, щодо симптомів депресії, функціональних порушень, порушення регуляції емоцій та дисфункціонального копіngu. Крім того, темпи збільшення використання навичок DBT були значно нижчими серед клієнтів ЛГБК. Результати показують, що покращення деяких симптомів може бути меншим порівняно з гетеросексуальними клієнтами. K. Balsam et al. [2] стверджує, що когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є найбільш широко вивченим методом лікування широкого спектра

проблем психічного здоров'я та міжособистісних стосунків. Представники ЛГБТК стикаються з різноманітними стресовими факторами, пов'язаними з їхньою сексуальною орієнтацією та гендерною ідентичністю та їхнім перетином з іншими ідентичностями.

Представник гуманістичного підходу L. Cosgrove [4] стверджує, що гуманістична психологія має давню традицію заперечувати імпліцитні припущення про природу суб'єктивності, як наслідок, привілейовування ролі раціонального в гуманістичному дискурсі ненавмисно сприяло дихотомічним і есенціалістським поглядам на маскуліність.

S.A. Carvalho et al. [2] наголошує, що у цисгендеронормативній культурі представники ЛГБТК можуть стикнутися з додатковими труднощами, які стануть на шляху осмисленого життя. Вчений наголошує, що суспільна структура впливає на психічне здоров'я і роз'яснює, що клініцисти повинні брати до уваги під час використання позитивної когнітивної поведінкової терапії (КПТ). Знання сучасної термінології та використання позитивної мови є першими кроками, які сприяють переживанню поваги у клієнтів, що має першорядне значення для розвитку хороших терапевтичних стосунків. Розглядаючи концептуальну основу стресу меншини для розуміння вразливості ЛГБТК, обговорюються особливості формулювання та ключові психологічні процеси.

Спочатку автори дослідження пропонують виокремити особливості консультування ЛГБТК.

Першим і важливим аспектом консультування ЛГБТК+ клієнтів є психоедукація. Причому цей аспект носить обопільний характер: з одного боку, певних знань та навичок потребує спеціаліст, з іншого – один із частих запитів клієнта є питання про приналежність його до ЛГБТК-спільноти, виділення чітких критеріїв, які б дозволили зняти напругу і визначитись, тобто клієнт потребує чіткої та прозорої інформації у питаннях, які порушує. Процес консультування ЛГБТК-клієнтів стосується не лише аспектів сексуальної орієнтації, гендерної ідентичності; питання є більш складним та багатограним – має бути сформоване розуміння функціонування нашого суспільства; розуміння впливу патріархального, релігійного, культурального факторів на формування внутрішніх та суспільних установок та упереджень. Важливим є розуміння зв'язку аспектів гендеронормативності, інтерсекційності токсичної маскуліності з темою сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності.

Важливим перетином є перетин теми насильства і теми гомофобії. Високий відсоток запитів

у консультуванні пов'язаний з темою насильства, наслідків насильства. Наприклад, у приватній практиці автора дослідження трапляються кейси, коли клієнти повідомляють про побиття з боку незнайомих, погрози у соціальних мережах, залякування, утримання проти волі, застосування холодної зброї, вимагання грошей та ін. Спеціалісту рекомендовано ознайомитись з поняттям домашнього та гендерно зумовленого насильства, з формами насильства, циклом насильства, основними положеннями Закону України про запобігання і протидію домашньому насильству, а також знати основний план дій клієнта у разі здійснення щодо клієнта насильства (наприклад, скласти план дій клієнта, щоб захистити себе з психологічної, правової та фізичної точки зору, мати перелік установ, куди клієнт має можливість звернутись, щоб протидіяти наслідкам вчиненого щодо клієнта насильства – правоохоронні органи, адвокат, соціальний працівник, психіатр тощо). Одним з частих запитів клієнта є неприйняття з боку батьків і здійснення насильства щодо клієнта протягом тривалого періоду. Виховуючи дитину, батьки використовують насильство як метод виховання. Чітка позиція у темі насильства та розуміння поняття насильства, його ознак, вміння відрізнити насильство від конфлікту є помічним у питанні консультування. Наприклад, польський психолог J. Melibruda [10] надає чіткі критерії насильства – це нанесення шкоди, умисні дії, розтягнуті у часі, порушення базових прав і потреб особистості у безпеці, і вертикальні стосунки, де спостерігається певна перевага однієї сторони над іншою. Поряд з темою насильства тісно йде тема віктимблеймінгу, адже часто клієнт у процесі консультування приймає відповідальність за те, що з ним відбувається, на себе, що зумовлено діями оточення. Наведемо кейс з практики: клієнт вирішив зробити яскравий манікюр і його батьки звинувачують клієнта у тому, що він провокує гомофобних знайомих на агресію щодо себе. Такі випадки непоодинокі. Важливо доносити до клієнта інформацію про віктимблеймінг, газлайтинг. Оскільки насильство та жорстоке поводження є травматичними, рекомендовано знати основні поняття з травма-терапії – як працює травма, яким чином травма впливає на психіку та мозок, що відбувається з особистістю після і як можна працювати з наслідками травми.

У процесі консультування часто порушуються теми сексуальності, ідентичності, гендеру та стосунків, а також тема стосунків між окремими гендерними групами та членами всередині гендерних груп, наприклад, стосунки між чоловіками і жінками, стосунки чоловіків з чоловіками і стосунки між жінками є окремими кате-

горіями, які опосередковано можуть впливати на формування ідентичності, сприйняття себе. Наприклад, частим запитом у роботі є сприйняття себе та власних рис особистості: деякі клієнти-геї відчують неприйняття себе, бажають бути більш «мужніми і маскулініми», оскільки серед їхнього оточення бути «справжнім чоловіком» безпечно. В таких випадках рекомендовано проводити психоедукацію про своєрідний континуум, де присутні різні чоловіки, і неможливо, щоб усі чоловіки були однаковими, що є концепція токсичної маскуліності, від якої страждають усі – і чоловіки, і жінки, хто не підпадає під такий зразок. Також можна поінформувати про явище фемфобії, яке пов'язане з патріархальним устроєм нашого суспільства.

Важливим також є розуміння базових термінів – етапів формування ідентичності та сексуальної орієнтації, базові теорії формування таких компонентів особистості. Це потрібно для того, щоб почуватися впевнено, оскільки одним з частих запитів клієнтів є саме запит на прояснення та структурування інформації з цього питання.

Наступним важливим аспектом є перетин теми прав людини і теми сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності. Варто зазначити, що питання консультування ЛГБТК+ людей прямо може переплітатись з темою порушення прав людини. ЛГБТК зазнають дискримінації та насильства на різних рівнях суспільства – є численні кейси. Коли людей не приймають на роботу або звільняють, виключають з груп, і є численні кейси, коли права ЛГБТК+ людей порушуються. Наприклад, зараз у контексті війни особливо гостро стоїть питання закріплення цивільного партнерства (можливо, тут можна вставити звіт про ЛГБТ-військових). Клієнти неодноразово наголошують, що вони не мають рівних прав, які надає шлюб: у питаннях управління спільним майном, виховання дітей, доступ до лікарні, отримання тіла та процес поховання. Ці аспекти можуть прямо чи опосередковано порушуватись у процесі консультування. Спеціалісту рекомендовано ознайомитись з основними поняттями Закону України «Про засади запобігання і протидії дискримінації в Україні», темою ксенофобії та ознаками, за якими дискримінація може здійснюватись. Наприклад, частими кейсами є випадки, коли клієнта звільняють з роботи, відмовляють у здачі в оренду житла тощо через сексуальну орієнтацію та гендерну ідентичність.

Важливим аспектом є також вживання коректної лексики, оскільки через мовне навантаження ми можемо транслювати ворожу позицію знецінення та дискримінації, наприклад, не рекомендується у процесі консультування використо-

увати такі дефініції, як «традиційні цінності», «ці люди», «секс-меншини» і т.ін, не кажучи вже про більш агресивні – «гоміки, трансї, підари і т.ін.». Помічним також може стати вживання фемінітивів, коректно прояснити у клієнта, як до нього варто звертатись і який займенник використовувати – це особливо може бути важливо для небінарних персон та квірів, які бажають бути поза бінарною системою. Із займенниками варто звернути увагу у консультуванні трансгендерних клієнтів – для них вкрай важливо використовувати правильні займенники та не вживати «мертві/старі» імена – це може посилювати прояви дисморфофобії та ретравмувати. І тут варто також відзначити, що всередині ЛГБТК-спільноти є різні бачення щодо термінів та понять: є позиція, коли квір належить до гендерної ідентичності, і є позиція, коли квір вважається парасольковим терміном, що виходить за рамки гендерної ідентичності.

Варто проаналізувати власну зануреність у систему дефініцій і ступінь транслювання та привнесення у процес консультування стереотипів та міфів, які пов'язані з темою прямо чи опосередковано, наприклад, є стереотипне твердження, що геї більш фемінні, мають жіночу поведінку і т.ін., а лесбійки схожі на чоловіків – альтернативою стане пояснення у цьому питанні наявності певної шкали і різноманіття: є різні чоловіки і різні жінки і т.інш; і є поняття токсичної маскуліності, яка шкодить і чоловікам, і жінкам. Або може бути привнесення помилкової інформації, наприклад, що геї є першоджерелом, яке поширює ВІЛ (за даними першим джерелом поширення ВІЛ-інфекції є незахищений гетеросексуальний контакт). Шлях слизької доріжки формують подвійні повідомлення, які маскують гомофобію та негласно підтримують порушення прав людини – наприклад, підтримка тези «я не проти ЛГБТ, але нехай вони сидять вдома», протиставлення меншості та більшості, такі тези можуть поставити клієнта у вразливу позицію.

С. Wilson стверджує, що «підлітки, приналежні до ЛГБТ+ спільноти, недоотримують підтримку та проходять прийняття себе у ворожому середовищі; статус стигматизованих меншин у гетеросексистській культурі створює та підтримує численні психосоціальні проблеми для цих людей» [17].

С. Mitter крізь психодраматичний погляд на гей-сексуальність під впливом діджиталізації, за результатами проведеної монодраматичної секс-терапії з геями, розкриває дискурс про вплив діджиталізації на встановлення ролі гея, очікування щодо сексуальної ролі серед геїв і, відповідно, переговори щодо конфігурацій сексуальних ролей у контексті гомосексуальних

стосунків. Автор вказує на такі особливості стосунків серед геїв, які виникають як запит у процесі консультування:

– використання платформ зі зворотним зв'язком, що дозволяє більше персонізувати контакт і взаємодіяти (наприклад, Pornhub, Grindr, Twitter, Reddit), окремі застосунки для стосунків у форматі «hook-up» англ.: розмовне та внутрішньосценне для «підібрати когось для сексу», як-от Monsters, Blued, BoyAhoj, Grindr, Hornet, Planet Romeo, Scruff (зразкове та неповне іменування), chemsex, що поєднує практику сексу та вплив речовин. Цей термін належить, з одного боку, до спеціальних речовин, що використовуються у сексуальному контексті, таких як кристалічний метамфетамін, мефедрон та/або GHB/GBL, гамма-гідроксимасляна кислота, а з іншого боку, прямо до чоловіків, які мають секс з чоловіками [9];

– «сучасна сексуальна залежність» (J. Riemersma, M. Sytsma 2013), яка, на противагу «класичній» сексуальній залежності, розвивається швидко внаслідок бурхливого розвитку інтернет-технологій і зумовлена раннім знайомством з графічним матеріалом сексуального характеру;

– drag/dragqueen – художньо-гумористичний образ чоловічого вигляду та поведінки жінки. Не плутати з трансвестизмом або трансвеститським фетишизмом.

У статті R. Lemke, M. Dannecker, S. Merz (2015) досліджується роль оголених фотографій у контексті самозображення в Інтернеті на прикладі онлайн-активності в чатах і порталах знайомств для гомосексуальних і бісексуальних чоловіків. Дані представлені з двох великих онлайн-опитувань, проведених у 2011 та 2013 роках серед користувачів порталу PlanetRomeo.com (n=18 632 та n=13 883). Окрім загального розповсюдження оголених фото на сторінках профілів користувачів, акцент статті зосереджено на мотивах, за якими там показують оголені фото. На основі представлених емпіричних висновків можна говорити про високу актуальність оголених зображень у процесі сексуалізації в чатах і порталах знайомств, а також в Інтернеті загалом.

Згідно з J. Gershony, важливим аспектом для дослідження проблематики ЛГБТ-клієнтів є контекст міграції: «...геї завжди мігрували з маленьких міст у великі міста у пошуках свободи та налагодження особистих зв'язків». Багато клієнтів у приватній практиці авторки дослідження відзначають у процесі консультування, що у своєму рідному місті вони не змогли б виразити себе через одяг, бути відкритими, у маленьких містах складніше знайти безпечний простір, здебільшого це є небезпечним для життя навіть у великих українських містах. З приватної практики частим кей-



сом є віддалені наслідки насильства, здійсненого над клієнтом через його сексуальну орієнтацію, коли у додатку сидять гомофоби, які займаються полюванням на геїв, та під час зустрічі здійснюють над клієнтами фізичне насильство, погрози, вимагають гроші і т.ін.

Наступним важливим аспектом, який порушується у процесі психологічного консультування, є конкуренція, яка, як не парадоксально, зумовлена камерністю ЛГБТІК-спільноти. D.M. Boyd, N.B. Ellison у своїй роботі стверджують про запуск конкуренції під час створення профілю та пошуку партнера/партнерки у соціальних мережах та застосунках для знайомств.

Темами, які можуть порушуватись у контексті діджиталізації у процесі консультування, є: секстинг між партнерами, надсилання оголених фото стороннім партнерам, погрози з боку партнерів поширити інтимні фото з метою розкрити сексуальну орієнтацію тощо.

Запити від клієнтів можна поділити на неспецифічні та специфічні, тобто такі, які пов'язані з темами сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності.

До специфічних запитів клієнтів ЛГБТІК можна віднести:

роботу з темою камінг-ауту – значна частина запитів може стосуватись відчуття напруги та тривоги, яку клієнт відчуває у процесі диференціації власного оточення щодо аспекту камінг-ауту, така тематика тісно перегукується з темою таємниці та табу – напруга виникає від того, що клієнт має контролювати коло спілкування та себе, щоб не сказати про себе там, де це небажано або небезпечно, додатковою темою тут є робота з тривогою, яка виникає у разі уявлення можливих наслідків для клієнта, дотичною тут є тема аутизму – розкриття інформації про сексуальну орієнтацію проти волі клієнта і наслідки аутизму;

інтерналізована гомофобія – такий аспект проявляється у відчутті провини, напруги, сумнівах, які відчуває клієнт щодо власної сексуальної орієнтації;

наслідками стресу меншин, розуміння себе та свого місця у контексті сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності, прийняття своєї ідентичності та сексуальної орієнтації, усвідомлення камерності спільноти, наслідки насильства та дискримінації.

Варто також віднести до специфіки консультування співпрацю з дружніми сервісами та спеціалістами. Наприклад, у процесі консультування клієнт може потребувати консультації у дружнього сімейного лікаря, ендокринолога (під час процесу переходу), психіатра, юриста, організацій, які займаються правами ЛГБТІК+ людей в Україні (у випадках насильства), тому рекомен-

дується мати зв'язки з відповідними спеціалістами і надавати клієнту контакти.

Окремою особливістю є поєднання ВІЛ+ статусу клієнта та його сексуальної орієнтації/гендерної ідентичності. Це може говорити про подвійну дискримінацію через статус клієнта та його природу, посилену стигматизацію. Тут важливою є концепція інтерсекційності у консультуванні – модель перетину різних дискримінацій, згідно з якою форми пригнічення та дискримінації відрізняються відповідно до різних факторів, наприклад, раси, сексуальної орієнтації, гендерної ідентичності, соціального статусу тощо і такі форми доповнюють одна одну. Цю концепцію варто враховувати, наприклад, у консультуванні ЛГБТІК+ клієнтів, які живуть з ВІЛ.

До неспецифічних запитів можуть бути віднесені запити по роботі з почуттям провини, робота з наслідками від насильства, дискримінації, булінгу, мобінгу, особистісні розлади, депресія, тривожність тощо.

Окремим аспектом, який можна віднести до неспецифічних запитів у роботі з клієнтами ЛГБТ, є робота з травмою або посттравматичним стресовим розладом та його наслідками.

Було проведено дослідження M.S. Bull, A. Rebecca (2006) з метою вивчення деяких складних факторів, які впливають на здатність ВІЛ+/СНІДу та лесбійок/бісексуалів/трансгендерів (ЛГБТ) досягати успіху в психотерапії та отримувати користь від неї. Мета цього дослідження полягала в тому, щоб розглянути шляхи, за допомогою яких терапевти можуть краще обслуговувати ці групи населення, визначаючи змінні терапевта, а також аспекти терапевтичного альянсу, які ВІЛ-інфіковані та ЛГБТ-індивіди сприймають як ключові фактори успішного результату курсу психотерапії. Ще один фокус полягав у дослідженні того, чи стадії розвитку сексуальної ідентичності ЛГБТ-індивідів пов'язані з перевагою характеристик терапевта, таких як стать і сексуальна орієнтація. Результати показали, що характеристика терапевта «прийняття ВІЛ+ осіб, а також ЛГБТ як розумного, життєздатного способу життя, гідного поваги, догляду та підтримки» сприймалася учасниками дослідження ЛГБТ як така, що сильно корелює з їхньою здатністю відчувати прогрес у терапії. Результати показали, що ЛГБТ та ВІЛ-позитивні суб'єкти оцінили «чесність, порядність, надійність» як одну з трьох найважливіших характеристик терапевта, за якою йшли п'ятнадцять (35,7%) учасників, які оцінили «майстерність терапевта», і десять (23,8%) суб'єктів, які оцінили «чуйність/емпатію», так і «прийняття ВІЛ-інфікованих осіб, а також ЛГБТ як розумний, життєздатний спосіб життя, гідний поваги, догляду та підтримки».

Аналізи засвідчили, що суб'єкти чоловічої статі вважали, що характеристики терапевтів, які самі є ВІЛ+ або мають певний особистий досвід із цією хворобою, сприяють терапевтичному результату. Відповіді ВІЛ-інфікованих суб'єктів свідчать про те, що характеристики терапевта, пов'язані з ВІЛ+ /ЛГБТ, впливають на їхню здатність отримувати користь від психотерапії. Отримані дані свідчать про те, що учасники дослідження найвище оцінили обидва аспекти терапевтичного альянсу: «Мені подобається терапевт як особистість» і «Я довіряю судженню терапевта». Т. Israel et al. [5] провели дослідження, покликане вивчити широкий спектр змінних, які характеризують корисний і некорисний досвід терапії лесбійок, геїв, бісексуалів і трансгендерів (ЛГБТ). Результати показали, що базові навички консультування та стосунки були ключовими детермінантами якості досвіду терапії ЛГБТ-клієнтів. Також важливими для корисності терапевтичного досвіду були такі змінні терапевта, як професійна освіта та ставлення до сексуальної орієнтації/гендерної ідентичності клієнта; клієнтські змінні, такі як стадія розвитку особистості, стан здоров'я та соціальна підтримка; і фактори навколишнього середовища, такі як конфіденційність і обстановки терапії.

Авторка працює у методі психодрами, тож є необхідність розділити процес консультування на такі фази і порівняти його з етапами консультування.

Р. Kellermann [6] описує ці фази таким чином: перша фаза психодрами є розігрівом і включає аналіз опору (Kellermann, 1983) і катарсис. Клієнту допомагають подолати той опір, який блокує його спонтанність. Катарсис не викликається і не гальмується, але дозволяється виникнути у свій час. Лише коли спілкування є відкритим і почуття протікають, клієнта заохочують до максимального виразу, щоб «випустити все назовні!». Особливою функцією катарсису в психодрамі є полегшення самовираження та посилення спонтанності. Самовираження – це більше ніж просто емоційне звільнення; воно включає у себе повідомлення сприйнятої внутрішньої та зовнішньої реальності, репрезентації себе та об'єкта, цінностей, захистів, образів тіла тощо. Клієнтів заохочують виражати себе якомога ширше, з їхньої унікальної суб'єктивної точки зору, в атмосфері, вільній від несхвалення або відплати. Друга фаза психодрами є фазою Дії і включає інтеграцію та впорядкування почуттів. Все, що було випущено, має бути інтегровано, щоб запобігти тому, щоб воно «вилетіло в дим». Ця інтеграція передбачає відновлення. Друга фаза психодрами включає інтеграцію та впорядкування почуттів. Все, що було випущено, має бути інтегровано. Ця інтеграція передбачає

відновлення порядку у внутрішньому емоційному хаосі, нове вивчення стратегій подолання, опрацювання міжособистісних стосунків, ідентифікацію та диференціацію почуттів, примирення між протилежними почуттями, трансформацію «часткових» почуттів у «повні» почуття, а також підтримка Его головного героя, щоб знайти найкращий спосіб контролювати неадаптивні афекти та регулювати виконання багатьох і різноманітних афектів, які прагнуть захопити поведінку, сприйняття та спілкування. Третя фаза, фаза шерингу, покликана повернути клієнта у теперішнє. У груповій психодрамі шеринг покликаний для того, щоб клієнт відчув себе прийнятим і співвіднести досвід клієнта з досвідом групи. В індивідуальній роботі в якості шерингу може бути фідбек, наданий клієнту спеціалістом, про власні почуття, валідизувати почуття клієнта.

**Висновки.** У статті проаналізовано та визначено особливості психологічного консультування ЛГБТІК+ клієнтів, виокремлено фактори, які впливають на процес консультування, та сформульовано основні запити, з якими звертаються клієнти.

У процесі аналізу публікацій та досвіду колег визначено такі особливості психологічного консультування ЛГБТІК+ клієнтів: необхідність вживання коректної лексики, знання стереотипів та міфів та протидію впливу стереотипів, які можуть функціонувати у вигляді внутрішніх установок та впливати на психологічний стан клієнта, його стосунки, знання з теми сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності, концепції стресу меншин та інтерсекційності (наприклад, клієнт, який є представником ЛГБТІК-спільноти, має ВІЛ). Окремо слід виокремити фактори, що будуть поставати у процесі психологічного консультування ЛГБТІК+ клієнтів – травма та її наслідки, насильство та його наслідки. Важливими є особисті якості спеціаліста, компетентна позиція, створення атмосфери безпеки та прийняття клієнта. Варто виокремити специфічні запити ЛГБТІК+ клієнтів, які звертаються по допомогу:

прийняття власної сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності, тема камінг-ауту та аутизму, інтерналізована гомофобія, особливості переходу, гендерна дисфорія. Автором запропоновано 12-ступінчасту модель консультування ЛГБТІК+ клієнтів, яка створена на основі моделей консультування у методі психодрами та гуманістичному підході з виокремленням специфіки роботи з ЛГБТІК+ клієнтами. Головними тезами такої моделі є створення надійного послідовного, безпечного зв'язку з клієнтом, відкрита позиція та врахування специфіки запитів.

Таблиця 1

## Етапи психологічного консультування

Фаза психодрами Kellermann [6]	Етап консультування R. May [8]	Специфіка консультування ЛГБТК- клієнтів
Розігрів (створення області безпеки, довіри до спеціаліста)	1. Встановлення рапорту з метою приєднатись до клієнта і допомогти відкритись 2. Прочитання характеру – складання психологічного портрета, спостереження за клієнтом	1. Виокремлення специфічних запитів клієнта (наприклад, запит прийняття власної сексуальної орієнтації, гендерної ідентичності, інтерналізована гомофобія, питання, пов'язані з переходом, гендерна дисфорія тощо). 2. Створення безпечного, послідовного, комфортного зв'язку з клієнтом, чітка, прозора дружня позиція спеціаліста щодо специфіки запиту. 3. Використання коректної лексики, недопустимо транслювати елементи мови ворожнечі. 4. Врахування концепції інтресекційності – визначення факторів, які можуть ускладнювати запит клієнта (наприклад, наявність ВІЛ та гомосексуальна орієнтація або клієнтка-лесбійка є самотньою матір'ю тощо).
Дія (просування від периферії проблеми до її центру, робота з основною темою звернення, розробка нових стратегій реагування на проблему)	3. Розповідь і тлумачення результатів через процес активного слухання та інтерпретації почутої інформації	5. Психоедукація з теми сексуальної орієнтації, гендерної ідентичності, теорії прив'язаності, тематики насильства та дискримінації. 6. Виокремлення опосередковано пов'язаних запитів із запитом клієнта (наприклад, фактор стресу меншин, дискримінація, насильство, розлади особистості, депресія, тривожність тощо). 7. Врахування стадій формування ідентичності (модель V. Cass). 8. Відстеження власних почуттів у процесі роботи з клієнтом. 9. Використання елементів травма-фокусованої терапії з метою стабілізації та інтеграції нового досвіду (наприклад, техніки заземлення тощо).
Шеринг (фіксація процесу навчання та засвоєння нового досвіду, нормалізація переживань клієнта, повернення у реальність)	4. Трансформація особистості та сприяння підтримки психолога-консультанта	10. Можливість надання власного фідбеку клієнту, який містить валідацію переживань та підтримку клієнта. 11 Виокремлення сильних сторін, точок опори, інтеграція досвіду, пошук нових стратегій. 12. Співпраця з дружніми сервісами, а також організаціями, які можуть допомогти вирішити проблему клієнта (наприклад, лікар-психіатр, ендокринолог, юрист), та перенаправлення клієнта.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Діденко М., Дмитренко О., Козлова А., Павловська О. Як працювати з ЛГБТ : путівник для психологів та психотерапевтів. Методичні рекомендації із психологічної роботи з представниками ЛГБТ / за заг. ред. М. Діденко. Київ : ГО «Точка опори ЮА», 2021 р. Біла Церква : ТОВ «Білоцерківдрук». 49 с.
2. Balsam K.F., Martell C.R., Jones K.P., & Safren S.A. Affirmative cognitive behavior therapy with sexual and gender minority people. 2019.
3. Carvalho S.A., Castilho P., Seabra D., Salvador C., Rijo D., & Carona C. Critical issues in cognitive behavioural therapy (CBT) with gender and sexual minorities (GSMs). *The Cognitive Behaviour Therapist*, 2022. 15, e3. 2022.
4. Cosgrove L. Humanistic psychology and the contemporary crisis of reason. *The Humanistic Psychologist*, 2007. 35(1), 15–25.
5. Israel T., Gorcheva R., Burnes T.R., & Walther W.A. Helpful and unhelpful therapy experiences of LGBT clients. *Psychotherapy Research*, 2008. 18(3), 294–305.
6. Kellermann P. F. The place of catharsis in psychodrama. *Journal of group psychotherapy, psychodrama and sociometry*, 1984. 37(1), 1–13.
7. Kernberg O.F. Unresolved issues in the psychoanalytic theory of homosexuality and bisexuality. *Journal of Gay & Lesbian Psychotherapy*, 2002. 6(1), 9–27.

8. May R. The present function of counseling. *Teachers College Record*, 1944. 46(1), 1-6.
9. Mitter C. Das Wagnis schwuler sexueller Begegnungen. Psychodramatische Aspekte schwuler Sexualität unter dem Blickwinkel der Digitalisierung. *Z Psychodrama Soziom* 20, 2021. 267–279.
10. Melibruda J. Ja-Ty-my. Psychologiczne mozliwosci ulepszenia kontaktov miedzyludzkich. Warszawa : Nasza kniegarnia, 1980. M.: Pporpecc, 1986.
11. Meyer I.H. Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychol Bull.* 2003, 129(5): 674–697.
12. Meyer I.H., & Frost D.M. Minority stress and the health of sexual minorities. 2013.
13. Miller A.L., Rathus J.H., & Linehan M.M. (2006). *Dialectical behavior therapy with suicidal adolescents*. Guilford Press. 2006.
14. Oshin L.A., Silamongkol T., Pucker H., Finkelstein J., King A.M., & Rizvi S.L. ...And we could do better: Comparing the efficacy of dialectical behavior therapy between LGBQ and heterosexual adults with borderline personality disorder. *Professional Psychology: Research and Practice*. 2023.
15. Friedman R.C., & Downey J.I. Internalized homophobia and gender-valued self-esteem in the psychoanalysis of gay patients. *Psychoanalytic Review*, 1999. 86(3), 325.
16. Freud S. Instincts and their vicissitudes. *Standard edition*, 1915. 14(1957), 109–140.
17. Wilson G.A., Zeng Q., Blachburn D.G. An Examination of Parental Attachments, Parental Detachments an Self-Esteem across Hetero-, Bi-, and Homosexual Individuals. *Journal of bisexuality*. 21 Mar 2011. P. 86–97.

#### REFERENCES

1. Didenko, M., Dmytrenko, O., Kozlova, A., Pavlovska, O. (2021). Yak pratsuvaty z LGBT: Putivnik dlya psychologiv ta psychoterapevtiv. Metodichni rekomendacii iz psychologichnoi roboty z predstavnikami LGBT / za zag. red. M. Didenko. Kyiv: GO «Tochka opory UA», 2021 p. Bila Tserkva: TOV «Bilotserkovdruk». 49 p [in Ukrainian].
2. Balsam, K.F., Martell, C.R., Jones, K.P., & Safren, S.A. (2019). Affirmative cognitive behavior therapy with sexual and gender minority people.
3. Carvalho, S.A., Castilho, P., Seabra, D., Salvador, C., Rijo, D., & Carona, C. (2022). Critical issues in cognitive behavioural therapy (CBT) with gender and sexual minorities (GSMs). *The Cognitive Behaviour Therapist*, 15, e3.
4. Cosgrove, L. (2007). Humanistic psychology and the contemporary crisis of reason. *The Humanistic Psychologist*, 35(1), 15–25.
5. Israel, T., Gorcheva, R., Burnes, T.R., & Walther, W.A. (2008). Helpful and unhelpful therapy experiences of LGBT clients. *Psychotherapy Research*, 18(3), 294–305.
6. Kellermann, P.F. (1984). The place of catharsis in psychodrama. *Journal of group psychotherapy, psychodrama and sociometry*, 37(1), 1–13.
7. Kernberg, O.F. (2002). Unresolved issues in the psychoanalytic theory of homosexuality and bisexuality. *Journal of Gay & Lesbian Psychotherapy*, 6(1), 9–2.
8. May, R. (1944). The present function of counseling. *Teachers College Record*, 46(1), 1–6.
9. Mitter, C. (2021). Das Wagnis schwuler sexueller Begegnungen. Psychodramatische Aspekte schwuler Sexualität unter dem Blickwinkel der Digitalisierung. *Z Psychodrama Soziom*. 20, 267–279.
10. Melibruda, J. (1980, 1986). Ja-Ty-my. Psychologiczne mozliwosci ulepszenia kontaktov miedzyludzkich. Warszawa: Nasza kniegarnia; M.: Progres.
11. Meyer I.H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: conceptual issues and research evidence. *Psychol Bull.* 129(5): 674–697.
12. Meyer, I.H., & Frost, D.M. (2013). Minority stress and the health of sexual minorities.
13. Miller, A.L., Rathus, J.H., & Linehan, M.M. (2006). *Dialectical behavior therapy with suicidal adolescents*. Guilford Press.
14. Oshin, L.A., Silamongkol, T., Pucker, H., Finkelstein, J., King, A.M., & Rizvi, S.L. (2023). ... And we could do better: Comparing the efficacy of dialectical behavior therapy between LGBQ and heterosexual adults with borderline personality disorder. *Professional Psychology: Research and Practice*.
15. Friedman, R.C., & Downey, J.I. (1999). Internalized homophobia and gender-valued self-esteem in the psychoanalysis of gay patients. *Psychoanalytic Review*, 86(3), 325.
16. Freud, S. (1915). Instincts and their vicissitudes. *Standard edition*, 14(1957), 109–140.
17. Wilson, G.A., Zeng, Q., Blachburn, D.G. (2011). An Examination of Parental Attachments, Parental Detachments an Self-Esteem across Hetero-, Bi-, and Homosexual Individuals. *Journal of bisexuality*. 21 Mar. P. 86–97.

УДК 159.9.019.4:001.8(045)  
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2024-1-6>

## АФІРМАТИВНИЙ ПІДХІД У КОНСУЛЬТУВАННІ ЛГБТ+ ПІДЛІТКІВ: УКРАЇНСЬКИЙ КОНТЕКСТ<sup>1</sup>

Діденко М. С.

*кандидат психологічних наук,  
старший викладач кафедри психології  
Київський національний університет культури і мистецтв  
вул. Коновальця, 36, Київ, Україна  
[orcid.org/0000-0001-8386-6755](https://orcid.org/0000-0001-8386-6755)  
[didenko.m@ukr.net](mailto:didenko.m@ukr.net)*

**Ключові слова:** афірмативна терапія, психологічне консультування, ЛГБТ+, підлітки, принципи психотерапевтичної роботи, психологічне благополуччя.

У статті розглянуто теоретико-методологічні основи афірмативного підходу в консультуванні ЛГБТ+ підлітків у сучасному українському контексті. Адже, коли під час психотерапевтичної роботи порушується тема сексуальної орієнтації або гендерної ідентичності, консультанти не рідко стикаються як з власними принципами та цінностями, так і з обмеженнями у знаннях теоретичного та практичного характеру. Аналіз показав, що відсутня системна навчальна підготовка психологів-консультантів з питань ЛГБТ+, що ускладнює роботу консультантів. Визначено поняття ЛГБТ-підлітків та узагальнено проблеми, що впливають на їхній психічний стан. Проаналізовано міжнародні дослідження щодо віку ідентифікації особистістю себе з представниками ЛГБТ-спільноти. Подана порівняльна характеристика різних проявів ментальних станів ЛГБТ та загального населення. Проаналізована статистика щодо проблем, з якими стикаються ЛГБТ у сфері ментального здоров'я, та проявів булінгу до ЛГБТ-підлітків у навчальному середовищі. Визначено поняття афірмативного підходу в консультуванні та охарактеризовано мету роботи з ЛГБТ-підлітками психологів та психотерапевтів. Висвітлено місце різновидів сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності в міжнародному класифікаторі хвороб. Визначено, що афірмативний підхід допомагає створенню безпечного простору для самовираження ЛГБТ-підлітків та отримання підтримки. Такий підхід дозволяє фахівцям більшою мірою розуміти специфіку досвіду підлітка та відповідати на їхні унікальні потреби. Використання афірмативного підходу сприяє покращенню психічного здоров'я ЛГБТ-підлітків, оскільки вони відчувають себе більш прийнятими. Запропоновано для провадження афірмативного підходу використовувати: саморефлексію та обізнаність консультантів, безоціночне ставлення спеціаліста до сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності клієнта, валідацію клієнтського досвіду; створення приймаючого безпечного середовища, використання правильної термінології та коректних формулювань, неупередженість та відмову від припущень, конфіденційність.

<sup>1</sup> ЛГБТ+ – це аббревіатура, що позначає лесбійок, геїв, бісексуальних і трансгендерних людей. Також наявні різні варіанти розширеної аббревіатури, наприклад, ЛГБТКІ (лесбійки, геї, бісексуали, трансгендери, квіри, інтерсекс), «+» означає включення у себе більшої кількості ідентичностей.

## AFFIRMATIVE APPROACH IN COUNSELING LGBT+ TEENAGERS: UKRAINIAN CONTEXT

**Didenko M. S.**

*Candidate of Psychological Sciences,  
Senior Lecturer at the Department of Psychology  
Kyiv National University of Culture and Arts  
Konovaltsia str., 36, Kyiv, Ukraine  
orcid.org/0000-0001-8386-6755  
didenko.m@ukr.net*

**Key words:** *affirmative therapy, psychological counseling, LGBT+, teenagers, principles of psychotherapeutic work, psychological well-being.*

This article explores the theoretical and methodological foundations of the affirmative approach in counseling LGBTQ+ teenagers in the modern Ukrainian society. After all, when the topic of sexual orientation or gender identity is raised during psychotherapeutic work, counselors often face both their own principles and values and limitations in their theoretical and practical knowledge. The research has shown that there is no systematic training for psychologists-counselors on LGBT+ issues, which complicates the work of psychologists. The concept of LGBT teenagers (here and further it includes adolescents) is defined and the problems affecting their mental state are summarized. The article analyzes international studies on the age at which people identify themselves as members of the LGBT community. A comparative analysis of various manifestations in the mental states of LGBT people and the general population is presented. The statistics on the problems faced by LGBT people in the field of mental health and the manifestations of bullying against LGBT teenagers in the educational environment are analyzed. The concept of an affirmative approach to counseling is defined and the purpose of working psychologists and psychotherapists with LGBT teenagers is characterized. The place of sexual orientation and gender identity in the International Classification of Diseases is highlighted.

It has been determined that the affirmative approach helps create a safe space for LGBT teenagers to express themselves and receive support. This approach allows professionals to better understand the specifics of the teenager's experience and respond to their unique needs. The use of the affirmative approach helps to improve the mental health of LGBT teenagers, as they feel more accepted. It is proposed to use the following for the implementation of the affirmative approach: self-reflection and awareness of counselors, non-judgmental attitude of a specialist to the client's sexual orientation and gender identity, validation of client experience; creation of a safe and accepting environment, use of correct terminology and correct wording, impartiality and rejection of assumptions, confidentiality.

**Постановка проблеми.** Сучасне суспільство постійно розвивається, на порядок денний усе частіше виходить питання самореалізації різних груп населення. Актуальнішими стають питання неоднорідності та різноманітності суспільства, а також створення безпечного та підтримуючого середовища для всіх соціальних груп. Певні зміни відбуваються і у підходах до консультування, адже розширюється тематика, з якою звертаються клієнти, видозмінюється терапевтичний альянс через певну глобалізацію та комп'ютеризацію всіх процесів, змінюються вимоги до консуль-

тантів, крім певної компетенції, все актуальнішим стає питання екологічності, толерантності та недискримінації в процесі надання психологічної допомоги. І хоч це ніби є принципами консультування, виникають певні нюанси, коли тема запити клієнтів є неоднозначною у суспільстві. Наприклад, коли порушується тема сексуальної орієнтації або гендерної ідентичності й консульт у процесі роботи стикається як з власними принципами та цінностями, так і з обмеженнями у знаннях теоретичного та практичного характеру. У 2020 року правозахисна організація «Freedom

House Ukraine» провела опитування щодо природи та поширення конверсійної терапії на основі методології «OutRight Action International» (міжнародної ЛГБТ-організації). Його результати засвідчили, що хоча українські психологи, психотерапевти та медики і послуговуються у своїй роботі МКХ10, та все одно ще трапляються фахівці, які пропонують клієнтам ті чи інші форми корекції сексуальної орієнтації. Також аналіз навчальних програм підготовки психологів та психотерапевтів показав, що жоден заклад вищої освіти України не забезпечує системну підготовку з цього питання. Основні знання спеціалісти можуть отримати на курсах неформальної освіти, які теж не завжди висвітлюють тематику сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності з непаталогізуючого боку. Українське суспільство переживає етап трансформації, де питання рівних прав і можливостей для всіх його членів стає актуальним завданням. Ще в 70-х роках минулого століття Американська психіатрична асоціація виключила гомосексуальність із переліку психічних захворювань, а в 1993 р. ВООЗ також офіційно виключила гомосексуальність із міжнародного переліку хвороб, у новій редакції МКХ-11 зміни торкнулись і гендерної ідентичності, адже «розлад гендерної ідентичності» був частиною розділу про поведінкові розлади, а тепер розміщуватиметься в розділі про сексуальне здоров'я і маркуватиметься як «гендерна невідповідність». Також історичним для українського суспільства є зареєстрований у 2023 р. у Верховній Раді для розгляду у профільних комітетах законопроект № 9103, який має на меті дозволити українцям укладати реєстровані (цивільні) партнерства.

ЛГБТ-підлітки<sup>2</sup> в Україні, як представники різноманітної групи молоді, зазнають впливу соціокультурних норм та стереотипів, що може відзначатися стигматизацією та дискримінацією, що своєю чергою впливає на їхнє психічне здоров'я. Забезпечення їм безпечного середовища для розвитку та самореалізації стає важливим завданням як для суспільства загалом, так і для психологів-практиків зокрема. Це все підштовхнуло нас до написання цієї статті. Актуальність статті полягає в розгляді необхідності імплементації афірмативного підходу в консультуванні ЛГБТ-підлітків в українському контексті як одного з факторів покращення психологічного благополуччя та соціальної інтеграції цієї вразливої групи молоді. Афірмативний підхід у консультуванні ЛГБТ-підлітків є ключовим компонентом створення такого безпечного середовища. Цей

<sup>2</sup> **ЛГБТ-підліток** – це підліток (особа від 13 до 17 років), який ідентифікує себе як частину спільноти ЛГБТ, визначає свою сексуальну орієнтацію як бісексуальну чи гомосексуальну або гендерну ідентичність – як трансгендерна людина чи квірособистість.

підхід базується на позитивному підході до ідентичності та життєвого досвіду цієї групи, спрямовуючи увагу на підтримку, розуміння та активну адаптацію консультативних підходів.

**Мета статті** – сформулювати та систематизувати особливості афірмативного підходу в консультуванні ЛГБТ+ підлітків, сформулювати основні запити, з якими звертаються підлітки, та виокремити фактори, які впливають на процес консультування в цьому підході.

**Виклад основного матеріалу.** Питання психологічного здоров'я ЛГБТ+ та ЛГБТ+ підлітків, зокрема афірмативної терапії, здебільшого досліджується у працях зарубіжних дослідників, а саме E. Alessi, D. Barlow, A. Grossman, K. Spencer, M. London та ін., проте все частіше українські практики та науковці теж звертаються до цієї тематики: М. Гречаник, Т. Червінська, А. Проскурня, В. Хоменко.

Також значного поширення на теренах пострадянського простору ще досі мають дослідження, які висвітлюють конверсійну (репаративну) терапію (Г. Кочерян, Л. Гридковець) [3], що є законодавчо заборонено в низці країн (США, Канада, Німеччина, Мальта). В Україні жодних законодавчих врегулювань у той чи інший бік не існує.

Афірмативна терапія – це вид психотерапії, що використовується для підтвердження та відстоювання потреб клієнтів ЛГБТ. Вона має на меті – допомогти ЛГБТ-клієнтам усвідомити і прийняти їхню сексуальну орієнтацію або гендерну ідентичність, підтримати їх у разі здійснення камінг-ауту, а також надати допомогу у налагодженні контактів з близькими людьми. У такому підході консультанти забезпечують безпечне, підтримуюче та неосудне середовище, використовують вербальні та невербальні засоби, щоб продемонструвати позитивне ставлення до лесбійок, геїв, бісексуалів і трансгендерів. За дослідженнями така практика сприяє поліпшенню психічного здоров'я клієнтів ЛГБТК+ через посилений терапевтичний альянс [8; 9].

Люди, які ідентифікують себе як ЛГБТ+, стикаються з унікальними стресорами, які можуть ускладнити пошук психологічної допомоги, яка відповідає їхнім потребам. Вони стикаються з насильством, дискримінацією та стигмою набагато частіше, ніж ті, хто перебуває за межами цієї спільноти, що може призвести до занепокоєння щодо їхнього навчання, роботи, стосунків та фізичної безпеки тощо [10; 12; 14].

Найчастіше особистість починає замислюватися про свою сексуальну орієнтацію та гендерну ідентичність (СОІ) у підлітковому віці. Та, зрештою, цей процес дуже індивідуальний: може протікати в різний віковий проміжок і мати різну тривалість.

Здебільшого розповідають про це комусь підлітків віком 17–20 років. Між усвідомленням себе геєм чи лесбійкою і готовністю бодай комусь відкритися проходить від одного до трьох років. Хлопці, як правило, раніше приходять до усвідомлення своєї ідентичності, ніж дівчата. Якщо говорити про трансгендерних підлітків, то минає близько 6–7 років, поки особа наважиться поділитися з кимось своїми переживаннями. На сьогодні спостерігаємо більш ранні камінг-аути, особливо у дітей, що зараз перебувають за межами України у зв'язку з повномасштабним вторгненням. З практичного досвіду авторки можемо припустити, що на це впливає більш толерантна і підтримуюча культура західних країн, можливість підліткам знайти інформацію, що корелюється з їхніми самовідчуттями, та середовище, в якому вони відчуватимуть себе прийнятими і «своїми».

Згідно з дослідженням Pew Research Center, проведеним у США 2013 року, середній вік, у якому ЛГБ-люди вперше усвідомили власну негетеросексуальність, – 13 років. Мало того, 38% чоловіків-геїв та 23% лесбійок відповіли, що їм було навіть менше ніж 10 років, коли вони вперше зрозуміли, що не гетеросексуальні. Тільки 7% опитаних зрозуміли, що вони не гетеросексуали, коли їм було за двадцять, і 4% – віком 30+. Щодо гендерної ідентичності людини та усвідомлення трансгендерами свого некомфортного стану у власному тілі, останні наукові дослідження вказують на те, що ранні спогади трансгендерних осіб, які переживають гендерну дисфорію, проявляються між 4,5 та 7 роками в формі усвідомлення розбіжностей між власною ідентифікацією та сприйняттям їхнього оточення [10]. Багато хто намагається «придушити» свої справжні почуття та самовідчуття протягом тривалого часу. Під час цієї іноді багаторічної боротьби із самим собою в деякого розвиваються психотерапевтичні та психосоматичні симптоми.

Стресори, що впливають на ЛГБТ, можуть бути *внутрішніми* (наприклад, сором, страх розкриття своєї сексуальної орієнтації чи гендерної ідентичності іншими людьми), *зовнішніми* (дискримінація, насильство) або *внутрішньо-зовнішніми*.

Згідно з дослідженнями німецьких фахівців, найбільший страх, який побутує серед ЛГБТ-підлітків, – це те, що їхні батьки, друзі чи однолітки перестануть з ними спілкуватись і визнають їх «божевільними» або ж «хворими»: 74% молодих людей бояться, що друзі перестануть з ними спілкуватись, 69% бояться бути відторгненими членами родини, 66% бояться цькування в школі, 61% підлітків боїться виникнення проблем у навчанні [13]. Серед інших проблем підліткового віку, крім загальних, ЛГБТ-підлітки стикаються з цькуванням і насиллям у півтора-два рази частіше, ніж їхні однолітки.

За результатами дослідження, здійсненого ГО «Точка опори ЮА» [5] в Україні в 2017 році, майже 64% учнів та учениць, що належать до ЛГБТ-спільноти, піддаються в школі словесному цькуванню, а 54% – фізичному. У 2020 році подібне дослідження проведене ГО «БІ Терго», що показало не сильно відмінні результати: 54% – піддаються вербальному цькуванню, а 42% – фізичному; лише 20% ЛГБТ-школярів відчують себе в школі комфортно і безпечно [4]. У 2023 році дослідження було повторно проведене, результати ще обробляються, але, за попередніми даними, ситуація не кардинально змінилась.

У період підліткового віку організм зазнає значних змін, зокрема гормональних, які впливають на біологічний, психологічний та соціальний розвиток особи. На жаль, наявні дослідження, яких ще не досить через чутливість та табуованість такої категорії в багатьох країнах, показують що у ЛГБТ-підлітків – вищий ризик виникнення різних психічних станів та хвороб, ризикованої поведінки, ніж у загального населення. Наприклад, серед ЛГБТ-підлітків ризикована поведінка або ушкодження самим собі у 2,5 рази вища, ніж у їхніх однолітків. Ризик вчинення самогубства серед підлітків вищий у 4 рази [14]. ЛГБТ-підлітки в два рази частіше експериментують з наркотиками чи алкоголем, ніж їхні однолітки. Через булінг та соціальне неприйняття лише 37% молоді ЛГБТ повідомляють, що вони почуваються щасливими, тоді як серед молоді, що не належить до ЛГБТ, цей показник сягає 67%. Але 80% підлітків ЛГБТ вірять у те, що обов'язково будуть щасливими, утім для цього їм потрібно буде змінити коло спілкування і часто місце проживання. Підлітки ЛГБТ на 20–40% частіше опиняються без даху над головою через те, ким вони є [11; 12]. Однак важливо розуміти, що ці відмінності мають різні причини, такі як негативний досвід розвитку ЛГБТКІ+ ідентичності, внутрішня гомо- чи трансфобія, неприйняття батьків і друзів, булінг та дискримінація в школі, виключення з групи однолітків та відсутність позитивних рольових моделей і дружби у власній спільноті. Навпаки, ЛГБТКІ+ особи із позитивним досвідом прийняття власної ідентичності проявляють значно кращу емоційну самосвідомість, співчуття до себе, емоційну близькість, соціальний та психологічний добробут, а також відчуття задоволення від життя [8; 16].

Під час роботи з представниками ЛГБТ-спільноти потрібно пам'ятати, що здебільшого потреба в психотерапевтичній допомозі зумовлена не фактом сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності, а нетолерантним та часто ворожим ставленням суспільства. Адже життя в гетеронормованому світі неминуче ставить виклики людям із



негетеросексуальною орієнтацією та не цисгендерною ідентичністю. Більшість лесбійок, геїв, бісексуалів та трансгендерних людей стикаються із соціальною стигмою і дискримінацією, внутрішньою і зовнішньою гомофобією та насильством, пов'язаними із приналежністю до спільноти.

Здебільшого, якщо не йдеться про сумніви у своїй ідентичності, запити від представників ЛГБТ+ мало чим відрізняються від загальнопоширених у психотерапевтичній практиці: пригніченість, тривожність, самооцінка, брак мотивації, внутрішні чи міжособистісні конфлікти тощо. Тому фахівцям під час консультування не варто ставити сексуальність чи ідентичність у центр терапевтичного дослідження, якщо клієнт свідомо цього не робить сам. Зауважимо, що навіть у випадку, коли клієнт чи клієнтка самостійно порушують питання формування власної сексуальності чи ідентичності, ретельне психотерапевтичне дослідження не може бути спрямованим на зміни – лише на спільний з клієнтом або клієнткою пошук особистісного змісту, тобто того, що це для нього або неї означає. Окремих спеціально розроблених підходів до психотерапії представників ЛГБТ-спільноти немає. Робота з ними може однаково успішно проводитися в межах різних психотерапевтичних парадигм. Але, на нашу думку, важливо використовувати принципи афірмативного підходу. Мета роботи психолога з підлітком в афірмативному підході – створити простір, де напруження, що відчуває особистість, буде зменшуватись. Підліток відчуватиме прийняття і без тиску і загрози зможе досліджувати комфортні для себе прояви своєї ідентичності.

Запити, які найчастіше траплялись у практиці авторки статті серед ЛГБТ-підлітків: прийняття себе і своєї ідентичності; здійснення камінг-аут<sup>3</sup> («де?» «кому?» «як?»); різні почуття і емоції через нерозділене кохання, відмінність, острах бути відкритим; депресія через неприйняття свого тіла і соціальний тиск; аутоагресія, питання самооцінки; відчуття самотності та ізоляваності; стосунки з батьками та рідними; булінг та його наслідки; відсутність прикладів для наслідування; бажання приймати гормоно-блокатори та здійснення трансгендерного переходу.

ЛГБТ-клієнти під час консультацій часто говорять про страхи. Їхній перелік в основному неспецифічний, характерний для більшості людей. А ось підґрунтя цих страхів інше. Наприклад, усі люди бояться потенційних життєвих втрат (втрачати рідних, друзів, роботу, здоров'я), та ЛГБТ переживають страх позбутися цього внаслідок

здійснення камінг-ауту або ж аутигу<sup>4</sup>. Доволі поширеним є *страх чи неприйняття власного тіла*, адже соціум постійно намагається переконати, що прояви гомосексуальності або трансгендерності мають хворобливий характер. Представники ЛГБТ+ часто потерпають від *страху відкритості*: небажання відкрито обговорювати свої почуття, стосунки, переживання навіть у толерантному середовищі [1].

Іноді у своїй практиці ви можете зустріти представників ЛГБТ, які не використовують назви «гей», «лесбійка», «бі-» через *страх визнання власної ідентичності*. Надзвичайно сильним і поширеним є *страх самотності*, який насправді присутній і в гетеросексуальних клієнтів, але в цьому випадку він ще підкріплюється відсутністю моделей та позитивних прикладів для наслідування тощо. Іноді під час роботи з ЛГБТ-клієнтами ми виявляємо усвідомлене або, частіше, неусвідомлене переконання: «Я – поганий, значить, мені має бути погано», що виявляється у віктимній поведінці [1]. Пов'язано це з несвідомим почуттям провини та сорому і бажанням бути покараним, що може проявлятися у представників ЛГБТ-спільноти через внутрішню гомофобію або незавершений процес самоідентичності. Прикладами можуть бути бажання клієнтів носити певну ЛГБТ-символіку чи мати специфічну гендерну експресію у соціумі. Звичайно, вони мотивуватимуть це усвідомленою громадянською позицією: «Я відкрито заявляю про себе». А неусвідомленою частиною цього прояву (віктимною поведінкою) буде можливе перебування особистості із цією символікою в небезпечному місці (на темній вулиці), де її можуть помітити і вчинити напад.

Найчастіше у роботі з ЛГБТ-підлітками трапляється запит – як відкритись рідним і близьким про свою сексуальну орієнтацію чи гендерну ідентичність, тобто зробити камінг-аут чи ні, або вже наслідки такого вчинку.

У першому випадку на початку взаємодії ми працюємо з клієнтом/кою над такими питаннями:

- *внутрішня готовність (чому я хочу це зробити, чому саме зараз?)*;
- *люди (кому я хочу відкритись?)*;
- *можливі реакції (+/- камінг-ауту)*;
- *до кого я можу звернутися за підтримкою (якщо все піде поза планом)*.

Для прийняття рішення гарні результати і простоту використання у роботі продемонструвала методика «Квадрат Декарта», що дозволяє дослідити на консультації такі питання:

<sup>3</sup> Камінг-аут – добровільне розголошення інформації іншим людям про свою сексуальну чи гендерну ідентичність.

<sup>4</sup> Аутинг – це розголошення відомостей про сексуальну орієнтацію чи гендерну ідентичність людини без її дозволу. Може використовуватися для дискредитації особи в гомофобному і трансфобному суспільстві. Унаслідок аутиingu людина може стати жертвою дискримінації чи злочину на ґрунті ненависті.

*Що я отримаю, якщо не зроблю зізнання?*

*Що отримаю, якщо зроблю?*

*Що я втрачу, якщо не зроблю зізнання?*

*Що я втрачу, якщо зроблю?*

Рефлексія над такими питаннями допомагає підлітку схематично та чітко усвідомити наслідки та ризики своїх дій, відійшовши від емоційного складника цього процесу. Важливо, що психолог-консультант не заперечує самоусвідомлення підлітка, а сприймає ідентичність як наявну та «правдиву» на поточний момент часу і працює, відштовхуючись від заявленої самоідентифікації.

Проявами афірмативного підкоду в консультуванні з ЛГБТ+ підлітками можуть бути [2]:

1. *Саморефлексія та обізнаність консультантів.* Консультанти мають знати відмінності між сексуальною орієнтацією та гендерною ідентичністю. Володіти сучасною міжнародною інформацією з тематики СОП, орієнтуватись у різних варіантах проявів ідентичності. Бажано проаналізувати власне виховання, ставлення та переконання; пропрацювати міфи та стереотипи; визнати упередження, що впливають з життя у гетеронормативному та гендерно-бінарному суспільстві. Варто відмовитись від екзотизації ЛГБТ – сприймати людину як щось незвичайне, особливе. Для цього подивіться художні та документальні фільми на відповідну тематику, щоб мати більше прикладів.

2. *Безоцінне ставлення спеціаліста до СОП клієнта та валідація.* Клієнти можуть переживати чи те, чи те, що вони відчувають взагалі «нормально», тому тут важливо проводити певну психоедукацію. Можуть відчувати сором говорячи про секс чи табуйовані суспільні теми. Завдання консультанта – продемонструвати, що говорити про секс або СОП нормально. Якщо ви як спеціаліст маєте певні культурні чи релігійні цінності, що заважають вам об'єктивно, екологічно та толерантно працювати з клієнтами ЛГБТ+, краще відмовитися від такої взаємодії.

3. *Створюйте позитивне середовище* – надавайте ЛГБТ-дружні матеріали для читання, літературу та ресурси. Розмістіть їх у зоні очікування або запасіться роздатковими матеріалами. Бажано знати про ЛГБТ-ресурси у вашій місцевій громаді.

4. *Використовувати правильну термінологію та коректні формулювання* у всі документах; використовуйте ім'я, якому надає перевагу клієнт(ка); до трансгендерних підлітків не використовуємо – місгендерінг, варто звертатись у тому гендері, в якому просить підліток; не використовуйте слова чи дії, що підсилюють дисфору; не вдавайтесь до гетеронормативних припущень, натомість запитуйте про партнера клієнта або, в якому гендері зручніше звертатись, чи який займенник використовувати. Рекомендовано

використовувати гендерно нейтральні запитання. Наприклад, краще запитати у підлітка: «як я можу до тебе звертатися?», «як мені можна тебе називати?», «якому особовому займеннику ти надаєш перевагу стосовно себе?»; «тобі зараз хтось подобається?»; «чи відчуваєш ти закоханість...?»; «чи перебуваєш у стосунках?»; «маєш сексуального партнера чи партнерку?»; «тобі подобається якась дівчинка чи хлопчик у класі?»; «ти маєш бойфренда?»; тощо. Якщо маєте сумніви щодо того, як говорити про ідентичність – запитайте. Якщо щось не розумієте, запитуйте клієнта, просіть навести приклад. Іноді підлітки теж можуть «специфічно» і суб'єктивно розуміти прояви певних феноменів, у нас немає завдання на терапії докопатись до наукової істини, тому йдемо за клієнтами і їх розуміннями, обережно направляючи чи приводячи наукові дані або приклади. Можемо попросити підлітка підготувати певну інформацію з доступних для нього/ неї джерел для вас і разом все обговорити.

5. *Неупередженість та відмова від припущень.* Важливо розуміти, що кожна людина має унікальну історію, пов'язану з особистим відкриттям та розкриттям своєї сексуальної орієнтації та/або гендерної ідентичності. У роботі з ЛГБТ важливо пам'ятати:

- не всі особи, котрі мають одностатеві стосунки, ідентифікують себе як геї, лесбійки чи бісексуали;

- сексуальна орієнтація – це не лише про секс, а весь спектр людських стосунків;

- некоректно робити припущення про сексуальний «репертуар» клієнта, якщо це прямо не стосується запити;

- у роботі із запитом щодо гендерної ідентичності ми залучаємося підтримкою лікаря-психіатра не для постановки діагнозу, а для виключення можливих супутніх психіатричних станів.

6. *Конфіденційність.* Інформація, отримана психологом під час роботи з клієнтом, не підлягає свідомому чи випадковому розголошенню і має бути представлена таким чином, аби вона в жодному разі не могла скомпрометувати ні клієнта, ні фахівця. Важливо приймати зважені рішення під час повідомлення інформації про СОП клієнта, особливо, коли йдеться про підлітків, адже не всі батьки одразу можуть спокійно сприйняти цю інформацію, і дитині потенційно загрожуватиме насилля у «виховних» та «лікувальних» цілях.

Отже, прояви афірмативного підходу у роботі фахівця-консультанта з психічного здоров'я з ЛГБТ+ підлітками ґрунтуються на цілковитому прийнятті та нормалізації, природності та здоровості різних видів сексуальної орієнтації та гендерної ідентичності, що виходять за рамки гетеронормативності та цисгендерності.

**Висновки.** Незважаючи на зміни, що відбуваються у світі та в українському суспільстві зокрема, ЛГБТ-підлітки часто стикаються зі стигматизацією та дискримінацією у суспільстві, включаючи шкільне середовище. Вони часто відчують потребу в розумінні та підтримці. Це призводить до неадитивних наслідків на психічне та фізичне здоров'я підлітків, що збільшує потребу в отриманні якісних та толерантних психологічних послуг. Афірмативний підхід допомагає створити безпечний простір для самовираження ЛГБТ-підлітків та отримання підтримки. Такий підхід дозволяє фахівцям більше розуміти специфіку їхнього досвіду та відповідати на унікальні

потреби підлітків ЛГБТ+. Підтримка афірмативного підходу сприяє покращенню психічного здоров'я ЛГБТ-підлітків, оскільки вони відчують себе більш прийнятими у своєму середовищі. З урахуванням цих аспектів афірмативний підхід у консультуванні ЛГБТ-підлітків у українському контексті є необхідним для створення інклюзивного та безпечного середовища для розвитку та самореалізації цієї групи молоді. У контексті подальших науково-практичних розвідок важливим є проведення дослідження ефективності впровадження афірмативного підходу в консультуванні ЛГБТ+ спільноти в українських реаліях та готовності фахівців до його впровадження.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Діденко М. Особливості роботи психолога з представниками ЛГБТ-спільноти / РЕНІ-світ: особисто-професійний розвиток і психологічна допомога майбутніх психологів : методичні рекомендації / за заг. ред. П. Лушин, О.Я. Сухенко. Полтава : ФОП Мирон І.А., 2021. 176 с. (Серія «Жива книга»; Т. 6) С. 148–157.
2. Діденко М., Дмитренко О., Козлова А., Павловська О. Як працювати з ЛГБТ : Путівник для психологів та психотерапевтів. Методичні рекомендації із психологічної роботи з представниками ЛГБТ/ за заг. ред. М. Діденко. Київ : ГО «Точка опори ЮА», 2021 р. Біла Церква : ТОВ «Білоцерківдрук». 49 с.
3. Кочерян Г.С. Медичні аспекти гомосексуальності. *Здоров'я чоловіка*. 2014. № 1. С. 136–139. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Zdmu\\_2014\\_1\\_32](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Zdmu_2014_1_32).
4. Національне дослідження шкільного середовища в Україні 2020 / укладачі Й. Косців, Р. Івасій, М. Шевцова. Київ : ГО «Батьківська ініціатива «ТЕРГО», 2021р. 16 с.
5. Національне дослідження шкільного середовища в Україні: повний звіт / укладачі Й. Косців, Р. Івасій, М. Діденко. Київ : ВБО «Точка опори», 2019. 44 с.
6. Проскурня А.С., Хоменко В.І. Афірмативна психотерапія: теоретико-методологічний дискурс. *Габітус*. Випуск 18. Т. 2, 2020. С. 94–98.
7. A Survey of LGBT Americans. 2013. URL: <https://www.pewresearch.org/social-trends/2013/06/13/a-survey-of-lgbt-americans>.
8. Alessi E.J., Dillon F.R., & Van Der Horn R. The therapeutic relationship mediates the association between affirmative practice and psychological well-being among lesbian. *Psychotherapy*, 2019. 56(2), 229–240. <https://doi.org/10.1037/pst0000210>.
9. Balsam K.F., Martell C.R., Jones K.P., & Safren S.A. Affirmative cognitive behavior therapy with sexual and gender minority people. 2019.
10. Burton C.M., Marshal M.P., Chisolm D.J., Sucato G.S., & Friedman M.S. Sexual minority-related victimization as a mediator of health disparities in sexual minority youth: A longitudinal analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 2013. 42(3), 394–402.
11. Corliss H.L., Cochran S.D., Mays V.M., Greenland S., Seeman T.E. Age of minority sexual orientation development and risk of childhood maltreatment and suicide attempts in women. *Am. J. Orthopsychiatry*. 2009. 79, 511–521.
12. International statistical classification of diseases and related health problems. 10th revision, WHO., edition 2010. V. 3. 201 с.
13. Krell C., Oldemeier K. Coming-out – und dann...?! München. 2015. 36 с. URL: <http://surl.li/qdgm0>.
14. Russell S.T., Joyner K., Adolescent Sexual Orientation and Suicide Risk: Evidence From a National Study. *Am J Public Health*. 2001; 91:1276–1281.
15. Spencer K.G., Berg D.R., Bradford N.J., Vencill J.A., Tellawi G., & Rider G.N. The gender-affirmative life span approach: A developmental model for clinical work with transgender and gender-diverse children, adolescents, and adults. *Psychotherapy*, 2021. 58(1), 37–49. <https://doi.org/10.1037/pst0000363>.
16. Zaliznyak M., Bresee C., Garcia M.M. Age at First Experience of Gender Dysphoria Among Transgender Adults Seeking Gender-Affirming Surgery. *JAMA Netw Open*. 2020.

## REFERENCES

1. Didenko, M. (2021). Osoblivosti roboti psihologa z predstavnikami LGBT-spilnoti [Features of psychologist's work with representatives of the LGBT community ]. *REHI-svit: osobistisno-profesijnij rozvitok i psihologichna dopomoga majbutnih psihologiv: metodichni rekomendaciyi* [REHI-world: personal and professional development and psychological assistance to future psychologists: methodological recommendations]. Poltava: FOP Miron I., pp. 148–157 [in Ukrainian].
2. Didenko, M., Dmytrenko, O., Kozlova, A., Pavlovska, O. (2012). *Yak pratsuvaty z LGBT: Pytivnik dlya psychologiv ta psihoterapevtiv* [How to work with LGBT people: A guide for psychologists and psychotherapists]. Bila Tserkva: TOV «Bilotserkovdruk». 49 p. [in Ukrainian].
3. Kocheryan, G.S. (2014). *Medichni aspekti gomoseksualnosti* [Medical aspects of homosexuality]. *Men health*. № 1. Pp. 136–139 [in Ukrainian].
4. Kosciw, J., Ivasij, R., Shevcova, M. (2021). *Nacionalne doslidzhennya shkilnogo seredovisha v Ukrayini 2020* [National School Environment Survey in Ukraine 2020]. Kyiv: GO «Batkivska iniciativa «TERGO» [in Ukrainian].
5. Kosciw, J., Ivasij, R., Didenko, M. (2019). *Nacionalne doslidzhennya shkilnogo seredovisha v Ukrayini: povnij zvit* [National School Environment Survey in Ukraine]. Kyiv: «Fulcrum» [in Ukrainian].
6. Proskurnya, A.S., Homenko, V.I. (2020). Afirmativna psihoterapiya: teoretiko metodologichnij diskurs [Affirmative psychotherapy: theoretical and methodological discourse]. *Gabitus* [Habitus]. Vol. 18. T. 2, pp. 94–98 [in Ukrainian].
7. A Survey of LGBT Americans (2013). Retrieved from: <https://www.pewresearch.org/social-trends/2013/06/13/a-survey-of-lgbt-americans>.
8. Alessi, E.J., Dillon, F.R., & Van Der Horn, R. (2019). The therapeutic relationship mediates the association between affirmative practice and psychological well-being among lesbian. *Psychotherapy*, 56(2), 229–240. <https://doi.org/10.1037/pst0000210>.
9. Balsam, K.F., Martell, C.R., Jones, K.P., & Safren, S.A. (2019). Affirmative cognitive behavior therapy with sexual and gender minority people.
10. Burton, C.M., Marshal, M.P., Chisolm, D.J., Sucato, G.S., & Friedman, M.S. (2013). Sexual minority-related victimization as a mediator of health disparities in sexual minority youth: A longitudinal analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(3), 394–402.
11. Corliss H.L., Cochran S.D., Mays V.M., Greenland S., Seeman T.E. (2009). Age of minority sexual orientation development and risk of childhood maltreatment and suicide attempts in women. *Am. J. Orthopsychiatry* 79, pp. 511–521.
12. International statistical classification of diseases and related health problems (2010). 10th revision, WHO, V. 3. 201 p.
13. Krell, C., Oldemeier, K. (2015). *Coming-out – und dann...?!* München. 36 p. Retrieved from: <http://surl.li/qdgm0>.
14. Russell, S.T., Joyner, K. (2001). Adolescent Sexual Orientation and Suicide Risk: Evidence from a National Study. *Am J Public Health*. 91:1276–1281.
15. Spencer, K.G., Berg, D.R., Bradford, N.J., Vencill, J.A., Tellawi, G., & Rider, G.N. (2021). The gender-affirmative life span approach: A developmental model for clinical work with transgender and gender-diverse children, adolescents, and adults. *Psychotherapy*, 58(1), 37–49. <https://doi.org/10.1037/pst0000363>.
16. Zaliznyak, M., Bresee, C., Garcia, M.M. (2020). Age at First Experience of Gender Dysphoria Among Transgender Adults Seeking Gender-Affirming Surgery. *JAMA Netw Open*.

УДК 32:159.9  
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2024-1-7>

## ПОСТТРАВМАТИЧНІ СТРЕСОВІ СТАНИ ТА ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПРАЦІВНИЦЬ ОСВІТИ ПРИФРОНТОВИХ ТА ДЕОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ В УМОВАХ ВІЙНИ

**Дорожкін В. Р.**

*доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри теоретичної та практичної психології  
Національний університет «Львівська політехніка»  
вул. Степана Бандери, 12, Львів, Україна  
[orcid.org/0000-0001-7755-1343](https://orcid.org/0000-0001-7755-1343)  
[v.dorozhkin1975@gmail.com](mailto:v.dorozhkin1975@gmail.com)*

**Лазоренко Б. П.**

*кандидат філософських наук, доцент,  
провідний науковий співробітник відділу соціальної психології особистості  
Інститут соціальної та політичної психології  
Національної академії педагогічних наук України  
вул. Андріївська, 15, Київ, Україна  
[orcid.org/0000-0002-2113-0424](https://orcid.org/0000-0002-2113-0424)  
[bolaz@ukr.net](mailto:bolaz@ukr.net)*

**Ключові слова:** *працівниці освіти, посттравматичні стресові стани, психологічне благополуччя, стратегії збереження психологічного благополуччя.*

Мета статті – визначити взаємозв'язок між посттравматичним стресовим станом (далі – ПТСС) та психологічним благополуччям (далі – ПБ) працівників освіти прифронтових та деокупованих територій, а також з'ясувати провідні стратегії збереження ПБ в умовах війни.

Методи дослідження. Для дослідження ми використали опитувальник «Перелік симптомів ПТСР», адаптований для українського населення В. Безшейко, та адаптований С. Карскановою опитувальник «Шкала ПБ» К. Ріфф. З метою виявлення позитивних стратегій збереження ПБ ми провели семантичний аналіз основних шкал опитувальника К. Ріфф. Вибірку нашого дослідження становили 37 жінок – працівниць освіти віком від 21 до 62 років.

Результати. З'ясовано, що з 37 досліджуваних лише 12 осіб (32,4%) мали високий рівень ПТСС, 10 осіб (27%) – середній і 15 осіб (40,6%) – низький. Виявлено здатність більшості досліджуваних підтримувати високий (56,8 %) і середній (24,3%) рівні ПБ. Лише 18,9% з них відзначили низькі показники ПБ. Виділено дві групи досліджуваних зі своєрідним поєднанням рівнів ПТСС і ПБ. Перша група (7 осіб, 18,9%) з високим рівнем ПТСС та високим і середнім рівнем ПБ має тенденцію до формування посттравматичного особистісного зростання. Друга група (5 осіб, 13,5%) з високим рівнем ПТСР і низьким рівнем ПБ має схильність до формування ПТСР. Визначено позитивні стратегії збереження ПБ працівників освіти в умовах війни. Основні з них: довіра до себе та свого оточення, турбота про спільне благополуччя, відкритість до новизни та особистісних змін.

Висновки. З'ясовано можливість для осіб, які перебувають на прифронтових чи деокупованих територіях, уникнути отримання високого рівня ПТСС і підтримувати високий рівень ПБ.

## POST-TRAUMATIC STRESS STATES AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF EDUCATIONAL EMPLOYEES IN FRONT-LINE AND DE-OCCUPIED TERRITORIES IN WAR CONDITIONS

**Dorozhkin V. R.**

*Doctor of Psychological Sciences, Professor;  
Professor at the Department of Theoretical and Practical Psychology  
National University "Lviv Polytechnic"  
Stepana Bandera str., 12, Lviv, Ukraine  
orcid.org/0000-0001-7755-1343  
v.dorozhkin1975@gmail.com*

**Lazorenko B. P.**

*Ph.D. in Philosophy, Associate Professor,  
Leading Researcher at the Department of Social Psychology of Personality  
Institute of Social and Political Psychology  
of the National Academy of Sciences of Ukraine  
Andriivska str., 15, Kyiv, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-2113-0424  
bolaz@ukr.net*

**Key words:** *female educational employees, post-traumatic stress states, psychological well-being, strategies for maintaining psychological well-being.*

The purpose of the article is to determine relationships the ratio of post-traumatic stress states (hereinafter – PTSS) and psychological well-being (hereinafter – PWB) of female educational employees in the front-line and de-occupied territories and also to clarify leading strategies preservation PWB in war conditions.

The research methods. For our investigating we used the questionnaire "List of PTSD symptoms" adapted for the Ukrainian population by V. Bezsheyko and adapted by S. Karskanova questionnaire "PWB Scale" by K. Riff. In order to find out the positive strategies for the preservation of PWB we carried out semantic analysis of the main scales of the K. Riff questionnaire. The sample of our study consisted of 37 female educational employees, aged from 21 to 62 years.

The results. It turned out that only 12 people (32.4%) out of 37 subjects had high PTSS levels, 10 people (27%) – medium, and 15 people (40.6%) – low. The ability of the majority of the subjects to maintain high (56.8%) and medium (24.3%) levels of PWB was revealed. Only 18.9% of the subjects noted low PWB indicators. Two groups of subjects with peculiar combinations of PTSS and PWB levels were distinguished. The first group (7 people, 18.9%) with a high level of PTSS and high and average PWB has a tendency to form post-traumatic personal growth. The second group (5 people, 13.5%) with a high level of PTSS and a low level of PWB has the tendency to form PTSD. There were determined positive strategies for preserving the PWB of female educational employees in war conditions. The main ones are: trust in oneself and one's environment; concern for common well-being; openness to novelty and personal changes.

Conclusions. There has been clarified the possibility of an individual who is in front-line and de-occupied territories to avoid acquiring a high level of PTSS and maintain a high level of PWB.

**Постановка проблеми.** Особливістю повномасштабної військової агресії Росії є геноцидна спрямованість ідеологемі «руського міра» проти всього українського – держави, суспільства, культури і освіти. Відповідна політика агресора передбачала реалізацію цієї ідеологемі на загарбаних агресором територіях. Її негативним результатом є значна психотравматизація мешканців цих територій, зокрема працівників освіти. Тому важливим соціальним та політичним завданням української держави та суспільства є повноцінне відновлення освітнього процесу на деокупованих і прифронтових територіях. У зв'язку із цим дослідження стану психологічного благополуччя працівників освіти, стратегій його відновлення є однією із важливих умов вирішення цього завдання.

Дослідженню ПБ особистості загалом і працівників освіти зокрема присвячена значна увага як зарубіжних, так і вітчизняних авторів. Низка зарубіжних дослідників сформувавши основні підходи до його концептуалізації, розробила концепт ПБ, визначила його зміст, індикатори, показники, критерії аналізу та оцінювання [14; 15; 21; 22; 18; 23].

Вітчизняні дослідники також вивчали різні аспекти концепту ПБ, зокрема в контексті фахового зростання [7], підвищення ПБ особистості [12], визначення особливостей професійного ПБ освітян [1] та ін.

Проблема ПБ в умовах війни, в тому числі працівників освіти, також привертала увагу і зарубіжних фахівців [17; 20], і вітчизняних дослідників [5; 9; 11], у переході від війни до миру [3]. Українською дослідницею С. Карскановою ще до початку військового нападу Росії на Україну було адаптовано до української популяції опитувальник «Шкали ПБ» К. Ріффа, яким ми скористались у своєму дослідженні [6].

Зазначені роботи послужили вагомою основою для нашого емпіричного дослідження. Проте проблема вивчення стану ПБ працівниць освіти прифронтових і деокупованих територій, його співвідношення із їхніми ПТСС, визначення стратегій його збереження ще не стала предметом дослідження.

**Метою статті** є визначення стану ПБ працівниць освіти прифронтових та деокупованих територій, зокрема м. Запоріжжя та м. Херсона, та його співвідношення із їхніми ПТСС, а також з'ясування провідних стратегій збереження ПБ в умовах війни.

**Методологія дослідження.** Порівняльний аналіз зарубіжних та вітчизняних концепцій ПБ, узагальнення теоретичних і емпіричних досліджень ПБ працівників освіти в тому числі в умовах війни. Для скринінгу та виявлення рівнів ПТСС досліджуваних використані адаптовані В. Безшейко для української популяції Шкали для

клінічної діагностики ПТСП The National Center for PTSD та опитувальник «Перелік симптомів ПТСП» [2]. Для визначення рівнів ПБ досліджуваних учасниць ми застосували адаптований для української популяції С. Карскановою опитувальник «Шкали ПБ» К. Ріффа [6]. Щодо з'ясування провідних позитивних стратегій його збереження проведено змістовий та смисловий аналіз та узагальнення основних шкал опитувальника К. Ріффа.

**Організація та проведення емпіричного дослідження.**

Емпіричну базу дослідження становили дві групи досліджуваних – освітянки-магістерки кафедри психології Запорізького національного університету (11 осіб віком від 22 до 52 р.) та працівниці шкільної та дошкільної освіти у м. Херсоні (26 осіб віком від 21 до 64 р.). Магістерки були залучені до участі у дослідженні за сприяння завідувачки кафедри психології Н. Губи ЗНУ в процесі проведення спецкурсу з надання першої психологічної допомоги постраждалим в опануванні ними посттравматичних стресових станів, а працівниці освіти м. Херсона завдяки допомозі керівництва закладів освіти міста. Вони також взяли участь у дослідженні в процесі проведення аналогічного спецкурсу. Дослідження проводилось у рамках реалізації проекту, ініційованого Українською асоціацією психотерапевтів і бізнес-тренерів «Психологи на війні» під керівництвом голови організації доктора філософських наук, професора В. Дорожкіна у червні–серпні 2023 р. [16].

У визначенні рівнів та показників проявів ПТСС був використаний згаданий вище адаптований В. Безшейко для української популяції опитувальник «Перелік симптомів ПТСП». Його ми використовували для скринінгу проявів ПТСС у балах шляхом підрахунку, згідно з рекомендацією, загальної кількості балів, позначених опитаним за всіма шкалами. Якщо інтегральна оцінка показника становить 33 і вище балів, то це може свідчити про схильність особи до ПТСП. Проте для встановлення клінічного діагнозу ПТСП вона має пройти відповідне комплексне обстеження у фахівця психіатра. Опитувані, у яких інтегральна оцінка показника ПТСС становила 33 і вище балів, ми віднесли до осіб з його високим рівнем. Інтегральну оцінку від 0 до 32 балів ми поділили на два рівні. Відповідно, осіб, у яких інтегральна оцінка показника ПТСС перебувала в інтервалі від 0 до 16 балів, ми відносили до низького рівня, а осіб із цим показником у інтервалі від 17 до 32 балів – до середнього рівня.

В оцінці рівнів ПБ досліджуваних ми спиралась на відповідні шкали, рівні та чисельні показники в балах згідно з обробкою результатів за опитувальником «Шкали ПБ» К. Ріффа в адаптації С. Карсканової.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** За нашою гіпотезою дослідження передбачалось, що значна кількість його учасниць, які фактично перебували і перебувають в умовах війни, під постійними обстрілами та впливом інших психотравмівних чинників, виявлять такі ж значні показники рівня ПТСС і відповідно низькі показники ПБ. Також на початок дослідження не було сподівань на те, що в таких умовах працівниці освіти взагалі збережуть хоча б середні показники ПБ. Проте отримані результати дослідження стану ПБ і магістерок ЗНУ м. Запоріжжя і працівниць освіти м. Херсона загалом і в частині його співвідношення із станами ПТСС стали для нас загалом несподіваними.

Всупереч нашим песимістичним очікуванням лише 12 осіб (32,4%) із 37 мали високі рівні ПТСС, 27% – середні, а значна частина – 40,6% – низькі (таблиця 1).

Стосовно рівнів ПБ учасниць дослідження маємо такі результати (таблиця 2).

Тобто більшість (понад 80%) досліджуваних показали високі і середні (в межах норми) рівні ПБ.

Отримані результати рівнів ПТСС і ПБ та їх співвідношення окремо по групах магістерок м. Запоріжжя та працівниць освіти м. Херсона подано у наступних таблицях.

Згідно з обробкою матеріалів дослідження рівнів ПТСС та ПБ магістерок кафедри психології ЗНУ (11 осіб) маємо такі результати (таблиці 3 та 4).

Порівнюючи показники ПТСС та ПБ, маємо зазначити, що наші сподівання на те, що особи із низькими показниками ПТСС матимуть високі показники ПБ, набула певного підтвердження. Зокрема, 6 осіб (54,5%) мали високі показники ПБ і низькі ПТСС. Одна особа

Таблиця 1

<b>Рівні ПБ і ПТСС магістерок м. Запоріжжя і працівниць освіти м. Херсона (37 осіб) загалом</b>			
<b>Рівні ПТСС</b>	<b>Рівні ПБ</b>	<b>Кількість</b>	<b>Відсоток %</b>
Високий 2+10	Високий	4	10,8%
	Середній	3	8,1%
	Низький	5	13,5%
Середній 3+7	Високий	2	5,4%
	Середній	6	16,2%
	Низький	2	5,4%
Низький 6+9	Високий	15	40,6%
	Середній	0	0
	Низький	0	0

Таблиця 2

<b>Рівні ПБ магістерок м. Запоріжжя і працівниць освіти м. Херсона (37 осіб) загалом</b>		
<b>Рівні ПБ</b>	<b>Кількість</b>	<b>Відсоток %</b>
Високий	21	56,8%
Середній	9	24,3%
низький	7	18,9%

Таблиця 3

<b>Магістерки ЗНУ м. Запоріжжя. Показники рівня ПТСС згідно зі Шкалою для клінічної діагностики ПТСР та опитувальником «Перелік симптомів ПТСР», адаптація В. Безшейко</b>			
Високий рівень	від 33 балів і вище	2 особи	18,2%
Середній рівень	від 17 до 32 балів	3 осіб	27,3%
Низький рівень	від 0 до 16 балів	6 осіб	54,5 %

Таблиця 4

<b>Магістерки ЗНУ м. Запоріжжя. Показники ПБ згідно з опитувальником «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф, адаптація С. Карсканової</b>			
Високі	354 і більше балів	8 осіб	72,7 %
Середні	від 324 до 353 балів	2 осіб	18,2%
Низькі	від 0 до 323 бали	1 осіб	9,1%



(9,1%) мала низький рівень ПБ за високого рівня ПТСС і дві особи із середнім рівнем ПБ мали середні рівні ПТСС. Однак щодо магістерок з'ясувалось, що в умовах повномасштабної фази війни і переживання різного рівня психотравмивних стресогенних чинників із загальної кількості магістерок, які брали участь у дослідженні, їхня більшість виявила високий рівень ПБ (72,7%), але за наявності різних рівнів ПТСС. У тому числі з'ясувалось, що одна особа із високим рівнем ПБ зазначила також високий рівень ПТСС (9,1%) і ще одна особа зазначила середній рівень ПБ у разі високого рівня ПТСС. Це показано у таблиці 5 співвідношення рівнів ПБ та ПТСС магістерок.

Також серед магістерок – представниць інших рівнів ПБ зазначаємо дві особи із середнім ПБ (18,2%) та середнім ПТСС і одну магістерку із низьким ПБ і високим ПТСС, що відповідає нашій початковій гіпотезі про відповідність рівнів ПТСС і ПБ.

Таким чином, всупереч перебуванню у зоні високого рівня психотравмивного стресогенного середовища більшій кількості магістерок м. Запоріжжя вдалося зберегти свою психіку у межах низького рівня ПТСС і забезпечити високий рівень ПБ (72,7%), у тому числі двом особам парадоксально в умовах переживання високого та середнього рівнів ПТСС.

Також розглянемо результати дослідження рівнів ПТСС і ПБ представниць освіти м. Херсона

(26 осіб), які перебували у тимчасовій окупації. Надаємо їх у таблицях 6 та 7.

Також виокремимо працівниць освіти із високим, середнім та низьким рівнем ПТСС.

Працівниці освіти м. Херсона із **високим ПБ** (13 осіб, 50%), які зазначили відповідні рівні ПТСС (таблиця 8).

Працівниці освіти м. Херсона із **середнім ПБ** (7 осіб, 26,9%), які зазначили відповідні рівні ПТСС (таблиця 9).

Працівниці освіти м. Херсона із **низьким ПБ** (6 осіб, 23%), які зазначили відповідні рівні ПТСС (таблиця 10).

Щодо порівняння отриманих результатів рівнів ПБ і ПТСС магістерок м. Запоріжжя і працівниць освіти м. Херсона маємо зазначити їх певну схожість щодо здатності зберегти свою психіку у межах низького рівня ПТСС і забезпечити високий рівень ПБ в умовах війни, перебування в окупації та проживання у зоні постійних обстрілів міста.

Розглядаючи загалом співвідношення рівнів ПТСС і ПБ працівниць освіти м. Запоріжжя і м. Херсона в умовах війни (див. таблицю № 1), маємо зазначити таке. Значній кількості працівниць освіти (понад 80%) вдалося зберегти високий (12 осіб, 56,8%) і середній (10 осіб, 24,3%) рівні ПБ в умовах перебування у зоні дії чинників високого рівня стресогенності та психотравматичності. Це може свідчити про високий рівень

Таблиця 5

<b>Магістерки із високим ПБ (8 осіб, 72,7%), які зазначили відповідні рівні ПТСС</b>		
<b>Рівень ПТСС</b>	<b>Кількість осіб</b>	<b>Відсоток</b>
Високий	1	9,1%
Середній	1	9,1%
Низький	6	54,5%

Таблиця 6

<b>Працівниці освіти м. Херсона. Показники рівня ПТСС згідно зі Шкалою для клінічної діагностики ПТСР та опитувальником «Перелік симптомів ПТСР», адаптація В. Безшейко</b>			
<b>Рівні ПТСС</b>	<b>Показники в балах</b>	<b>Кількість</b>	<b>Відсотки %</b>
Високий рівень	від 33 балів і вище	10 осіб	38,5%
Середній рівень	від 17 до 32 балів	7 осіб	26,9%
Низький рівень	від 0 до 16 балів	9 осіб	34,6 %

Таблиця 7

<b>Працівниці освіти м. Херсона. Показники ПБ згідно з опитувальником «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф, адаптація С. Карсканової</b>			
<b>Рівні ПБ</b>	<b>Показники в балах</b>	<b>Кількість</b>	<b>Відсотки %</b>
Високі	354 і більше балів	13 осіб	50%
Середні	від 324 до 353 балів	7 осіб	26,9%
Низькі	від 0 до 323 бали	6 осіб	23,1%

Таблиця 8

<b>Працівниці освіти м. Херсона із високим ПБ, які зазначили відповідні рівні ПТСС</b>		
<b>Рівень ПТСС</b>	<b>Кількість осіб</b>	<b>Відсоток</b>
Високий	3	11,5%
Середній	1	3,8%
Низький	9	34,6%

Таблиця 9

<b>Працівниці освіти м. Херсона із середнім ПБ, які зазначили відповідні рівні ПТСС</b>		
<b>Рівень ПТСС</b>	<b>Кількість осіб</b>	<b>Відсоток</b>
Високий	3	11,5%
Середній	4	15,4%
Низький	0	0

Таблиця 10

<b>Працівниці освіти м. Херсона із низьким ПБ, які зазначили відповідні рівні ПТСС</b>		
<b>Рівень ПТСС</b>	<b>Кількість осіб</b>	<b>Відсоток</b>
Високий	4	15,4%
Середній	2	7,7%
Низький	0	0

резильентності (Лазос, 2018) їхньої психіки щодо впливу психотравмивних чинників зовнішнього середовища на їхнє ПБ.

Особливо нас зацікавила частина працівниць освіти (7 осіб, 18,9%) із високим та середнім ПБ, але з високим рівнем переживання ПТСС, оскільки цей факт суперечить звичайному розумінню того, що особа із високим ПТСС не може перебувати у високому та середньому рівні ПБ (який відповідає середній нормі в умовах звичайного життя). Щодо цього маємо гіпотезу стосовно відповідальності за цей феномен процесу трансформації травмивних стресових станів в особистісне зростання, який зафіксований у багатьох дослідженнях у своєму позитивному результаті як посттравматичне особистісне зростання [8] та відповідних концептах резильентності психіки окремих постраждалих осіб [9]. Дзеркально протилежним цьому явищу є процес травматичної деформації особистості, перебіг травмивних стресових станів із їх завершенням у формі ПТСР, після того, як людина вийшла за межі свого травмивного середовища. У нашому дослідженні маркером *схильності* до такого процесу деформації особистості може бути поєднання у людини високого рівня ПТСС із низьким рівнем ПБ. Це одна особа серед магістерок м. Запоріжжя та чотири особи працівниць освіти м. Херсона (13,5%, від їх загальної кількості). На нашу думку, поєднання використаних нами методик може бути застосоване для більш чіткого визначення *схильності*

осіб, які перебували і перебувають у зоні впливу чинників високого психотравмивного, стресогенного рівня, до розвитку в них ПТСР, з одного боку, та використання вчасної психосоціальної допомоги для трансформації травмивних стресових станів у процес особистісного зростання – з іншого.

Також маємо зазначити більш високий рівень резильентності психіки і підтримки ПБ магістерок м. Запоріжжя порівняно із працівницями освіти м. Херсона. На нашу думку, це може бути пов'язано із тим, що магістерки є професійними психологами і мають можливості застосовувати свої компетенції для відновлення і збереження власного ПБ. Слід брати до уваги і неспівмірність вибірки, а також ту обставину, що м. Запоріжжя перебувало і перебуває у близькості до зони бойових дій, проте не було в окупації, тоді як мешканці м. Херсона її пережили і перебували, в тому числі під час проведення дослідження, у постійному щоденному обстрілі ворога. Доцільно також брати до уваги й те, що відповіді учасниць дослідження певною мірою зумовлені їх суб'єктивним визначенням та самооцінкою своїх станів.

Аналізуючи результати дослідження, ми звернули увагу на певну їх парадоксальність. Це стосується високої резильентності психіки значної частини досліджуваних щодо їхньої здатності уникнути набуття високих рівнів ПТСС і утримання високого рівня ПБ в умовах перебування у високо стресогенному і психотравмивному

середовищі, а також наявності у певної частини досліджуваних високого рівня ПБ у разі високого рівня ПТСС. У зв'язку із цим ми проаналізували та узагальнили змістову і смислову частину інтерпретації шкал ПБ К. Ріфф з метою виокремлення основних особистісних стратегій забезпечення високого рівня ПБ, які, на нашу думку, імпліцитно в них містяться. Згідно з таким аналізом і узагальнення ми отримали такі результати.

Згідно зі шкалою «Позитивні відносини з тими, що оточують» ми сформулювали стратегію довіри до себе і свого оточення, піклування про спільне благополуччя.

За шкалою «Автономія» – стратегію самоздійснення, самостійності у керуванні собою та реалізації власних життєвих рішень.

Стосовно шкали «Управління середовищем» – стратегію впевненості і компетентності ефективно взаємодіяти із власним життєвим середовищем.

Стосовно шкали «Особистісне зростання» – стратегію відкритості новому та особистісним змінам, самоздійснення в реалізації власного потенціалу.

За шкалою «Цілі у житті» – стратегію цілеспрямованості та осмисленості власного життя у формуванні та реалізації життєвих цілей.

Згідно зі шкалою «Самоприйняття» – стратегію позитивного ставлення до себе, прийняття себе у різних свої проявах.

Протилежними цим позитивним, суб'єктно орієнтованим на опанування особистістю психотравмивних чинників зовнішнього середовища стратегіям, є стратегії, які особистість може використовувати як засоби позірної адаптації щодо виживання в умовах ворожого їй середовища. На нашу думку, завдяки реалізації та слідуванню саме виокремленим вище позитивним стратегіям особистість може зберігати високий рівень ПБ в умовах війни. У зв'язку з цим доцільним і важливим є надання постраждалим психосоціальної допомоги та застосування позитивних стратегій для сприяння трансформації їх психотравмивних стресових станів у ресурс посттравматичного зростання.

**Обмеження дослідження.** Цим дослідженням було охоплено незначну частину працівниць освіти, тому отримані результати потребують перевірки на більшій, репрезентативній вибірці. Доцільним у подальших дослідженнях за цим напрямом є розширення відповідної емпіричної бази.

**Практична/соціальна значущість дослідження.** Упровадження результатів дослідження

сприятиме більш чіткому визначенню схильності осіб, які переживають психотравмивні процеси, до розвитку у них ПТСТР, або особистісного посттравматичного зростання. Також практичне застосування дослідницьких методик сприятиме визначенню осіб, які потребують психосоціальної допомоги, а використання відповідних стратегій сприятиме збереженню ПБ не тільки працівниць різних закладів освіти, але й представників інших професій та груп, які постраждали унаслідок воєнної травматизації, збільшенню можливостей щодо забезпечення перемоги над ворогом.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** З'ясована можливість особистості, яка перебуває в умовах війни у прифронтових та деокупованих територіях, уникати набуття високого рівня ПТСС і зберігати високий рівень ПБ і навіть, набуваючи високого рівня ПТСС у такому середовищі, формувати середні та високі рівні ПБ. Згідно зі змістовим та смисловим аналізом шкал опитувальника ПБ К. Ріфф узагальнено провідні стратегії збереження ПБ працівниць освіти. Основними серед них є: самоприйняття себе з різними своїми якостями; довіра до себе і свого оточення, піклування про спільне благополуччя; відкритість новому та особистісним змінам, самоздійснення в реалізації власного потенціалу.

Виокремлено феномен амбівалентності трансформації психотравмивного процесу переживання особистістю негативних стресових станів щодо можливих векторів його розвитку у ПТСТР або в посттравматичне особистісне зростання. Зазначено важливість надання особистості, яка перебуває у психотравмивному, стресогенному середовищі, психосоціальної допомоги та сприяння їй у застосуванні зазначених стратегій розвитку резильєнтності та ПБ для забезпечення посттравматичного зростання.

У подальших дослідженнях вбачаємо доцільність з'ясування чинників розвитку резильєнтності та ПБ як працівників освіти, так і інших соціальних груп, які забезпечують їх зростання та зменшують вплив психотравмивних чинників на формування у особистості ПТСТР. Насамперед це стосується чинників та механізмів, які зумовлюють трансформацію психотравматизації особистості у посттравматичне особистісне зростання, що є необхідною основою для розробки відповідних ефективних психотехнологій психосоціальної допомоги особистості у збереженні та розвитку її резильєнтності та ПБ, забезпечення перемоги у війні та успіхів у відбудові.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Бондарчук О., Пінчук Н. Професійне психологічне благополуччя освітян та особливості його підтримки в кризових умовах сьогодення. *Київський журнал сучасної психології і психотерапії*. № 5(1). Київ. 2023. С. 5–14. <https://doi.org/10.48020/mpj.2023.01.01>.

2. Bezsheiko V. Адаптація Шкали для клінічної діагностики ПТСР та опитувальника «Перелік симптомів ПТСР» для української популяції. *PMGP*. 19, Вересень (цит. за 29, Грудень 2023); 1(1): e010108: URL: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/8>.
3. Дворник М.С. Психологічне благополуччя особистості під час переходу від війни до миру. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2020. Вип. 45. С. 79–87. DOI: 10.33120/ssj.vi45(48).144.
4. Карамушка Л.М. Психічне здоров'я особистості під час війни: як його зберегти та підтримати : методичні рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2022. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/730974/>.
5. Карамушка Л. Тренінгова програма «Як зберегти та підтримати психічне здоров'я освітнього персоналу в умовах війни»: зміст, структура, процедура проведення. *Київський журнал сучасної психології і психотерапії*. Вип. 4. Київ. 2022. С. 24–45. <https://doi.org/10.48020/mppj.2022.02.03>.
6. Карсканова С.В. Опитувальник «Шкали психологічного благополуччя» К. Ріфф: процес та результати адаптації. *«Практична психологія та соціальна робота»*. № 1, 2011, С. 1–10.
7. Карсканова С.В. Фахове зростання та психологічне благополуччя: емпіричне дослідження. *Матеріали Третьої міжнародної науково-практичної конференції «Культурно-історичний та соціально-психологічний потенціал особистості в умовах трансформаційних змін у суспільстві», 16–17 вересня 2011 року*, м. Одеса. Одеса : Принтмастер, 2011. С. 59–66.
8. Климчук В.О. Психологія посттравматичного зростання. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 125 с.
9. Кокун О.М., Мельничук Т.І. Резилієнс-довідник : практичний посібник. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. 2023, 25 с.
10. Лазос Г.П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології*. Том 3: Консультативна психологія і психотерапія. Вип. 14. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України; Вінниця : ФОП Рогальська І.О., 2018. Вип. 14. С. 26–64.
11. Петухова, І., Заушнікова, М., Каськов, І. (2023). Психологічне благополуччя особистості в умовах війни. *Вісник Національного університету оборони України*, 2023. № 73 (3), 124–129. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-73-3-124-129>.
12. Титаренко Т.М. Способи підвищення психологічного благополуччя особистості, що пережила травму. *Психологія: теорія і практика*, 1, 2018. С. 112–119. [http://dx.doi.org/10.31339/2617-9598-2018-1\(1\)-112-119](http://dx.doi.org/10.31339/2617-9598-2018-1(1)-112-119).
13. Психологи на війні – унікальний проєкт для підвищення кваліфікації. 07.06.2023. URL: <http://surl.li/huasy>.
14. Bradburn N.M. *The Structure of Psychological Well-being*. Chicago : Aldine. 1969.
15. Diener E., Oishi S., & Lucas E. Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 2003. 54, 403–425.
16. Dorozhkin V. Therapeutic Relationships in Wartime Ukraine. *Psychoanalytic Psychology*, 2023. 40(4). <http://doi.org/10.1037/pap0000482>.
17. Frey B.S. Well-being and war. *International Review of Economics*, 2012. 59, 363–375. <https://doi.org/10.1007/s12232-012-0146-0>.
18. Hascher T., & Waber J. Teacher well-being: A systematic review of the research literature from the year 2000–2019. *Educational Research Review*, 2021. 34, 00411. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2021.100411>.
19. Kokun O. The Ukrainian population's war losses and their psychological and physical health. *Journal of Loss and Trauma*. 2022. <https://doi.org/10.1080/15325024.2022.2136612>.
20. Shemyakina O.N., & Plagnol A.C. Subjective Well-Being and Armed Conflict: Evidence from Bosnia-Herzegovina. *Soc. Indic Res*, 2013. 113, 1129–1152. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0131-8>.
21. Ryan R.M., & Deci E.L. *Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. New York, NY: Guilford Press. 2017.
22. Ryff C.D. Eudaimonic well-being and education: Probing the connections. Well-being and higher education: A strategy for change and the realization of education's greater purposes. In: D.W. Harward (Ed.): *Bringing Theory to Practice*. Washington, DC, 2016. 37–48.
23. Zakaria Z., Don Y., & Yaakob M. Teachers' well-being from the social psychological perspective. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 2021. 10(2), 641–647.

## REFERENCES

1. Bondarchuk, O., Pinchuk, N. (2023). Profesiynе psykhologichne blahopoluchchya osvityan ta osoblyvosti yoho pidtrymky v kryzovykh umovakh s'ohodennya. *Kyivs'kyi zhurnal suchasnoyi psykhoholohiyi i psykhoterapiyi*. 5(1), S. 5–14. <https://doi.org/10.48020/mppj.2023.01.01> [in Ukrainian].

2. Bezsheiko, V. (2016). Adaptatsiya Shkaly dlya klinichnoyi diahnozyky PTSR ta opyтуval'nyka "Perelik symptomiv PTSR" dlya ukrayins'koyi populyatsiyi. *PMGP*, 19, Veresen' [tsyt. za 29, Hruden' 2023];1(1):e010108. Retrieved from: <https://uk.e-medjournal.com/index.php/psp/article/view/8> [in Ukrainian].
3. Dvornyk, M.S. (2020). Psykholohichne blahopoluchchya osobystosti pid chas perekhodu vid viyny do myru. July 2020, *Scientific Studios on Social and Political Psychology*. DOI: 10.33120/ssj.vi45(48).144 [in Ukrainian].
4. Karamushka, L.M. (2022). Psykhichne zdorov'ya osobystosti pid chas viyny: yak yoho zberehty ta pidtrymaty: Metodyichny rekomendatsiyi. Kyiv: Instytut psykholohiyi imeni H.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/730974/> [in Ukrainian].
5. Karamushka, L. (2022). Treninhova prohrama «Yak zberehty ta pidtrymaty psyklichne zdorov'ya osvithn'oho personalu v umovakh viyny»: zmist, struktura, protsedura provedennya. <https://doi.org/10.48020/mppj.2022.02.03> [in Ukrainian].
6. Karskanova, S.V. (2011) Opyтуval'nyk «Shkaly psykholohichnoho blahopoluchchya» K. Riff: protses ta rezul'taty adaptatsiyi. «*Praktychna psykholohiya ta sotsial'na robota*» № 1, 2011, S. 1–10 [in Ukrainian].
7. Karskanova, S.V. (2011a). Fakhove zrostannya ta psykholohichne blahopoluchchya: empirychnе doslidzhennya. *Materialy Tret'oyi Mizhnarodnoyi naukovо-praktychnoyi konferentsiyi «Kul'turno-istorychnyy ta sotsial'no-psykholohichnyy potentsial osobystosti v umovakh transformatsyynykh zmin u suspil'stvi»*, 16–17 veresnya 2011 roku, m. Odesa. Odesa: Pryntmaster, 2011. S. 59–66 [in Ukrainian].
8. Klymchuk, V.O. (2020). Psykholohiya posttravmatychnoho zrostannya. Natsional'na akademiya pedahohichnykh nauk Ukrayiny, Instytut sotsial'noyi ta politychnoyi psykholohiyi. Kropyvnyts'kyy: Imeks-LTD. 125 s. [in Ukrainian].
9. Kokun, O.M., Mel'nychuk, T.I. (2023). Rezyliyens-dovidnyk: praktychnyy posibnyk. Kyiv: Instytut psykholohiyi imeni H.S. Kostyuka NAPN Ukrayiny. 2023. 25 s. ISBN 978-617-7745-24-1 [in Ukrainian].
10. Lazos, H.P. (2018). Rezil'yentnist': kontseptualizatsiya ponyat', ohlyad suchasnykh doslidzhen'. *Aktual'ni problemy psykholohiyi*. Tom 3: Konsul'tatyvna psykholohiya i psykhoterapiya, Vyp. 14, s. 26–64 [in Ukrainian].
11. Pyetukhova, I., Zaushnikova, M., Kas'kov, I. (2023). Psykholohichne blahopoluchchya osobystosti v umovakh viyny. *Visnyk Natsional'noho universytetu oborony Ukrayiny*, 73 (3), 124–129. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2023-73-3-124-129> [in Ukrainian].
12. Tytarenko, T.M. (2018). Sposoby pidvyshchennya psykholohichnoho blahopoluchchya osobystosti, shcho perezhyla travmu. *Psykholohiya: teoriya i praktyka*, 1, 112–119 [in Ukrainian].
13. Psykholohy na viyni – unikal'nyy proyekt dlya pidvyshchennya kvalifikatsiyi. 07.06.2023. Retrieved from: <http://surl.li/huasy> [in Ukrainian].
14. Bradburn, N.M. (1969). *The Structure of Psychological Well-being*. Chicago: Aldine.
15. Diener, E., Oishi, S., & Lucas, E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being. Emotional and cognitive evaluations of life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425.
16. Dorozhkin, V. (2023). Therapeutic Relationships in Wartime Ukraine. *Psychoanalytic Psychology*, 40(4). <http://doi.org/10.1037/pap0000482>.
17. Frey, B.S. (2012). Well-being and war. *International Review of Economics*, 59, 363–375. <https://doi.org/10.1007/s12232-012-0146-0>.
18. Hascher T., & Waber, J. (2021). Teacher well-being: A systematic review of the research literature from the year 2000–2019, *Educational Research Review*, 34, 100411. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2021.100411>.
19. Kokun, O. (2022). The Ukrainian population's war losses and their psychological and physical health. *Journal of Loss and Trauma*. <https://doi.org/10.1080/15325024.2022.2136612>.
20. Shemyakina, O.N., & Plagnol, A.C. (2013). Subjective Well-Being and Armed Conflict: Evidence from Bosnia-Herzegovina. *Soc. Indic Res*, 113, 1129–1152. <https://doi.org/10.1007/s11205-012-0131-8>.
21. Ryan, R.M., & Deci, E.L. (2017). *Self-determination theory. Basic psychological needs in motivation, development and wellness*. New York, NY: Guilford Press.
22. Ryff, C.D. (2016). Eudaimonic well-being and education: Probing the connections. Well-being and higher education: A strategy for change and the realization of education's greater purposes. In: D.W. Harvard (Ed.): *Bringing Theory to Practice*. Washington, DC, 37–48.
23. Zakaria, Z., Don, Y., & Yaakob, M. (2021). Teachers' well-being from the social psychological perspective. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 10(2), 641–647.

## ФЕНОМЕНОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД ЯК ОСНОВА ГЕШТАЛЬТ-ТЕРАПІЇ

**Железнякова Ю. В.**

*кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри практичної психології  
Запорізький національний університет  
вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна  
[orcid.org/0000-0003-1677-2015](https://orcid.org/0000-0003-1677-2015)  
[jk99799@ukr.net](mailto:jk99799@ukr.net)*

**Залановська Л. І.**

*кандидат психологічних наук,  
доцент кафедри практичної психології  
Запорізький національний університет  
вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна  
[orcid.org/0000-0002-3684-9327](https://orcid.org/0000-0002-3684-9327)  
[lesia\\_zalanovskaia@ukr.net](mailto:lesia_zalanovskaia@ukr.net)*

**Ключові слова:** феномен,  
феноменологічний підхід,  
психотерапія, гештальт-  
терапія.

Статтю присвячено аналізу феноменологічного підходу та визначенню основних методологічних засад у гештальт-терапії. У статті розкривається сутність феноменологічного підходу, встановлено значення феноменологічного підходу для психології та психотерапії. З цією метою у статті здійснено короткий історичний огляд щодо основних аспектів вивчення феноменологічного методу пізнання. Феноменологічний підхід розглядається як методологічний інструмент, який використовується для аналізу та розуміння явищ з точки зору безпосереднього сприйняття, без будь-яких теоретичних припущень та об'єктивних стандартів. Показано, що феноменологічний підхід полягає у прагненні описати переживання людини за допомогою більш тонкої та повної схеми категорій і понять, ніж це властиво природно-науковим підходам. Також зазначено у статті, що цей підхід орієнтований на людську екзистенцію та допомагає психотерапевту досліджувати структуру та способи буття у світі клієнта. Показано також, що цей метод орієнтований на людську екзистенцію і допомагає психіатру «вжитися» у структуру та способи буття-у-світі людини.

Особлива увага приділяється використанню феноменологічного підходу в гештальт-терапії. Підкреслюється, що феноменологія становить основу для ключових принципів гештальт-терапії, таких як акцент на досвіді, принцип «тут і зараз», відмова від передвизначених моделей та активна участь психотерапевта.

Наголошується, що відмова від передвизначених моделей у гештальт-терапії ґрунтується на феноменологічному підході, дозволяючи психотерапевтам пристосовувати свою методологію до унікальних потреб та характеристик кожного клієнта. Зазначається, що це сприяє розвитку більш гнучких та ефективних стратегій терапевтичного втручання.

Систематизована та узагальнена теоретико-методологічна інформація щодо особливостей феноменологічного підходу в гештальт-терапії порівняно з феноменологічним та природно-науковими підходами в науці.

Ця стаття прагне доповнити наукову базу з психології та психотерапії, вказуючи на фундаментальну роль феноменологічного підходу у

розумінні та корекції психічних станів. Її зміст може використовуватися для подальших досліджень, а також для розширення методологічних засад у практиці корекційної психології та психотерапії.

## PHENOMENOLOGICAL APPROACH AS THE BASIS OF GESTALT THERAPY

**Zhelezniakova Yu. V.**

*PhD in Psychology, Associate Professor,  
Senior Lecturer at the Department of Practical Psychology  
Zaporizhzhia National University  
Zhukovskoho str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine  
orcid.org/0000-0003-1677-2015  
jk99799@ukr.net*

**Zalanovska L. I.**

*PhD in Psychology,  
Senior Lecturer at the Department of Practical Psychology  
Zaporizhzhia National University  
Zhukovskoho str., 66, Zaporizhzhia, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-3684-9327  
lesia\_zalanovskaia@ukr.net*

**Key words:** *phenomenon,  
phenomenological approach,  
psychotherapy, Gestalt therapy.*

The article is devoted to the analysis of the phenomenological approach and the determination of the methodological framework in Gestalt therapy. The paper elucidates the essence of the phenomenological approach and establishes its importance for psychology and psychotherapy. Thus, the article provides a brief historical overview of the core aspects of studying the phenomenological method of cognition. The phenomenological approach is considered as a methodological tool used to analyze and regard phenomena from direct perception, without any theoretical assumptions or objective standards. It is shown that the phenomenological approach is an attempt to describe human experience using a more subtle and complete scheme of categories and concepts than is typical of natural science approaches. The article also notes that the relevant approach is focused on human existence and helps the psychotherapist to explore the structure and ways of being in the client's world. In addition, the method is focused on human existence and helps the psychiatrist to "get used to" the structure and ways of being-in-the-world of a person.

Particular attention is paid to the application of the phenomenological approach in Gestalt therapy. It is highlighted that phenomenology is a basis for the key principles of Gestalt therapy, such as the emphasis on experience, the here-and-now approach, the rejection of predetermined models, and the active participation of the psychotherapist.

It is stressed that the rejection of predetermined models in Gestalt therapy is based on the phenomenological approach, allowing psychotherapists to adapt their methodology to the unique needs and characteristics of each client. It is noted that this contributes to the development of more flexible and effective therapeutic intervention strategies.

Theoretical-methodological information on the peculiarities of the phenomenological approach in Gestalt therapy, compared to phenomenological and natural science approaches in science, is systematized and generalized.

The present study seeks to expand the scientific base of psychology and

psychotherapy by pointing out the fundamental role of the phenomenological approach in understanding and correcting mental states. Its content can be used for further research, as well as for expanding the methodological framework in the practice of correctional psychology and psychotherapy.

**Постановка проблеми.** У сучасному психологічному дослідженні, сповненому різноманіттям теорій та методології, феноменологічний підхід визначається як ключовий засіб для розкриття глибин та складнощів людського досвіду. Цей підхід, який виник у контексті філософії, знайшов своє застосування в психології, привносячи нові погляди на вивчення психічних явищ та їхню інтерпретацію.

Феноменологія в психології орієнтується на вивчення того, як різні аспекти людського досвіду виражаються у свідомості. Спрямована на розкриття сенсів та значень, які призводять до формування індивідуальних переживань та реакцій, феноменологія дає можливість глибше зрозуміти та описати той внутрішній світ, який лежить за відомими нам явищами.

Одним з ключових аспектів феноменологічного підходу є внутрішнє розуміння різноманітних психічних явищ та подій, які формуються суб'єктом. Це означає, що основний акцент робиться на тому, як суб'єкт внутрішньо інтерпретує та усвідомлює навколишні стимули та ситуації.

Отже, феноменологія – це філософський метод дослідження, який фокусується на вивченні людського досвіду з точки зору того, як він переживається самим індивідом. Цей підхід підкреслює важливість суб'єктивного сприйняття та особистої інтерпретації реальності.

Науковим підґрунтям для розгляду зазначеного питання є праці зарубіжних та вітчизняних науковців. Значну цінність для вивчення феноменологічного підходу мають праці таких науковців, як Є. Буцикін [4],

Е. Гуссерль [5], Д. Дарієнко [7], О. Паркулаб [9], М. Хайдеггер [12], П. Філіпсон [18], Е. Спінеллі [20].

**Метаю статті** є обґрунтування теоретико-методологічних основ феноменологічного підходу та визначення основних методологічних засад гештальт-терапії.

**Результати дослідження.** Основи феноменологічного підходу були закладені ще у середньовічні часи, а саме філософом А. Августином (Блаженным) [11], який звернувся до внутрішньо-глибинного образу буття людини. Етимологічно коріння слів «феномен» і «феноменологія» лежать у грецькій мові, що означає «те, що проявляється саме собою» чи «те, що видно само».

Саме слово «феномен» використовували філософи з часів Платона, який протиставляв світ ідей (ноуменальний) світу речей (феноменальний).

Феномен (за Платоном) – це явне, те, що можна спостерігати та відповідно усвідомлювати, а ноумен – це ідея, яка лежить в основі кожного феномену, яка є «схованою» [11]. У працях Арістотеля наголошується, що «ноумен» – це не те, на чому має бути сконцентрована увага, оскільки «істин багато», тож увага має бути на феноменології.

Продовжуючи досліджувати феноменологію, звернемося до Е. Канта, який був першим серед західних філософів, який розвинув теорію того, що розум чи свідомість активно входить у створення «реальності». Він вірив у те, що ми організуємо наш досвід у смислові патерни, у те, що ми як індивідууми, так і культури дуже активні у створенні «реальності», знань і сенсу [11].

Пізніше Е. Гуссерль [5] напише, що «істину неможливо знайти одну на всіх, тому що істин багато і потрібно шукати не істину, а сенс». А отже, феноменологію можна визначити як опис досвіду, який людина отримує протягом життя, з метою визначення, який сенс це мало для людини.

Щодо Е. Гуссерля, то він взяв на увагу численні ключові концепції для феноменології, які він перейняв із праць своїх наставників, а саме Ф. Brentano [2]. Від Ф. Brentano Е. Гуссерль взяв значуще поняття інтенціональності, що передбачає усвідомлення свідомості щодо певного об'єкта.

Ф. Brentano перебував під впливом філософії Е. Канта та Г. Гегеля, розробив процес-орієнтовану психологію «дії» та концепцію інтенційності. Інтенціональність – це процес переведення сенсорної інформації в організований осмислений досвід. Він описував процес, з якого люди природним чином надають символічний сенс сенсорному сприйняттю. Інтенціональність – це психологічний акт перекладу стимулів, які входять до наших органів чуття, у суб'єктивний досвід. Інтенціональність пов'язує сприйняття зовнішньої реальності та суб'єктивний досвід [2].

Повертаючись до ідей Е. Гуссерля, треба зазначити, що він запропонував ключові поняття «епохе» та «редукція», Е. Гуссерль [6] робить їх основою для вивчення явищ у їхній «чистій» формі. Він визначив епохе як методичний прийом, що передбачає відокремлення від усіх попередніх уявлень та прийнятих концепцій. Це процес, призначений для створення психічного простору, незалежного від впливу попередніх досліджень та трактувань. Епохе вимагає «забуття» всього, що було раніше прийнято, і створює можливість побачити явище у новому світлі.



Наступною ключовою складовою частиною концепції Е. Гуссерля [6] є редукція, що полягає у «відчуженні» від світу всіх конкретних аспектів та асоціацій. Він вважав, що зменшення впливу стереотипів та попередніх уявлень дозволяє спостерігати явище в його чистому, неперекрученому стані. Редукція, таким чином, служить інструментом для виявлення суттєвих характеристик об'єкта або явища.

Цей методологічний підхід Е. Гуссерля [6] має величезний вплив на феноменологічну традицію в психології та інших науках, сприяючи створенню об'єктивного та безпристрасного сприйняття досліджуваного. Використовуючи епоху та редукцію, вчені можуть проникнути в глибини явищ, звільнені від впливу попередніх думок та концепцій.

Внесок М. Хайдеггера [12] у феноменологію значно розширив її горизонти, зокрема через розглядання понять «буття» та «співбуття». Його погляди виходять за межі традиційної індивідуальної свідомості та ставлять під сумнів завдання, яке покладено на феноменологію, а саме вивчення явищ тільки в рамках індивідуального сприйняття.

М. Хайдеггер [12] визначає буття як фундаментальний аспект нашого існування. Буття стає основною концепцією, яка визначає наше існування у взаємодії з навколишнім світом та іншими існуваннями. Одним із ключових елементів його феноменології є поняття «співбуття». Це термін вказує на взаємодію та спільне існування. М. Хайдеггер переходить від індивідуалізованого розуміння буття до врахування того, як існування переплітається та взаємодіє з існуванням інших. У висвітленні понять буття та співбуття М. Хайдеггер вносить у феноменологію глибше розуміння та контекстуалізацію існування, визнаючи його багатоаспектність та взаємодію зі світом та іншими існуваннями. Його підхід розширює горизонти феноменологічного дослідження, зробивши акцент на загальній динаміці буття в контексті життя. Саме феноменологічний аспект вивчення стану психіки визначає вагомість індивідуальних переживань та подій крізь призму внутрішніх механізмів поведінки та емоційного сприйняття у системі взаємодії зі світом [12].

Ж.-П. Сартр [10] також зробив важливий внесок у феноменологію та філософію свідомості. Його праці спрямовані на дослідження основних аспектів існування та взаємодії індивідуума зі світом. Низка ключових концепцій, представлених Ж.-П. Сартром, виявила значний вплив на розвиток наукової думки. Він виділив такі аспекти:

а) свободу: свобода розглядається як один з основних аспектів існування. Він вважав, що людина є «засудженою до свободи», тобто вона

завжди відповідальна за власні вчинки та вибори, навіть у тих випадках, коли вона намагається уникнути відповідальності;

б) відповідальність: Ж.-П. Сартр висловлює ідею, що індивід є відповідальним за свої вчинки та вибори. Відповідальність перед собою та перед іншими визначає його існування та формує його індивідуальну ідентичність;

в) індивідуальне існування: екзистенціалізм Ж.-П. Сартра ставив під питання сутність людського існування, а також висвітлював унікальність та індивідуальність кожної особистості. Індивідуальне існування розглядалося як активний процес створення власного «я» через вибори та дії.

Висвітлюючи ключові аспекти, такі як свобода та відповідальність, індивідуальне існування, екзистенціалізм та феноменологічний підхід, Ж.-П. Сартр дає широкий огляд для досліджень у галузі психології. Його акцент на свободі та відповідальності відкриває нові перспективи у розумінні впливу цих аспектів на психічне здоров'я та поведінку [10].

Одним із ключових аспектів досліджень М. Мерло-Понті [8] є введення поняття тілесності як фундаментального засобу взаємодії зі світом. Мерло-Понті поглибив розуміння тіла не лише як фізичної структури, але і як засобу виявлення світу через досвід тілесної присутності. Він аналізував, як тілесна свідомість формує наше сприйняття навколишнього середовища та взаємодіє з ним.

М. Мерло-Понті [8] вважав, що наше тіло – не лише інструмент для взаємодії зі світом, але й чинник, що формує наше розуміння самого себе та інших. Його концепція тілесності вкладається у загальний феноменологічний підхід, де аналізуються не лише окремі явища, але й їхня взаємодія з тілесним досвідом.

Таким чином, дослідження М. Мерло-Понті розширює кордони розуміння тілесної феноменології, сприяючи розвитку психологічної та філософської науки. Його ідеї відкривають нові перспективи для аналізу сприйняття, тілесного досвіду та взаємодії зі світом у широкому феноменологічному контексті.

У дослідженні робіт видатних представників феноменологічного підходу, таких як Е. Гуссерль [5], Ф. Brentano [2], М. Хайдеггер [12], М. Мерло-Понті [8], Ж.-П. Сартр [10] та інші, виявлено значущий внесок у розвиток філософської та психологічної науки. Аналіз їхніх концепцій тілесності, сприйняття та взаємодії з навколишнім світом становить важливу частину розуміння феноменологічного підходу. Переходячи до розгляду основних принципів цього підходу в контексті різних напрямів психотерапії, особливо в межах

гештальт-терапії, відзначаються ключові аспекти, що визначають взаємодію індивіда з його внутрішнім світом та зовнішнім середовищем. Це сприяє глибшому розумінню впливу тілесності та сприйняття на психічний стан особи, що відкриває перспективи для ефективної психотерапевтичної і корекційної практики. До основних принципів феноменологічного підходу в контексті психотерапевтичної, психокорекційної роботи можна віднести:

1. Епохе (відсутність припущень): феноменологія закликає до припинення передбачень та припущень. У психокорекції та психотерапії це означає відмову від готових шаблонів та відкриття на новий погляд на досвід клієнта.

2. Опис явища: центральним аспектом є детальний опис явища. Це виявляється у ретельному вислуховуванні й описі емоцій, думок та вражень клієнта.

3. Іntenціональність: феноменологія досліджує взаємодію об'єкта та свідомості. Це може бути спрямовано на розуміння та вивчення інтенцій клієнта та його переживань.

4. Редукція: виділення суті явища. Це може означати редукцію проблем до їхніх основних компонентів для глибокого розуміння.

5. Легалізація і підтримка переживань: феноменологічний підхід визнає унікальність і суб'єктивність переживань, позаяк це важливо для побудови безпечних довірливих стосунків.

Однак важливість феноменологічного підходу не обмежується лише теоретичним аспектом. Цей підхід у межах психокорекційної та психотерапевтичної роботи дає можливість не лише аналізувати зовнішні прояви психічних явищ, але й досліджувати глибинні механізми внутрішнього переживання і формування сенсів. Цей підхід у контексті діагностико-корекційного процесу визначається тим, що психолог у своїй практичній роботі утримується від деталізації життєвої ситуації клієнта. Він не вимагає від нього надання біографічних відомостей. Також психолог утримується від актуалізації супротиву терапії, висловлювання оцінювальних суджень, нав'язування власних думок, виклику конфронтацій, протиставлення «свідоме-несвідоме», підтримання ілюзій клієнта, а також використання наукових, незрозумілих термінів. Спеціаліст повинен приділяти увагу принципу завершеності та використовувати підхід «прийняття – не заперечення», що своєю чергою створює умови для прояву і розкриття глибинних сенсів буття клієнта.

Глибинне пізнання асоційоване з об'єктивізацією інваріантів, що виникають у зв'язку з психологічною деструкцією, породженою різноспрямованістю двох семантико-системних утворень психіки: свідомого та несвідомого (перед-

свідомого). І якщо у філософському розумінні феноменологічного підходу деструкція може вказувати на акт або процес розкладання, руйнування чи переосмислення наявних концепцій, ідей або структур для досягнення нового розуміння чи утвердження, то психологічний аспект феноменологічного підходу передбачає процес розкладання психічних структур, психологічних бар'єрів чи негативних моделей поведінки для досягнення позитивних змін у психічному стані особи.

Отже, феноменологічний підхід наголошує на тому, що центральним об'єктом дослідження психолога є феномен психіки. Започаткована Е. Гуссерлем феноменологія ставить перед собою завдання вивчення явищ саме так, як вони виглядають у свідомості індивіда. Феноменологічний підхід – це методологічний інструмент, що використовується для аналізу та розуміння явищ з точки зору безпосереднього сприйняття, без будь-яких теоретичних припущень та об'єктивних стандартів. У контексті корекційної роботи та психотерапії феноменологічний підхід дозволяє зосередитися на внутрішньому світі клієнта, його переживаннях та уявленнях. Для пізнання цього феномену фахівець повинен створювати умови для спонтанних, невимушених психологічних проявів клієнта, відкривати закономірності психіки та динаміку її функціонування.

До феноменологічного методу, як до методу пізнання, звертаються представники таких напрямів, як гештальт-психологія, екзистенційний та гуманістичний напрями.

Як наголошує Д. Дарієнко [7] у своїй статті, сприяння переорієнтації феноменології із суто дослідницьких завдань на завдання психологічної практики здійснене вперше німецьким психіатром Ф. Перлз [17] і американським психологом К. Роджерсом [19], які почали використовувати феноменологічні самоописи пацієнта як спосіб утримати необхідний емоційний контакт у процесі терапії. Водночас варто зазначити, що одним із перших філософів, що запропонував таку практику, був К. Ясперс [22], який розділяв об'єктивні і суб'єктивні симптоми у процесі дослідження психічної патології. На думку К. Ясперса, пізнати суб'єктивні симптоми, на відміну від споглядальних об'єктивних, можна лише опосередковано, наприклад шляхом співпереживання, співчуття та розуміння, але в жодному випадку не мисленням.

На думку українського дослідника Є. Буцикіна [4], феноменологічна психотерапія виникла як спроба розв'язання проблеми уявлення відмінності між пояснювальною та описовою психологією, з одного боку, та проблеми відсутності феноменології патологічного досвіду – з іншого. Як спробу вирішити останнє питання можна роз-

глядати ототожнення К. Ясперсом феноменології та дескриптивної психопатології у психіатрії.

Загалом можемо говорити про те, що феноменологічний метод полягає в прагненні описати переживання людини за допомогою більш тонкої та повної схеми категорій і понять.

Треба зазначити, що гештальт-терапія є феноменологічно-екзистенційною течією в психотерапії, створеною Фрідріхом (Фріцем) Перлзом і Лорой Перлз [17] у сорокових роках ХХ століття. Вона навчає феноменологічного методу усвідомлення, в якому сприйняття, почуття та дія відрізняються від інтерпретації та перетасовування вихідних точок зору чи позицій. Гештальт-терапія переважно зосереджується на самому процесі (на тому, що відбувається), а не на його змісті (на тому, що обговорюється). Отже, увага насамперед приділяється тому, що робить, мислить і переживає людина в поточний момент, а не тому, що було, може, могло чи має статися. Метою феноменологічного гештальт-дослідження є усвідомлення. Вирішальним моментом будь-якого феноменологічного дослідження є те, як людина стає усвідомленим. Психотерапевт, який у ролі феноменолога, вивчає як усвідомленість особистості, так і процес усвідомлення. Клієнту ж слід набути навичок того, як починати усвідомлювати свою усвідомленість. Крім того, особливою турботою гештальт-терапії є той досвід, який отримують терапевт і пацієнт у відносинах, що виникають між ними.

Феноменологічний підхід є одним з трьох «китів», на якому засновано гештальт-терапію (поряд з теорією поля та діалогом).

Ф. Перлз [17] віддавав перевагу ідейному та емоційному аспектам феноменології та розглядав феноменологію як спосіб усвідомлення емоцій, думок та тілесних відчуттів у поточний момент. Він наголошував на інтеграції різних сторін особистості та розглядав досвід як неподільний та повний сенсів.

Разом з Л. Перлз, П. Гудманом Ф. Перлз у теорії і практиці гештальт-терапії використовує основні принципи феноменології, а саме [17]:

1. Акцент на досвіді: феноменологія в гештальт-терапії ставить досвід клієнта в центр уваги. Підкреслюється необхідність відкритого, безпосереднього сприйняття власних внутрішніх вражень і відчуттів як клієнтом, так і терапевтом.

2. Принцип «тут і зараз»: гештальт-терапія визнає важливість проживання переживань і розкриття сенсів саме в теперішньому часі терапевтичного процесу.

3. Відмова від передвизначених моделей: феноменологічний підхід у гештальт-терапії визнає унікальність кожного клієнта і рекомендує уникати заздалегідь встановлених рамок або стереотипних моделей.

4. Активна участь терапевта: у феноменології гештальт-терапії терапевт взаємодіє з клієнтом, створюючи разом із ним активний простір вивчення досвіду і сенсів.

Д. Блум [2], Е. Спінеллі [20], П. Філіппсон [18] підкреслюють, що феноменологічний підхід дозволяє клієнтам відкривати та розкривати свій внутрішній світ саме через певну активність гештальт-терапевта. Вони вбачають терапевта як співучасника в процесі дослідження внутрішнього досвіду клієнта. Терапевт активно слухає, спостерігає та реагує на вираження клієнта, створюючи безпечний простір для самовираження. Активна участь терапевта полягає у стимулюванні глибокого розкриття емоцій та почуттів клієнта. Терапевт повинен ініціювати діалог, вести його через рефлексивні питання та звертати увагу на ключові моменти, що, своєю чергою, допомагає клієнту активно залучатися у рефлексивний процес і процес самовираження. Також важливим складником є відчуття, тілесні прояви та ембодімент клієнта. Терапевт активно сприяє увазі клієнта на тілесні сигнали, сприяючи глибшому розкриттю сенсів, які народжуються в клієнт-терапевтичному діалозі. Активна участь терапевта в гештальт-терапії є ключовою для виникнення феноменів у «тут і зараз» і сприяє глибокому розкриттю народжених сенсів.

У практиці гештальт-терапії Ф. Перлз, Л. Перлз, П. Гудман, Е. Спінеллі, Д. Блум, П. Філіппсон пропонують використовувати феноменологію як інструмент для активного вивчення та розуміння психічного досвіду клієнта. Це сприяє формуванню чіткого «я-відчуття» та розширює усвідомленість клієнта щодо його внутрішніх процесів. Використання специфічних технік, таких як експерименти, рольові ігри та творчі завдання, щоб стимулювати самоспостереження та вираження емоційного досвіду, допомагає клієнту глибше розуміти свої відчуття і почуття в різних ситуаціях та сенси, якими клієнт наповнює самого себе і ситуацію.

Однією з ключових особливостей феноменологічного підходу в гештальт-терапії є акцент на «тут і зараз». Терапевти допомагають клієнтам свідомо відчувати та розуміти їхні емоції, враження та реакції у поточний момент. Це сприяє розвитку свідомості клієнта та розкриттю неявних аспектів його досвіду. Головний принцип гештальт-терапії – це розгляд людини як цілісної системи, в якій кожна частина взаємодіє з іншими, формуючи унікальну внутрішню взаємодію між субособистостями. А виділення «тут і зараз» у гештальт-терапії визначає активну участь терапевта і клієнта у поточному моменті. Терапевти ставлять акцент на сприйнятті того, що відбувається в цей час, допомагаючи клієнтам розкривати емоції, фізичні враження та

міжособистісні взаємодії. Феноменологічний підхід у гештальт-терапії активно використовує емпатію та віддзеркалення як інструменти, що дозволяють терапевтові глибше розуміти процеси клієнта. Виявлення сенсорних вражень, вираження почуттів та емоційної реакції дають можливість поглибленого вивчення того, як клієнт взаємодіє зі світом. Це сприяє глибокому дослідженню досвіду, який відбувається «тут і зараз», що дозволяє виявити приховані аспекти особистості. Клієнти досліджують, як їхні реакції та вибори впливають на їхній поточний стан, створюючи умови для змін та особистісного зростання. Феноменологія, як філософський напрям, покладає свої основи на безпосереднє дослідження феноменів – явищ, що сприймаються та відчуються суб'єктом. У гештальт-терапії цей підхід переосмислюється крізь призму терапевтичного процесу, де увага приділяється взаємодії між теперішнім моментом і переживанням клієнта.

Важливо зазначити, що, окрім феноменологічного підходу до наукового пізнання, є природно-науковий, який спирається на чітко встановлені норми і структуру пізнання світу, стандартизований підхід до взаємодії з клієнтом та орієнтацію на результат. Природно-науковий підхід не враховує суб'єктивний складник сприйняття світу, в якому існує клієнт, що не відображає повною мірою психічні процеси клієнта.

Результати теоретичного аналізу особливостей феноменологічного підходу в гештальт-терапії порівняно з феноменологічним та природно-науковими підходами надані у таблиці.

**Висновки.** Історичний огляд дозволяє зробити висновок, що феноменологічний метод пізнання мав у психології та психотерапії різні прояви – це є і загальнофілософський метод, і процедура опису, що є складником дослідження в психології, і підхід, який використовується у процесі психотерапевтичної практики.

Аналіз феноменологічного підходу дозволив підсумувати, що внутрішнє розуміння сенсів різноманітних психічних явищ та подій, які формуються суб'єктом, можна спостерігати через феноменологію клієнта. Це означає, що основний акцент робиться на тому, як суб'єкт внутрішньо інтерпретує та усвідомлює навколишні стимули та ситуації.

Наголошено, що феноменологічний підхід – це методологічний інструмент, який використовується для аналізу та розуміння явищ з точки зору безпосереднього сприйняття, без будь-яких теоретичних припущень та об'єктивних стандартів. У контексті корекційної роботи та психотерапії феноменологічний підхід дозволяє зосередитися на внутрішньому світі клієнта, його переживаннях та уявленнях.

Проведений аналіз наукових праць з гештальт-терапії дозволив підсумувати, що викори-

Таблиця 1

### Особливості феноменологічного підходу в гештальт-терапії порівняно з феноменологічним та природно-науковими підходами

№	Природно-науковий підхід	Феноменологічний підхід	Феноменологічний підхід у гештальт-терапії
1	Норма чітко встановлена і є константою.	Немає чітко встановленої норми.	Немає чітко встановленої норми. Норма розглядається як процес клієнта в межах особистості клієнта і його системи соціальних відносин.
2	Клієнт (пацієнт) – слабкий, хворий.	Клієнт – здоровий.	Клієнт – здоровий і має певний рівень самопідтримки і самопомоги.
3	Пошук і діагностика психопатологічних симптомів.	Дослідження феноменів, які виникають під час терапевтичної зустрічі.	Дослідження феноменів контакту, які виникають під час терапевтичної зустрічі.
4	Постановка діагнозу.	Епохе – відсутність припущень.	Відмова від передвизначених моделей. Принцип «тут і зараз».
5	Стандартизований підхід до взаємодії з клієнтом.	Опис явища – ретельне вислуховування і опис емоцій, думок та вражень клієнта.	Акцент на досвіді. Необхідність відкритого, безпосереднього сприйняття власних внутрішніх вражень і відчуттів як клієнтом, так і психотерапевтом.
6	Орієнтація на результат.	Інтенціональність – розуміння та вивчення інтенцій клієнта та його переживань.	Інтенціональність – розуміння та вивчення інтенцій як клієнта, так і психотерапевта.
7	Робота з клієнтом через його діагноз.	Редукція – виділення суті явища.	Редукція – виділення суті явища процес-контакту клієнта.
8	Фокусування на клієнті як на об'єкті.	Легалізація і підтримка переживань.	Легалізація і підтримка переживань. Активна участь психотерапевта.

стання феноменологічного підходу в гештальт-терапії сприяє формуванню чіткого «я-відчуття» та розширює усвідомленість клієнта щодо його внутрішніх процесів. Використання специфічних технік, таких як експерименти, рольові ігри та творчі завдання, щоб стимулювати самоспостереження та вираження емоційного досвіду, допомагає клієнту глибше розуміти свої відчуття і почуття в різних ситуаціях та сенси, якими клієнт наповнює самого себе і ситуацію.

Акцентовано, що однією з ключових особливостей феноменологічного підходу в гештальт-терапії є акцент на «тут і зараз» як клієнта, так і самого психотерапевта, і визначає активну участь терапевта і клієнта у поточному моменті.

Головний принцип гештальт-терапії – це холістичний підхід, який розглядає людину як цілісну систему, в якій кожна частина взаємодіє з іншими. У гештальт-терапії феноменологічний підхід переосмислюється крізь призму терапевтичного процесу, де увага приділяється взаємодії між теперішнім моментом і переживанням клієнта.

Окреслена проблема є нині однією з найменш досліджених у психології та психотерапії, тому перспективні орієнтири подальшого дослідження вбачаємо в детальному розгляді зазначеного питання для якнайкращого розуміння того, що являє собою гештальт-терапія та роль здобутків феноменології у дослідженні особливостей психічного життя людини.

### ЛІТЕРАТУРА

1. Блум Деніел Дж. «Тигр! Тигр! Яскравий палаючий» – естетичні цінності як клінічні цінності в гештальт-терапії». Творча ліцензія: Мистецтво гештальт-терапії. Відень : Springer Vienna, 2003. С. 63–77.
2. Брентано Ф. Філософський енциклопедичний словник / В.І. Шинкарук (гол. редкол.) та ін. Київ : Інститут філософії імені Григорія Сковороди НАН України : Абрис, 2002. 742 с.
3. Буцикін Є.С. Антропологічний сенс влаштування спільного життя у державі Платона. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди. Філософія*. 2016. Вип. 46 (2). С. 125–139. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu\\_filos\\_2016\\_46\(2\)\\_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_filos_2016_46(2)_14).
4. Буцикін Є.С. Екологічний, феноменологічний, втілений підхід у психотерапії та його значливість для освіти психотерапевтів. *Філософія освіти*. 2021. № 27(2). С. 228–239. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/PhilEdu\\_2021\\_27\(2\)\\_15](http://nbuv.gov.ua/UJRN/PhilEdu_2021_27(2)_15).
5. Гусерль Е. Ідеї чистої феноменології і феноменологічної філософії. Книга 1. Загальний вступ до чистої феноменології. Харків, 2020. 248 с.
6. Гусерль Е. Криза європейських наук і трансцендентальна феноменологія. Вступ до феноменологічної філософії. *Філософська думка*. 2002. № 3. С. 134–149.
7. Дарієнко Д.П. Феноменологічний метод і філософія психіатрії: історія та перспективи взаємодії. *Наукові записки НаУКМА. Філософія та релігієзнавство*, 2022. № 9–10, с. 60–67. <https://doi.org/10.18523/2617-1678.2022.9-10.60-67>.
8. Моріс Мерло-Понті. Феноменологія сприйняття. / Пер. з фр., післямова та прим. О. Йосипенко, С. Йосипенко. Київ : Український Центр духовної культури, 2001. 552 с.
9. Паркулаб О.Г. Феноменологічний аналіз у віковому екзистенційному консультуванні : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук. Івано-Франківськ, 2004. 19 с.
10. Сартр Ж.-П. Буття і ніщо: нарис феноменологічної онтології. / Пер. з французької Віталій Лях, Петро Тарашук. Київ : Вид-во Соломії Павличко «Основи», 2001. 855 с.
11. Філософія освіти : навчальний посібник / За заг. ред. В. Андрущенко, І. Передборської. Київ : Вид-во НПУ імені М.П. Драгоманова, 2009. 329 с.
12. Хайдеггер М. Буття в околі речей / Возняк Т. Тексти та переклади. Харків : Фоліо, 1998. С. 332–345.
13. Чугунов В.В. Психотерапевтичний діагноз : навчальний посібник. Львів : Видавець Марченко Т.В., 2020. 324 с.
14. Яценко Т.С. Діагностико-корекційні особливості глибинно психологічної практики. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки* : збірник наукових праць. Київ : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2010. № 29 (53). С. 30–35.
15. Glukhova I. Philosophy and Psychotherapy: Practitioner View. *Topos*, 2008. № 1 (18), 5–12.
16. Goldman R., Greenberg L., Ros A. The effects of adding emotion-focused interventions to the therapeutic relationship in the treatment of depression. *Psychotherapy Research*. 2006. 16 (5). P. 537–549.
17. Perls F., Hefferline R., Goodman P. “Gestalt therapy”. New York. 1951: 19–313.
18. Philippon P. The emergent self: An existential-Gestalt approach. Routledge, 2018. P. 160.
19. Rogers C. Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory. Constable. 1951.
20. Spinelli E. The interpreted world: an introduction to phenomenological psychology. London; Thousand Oaks; New Delhi : SAGE Publications Ltd, 2005. 253 p.

21. Tymieniecka A.-T. Phenomenology World-Wide: Foundations, Expending Dynamics, Life-Engagements: A Guide for Research and Study. / Edited by A.-T. Tymieniecka. New York : Springer, 2002. 740 p.
22. Jaspers K. Die phänomenologische Forschungsrichtung in der Psychopathologie. In *Gesammelte Schriften zur Psychopathologie*. 1990. S. 391–408. Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-642-62027-0\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-642-62027-0_6).

#### REFERENCES

1. Blum, Deniel Dzh. (2003) «Tyhr! Tyhr! Yaskravyy palaiuchyi» – estetychni tsinnosti yak klinichni tsinnosti v heshtalt-terapii» [“Tiger! Tiger! Bright burning” – aesthetic values as clinical values in Gestalt therapy”]. *Tvorcha litsenziia: Mystetstvo heshtalt-terapii*. Viden: Springer Vienna, pp. 63–77.
2. Brentano, F. (2002). *Filosofskyi entsyklopedychnyi slovnyk* [Philosophical encyclopedic dictionary]. Kyiv: Instytut filosofii imeni Hryhoriia Skovorody NAN Ukrainy: Abrys.
3. Butsykin, Ye.S. (2016). Antropolohichniy sens vlashtuvannia spilnoho zhyttia u derzhavi Platona [The anthropological meaning of arranging a common life in Plato’s state]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni H.S. Skovorody. Filosofia*. No. 46 (2), pp. 125–139. Retrieved from: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu\\_filos\\_2016\\_46\(2\)\\_14](http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_filos_2016_46(2)_14).
4. Butsykin, Ye.S. (2021). Ekolohichniy, fenomenolohichniy, vtilenyi pidkhyd u psykhoterapii ta yoho znachlyvist dlia osvity psykhoterapevtiv [Ecological, phenomenological, embodied approach in psychotherapy and its significance for the education of psychotherapists]. *Filosofia osvity*. No. 27(2), pp. 228–239. Retrieved from: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/PhilEdu\\_2021\\_27\(2\)\\_15](http://nbuv.gov.ua/UJRN/PhilEdu_2021_27(2)_15).
5. Huserl, E. (2020). *Idei chystoi fenomenolohii i fenomenolohichnoi filosofii*. Knyha 1 [Ideas of pure phenomenology and phenomenological philosophy. Book 1]. *Zahalnyi vstup do chystoi fenomenolohii*. Kharkiv, 248 s.
6. Husserl, E. (2002). Kryza yevropeyskykh nauk i transtsendentalna fenomenolohiia. Vstup do fenomenolohichnoi filosofii [Crisis of European Sciences and Transcendental Phenomenology. Introduction to phenomenological philosophy]. *Filosofska dumka*. No. 3, pp. 134–149.
7. Darienko, D.P. (2022). Fenomenolohichniy metod i filosofia psykhiiatrii: istoriia ta perspektyvy vzaiemodii [Phenomenological method and philosophy of psychiatry: history and perspectives of interaction]. *Naukovi zapysky NaUKMA. Filosofia ta relihiieznavstvo*. No. 9–10, pp. 60–67. <https://doi.org/10.18523/2617-1678.2022.9-10.60-67>.
8. Moris Merlo-Ponti (2001). *Fenomenolohiia spryniattia* [The Phenomenology of Perception]. Per. z fr., pisliamova ta prym. O. Yosypenko, S. Yosypenko. Kyiv: Ukrainskyi Tsentrukukhovi kultury, 552 s.
9. Parkulab, O.H. (2004). *Fenomenolohichniy analiz u vikovomu ekzyshtentsiinomu konsultuvanni* [Phenomenological analysis in age-related existential counseling] (PhD Thesis). Ivano-Frankivsk, 19 s.
10. Sartre, Zh-P. (2001). *Buttia i nishcho: narys fenomenolohichnoi ontolohii* [Being and Nothingness: An Essay on Phenomenological Ontology]. Per. z frantsuzkoi Vitalii Liakh, Petro Tarashchuk. Kyiv: Vyd-vo Solomii Pavlychko «Osnovy», 855 s.
11. Andrushchenko, V., Peredborska, I. (ed.) (2009). *Filosofia osvity: Navchalnyi posibnyk* [Philosophy of education: Study guide]. Kyiv: Vyd-vo NPU imeni M.P. Drahomanova, 329 s.
12. Khaidegger, M. (1998). *Buttia v okoli rechei* [Being around things]. Kharkiv: Folio, pp. 332–345.
13. Chuhunov, V.V. (2020). *Psykhoterapevtychni diahnoz: navchalnyi posibnyk* [Psychotherapeutic diagnosis: study guide]. Lviv: Vydavets Marchenko T.V., 324 s.
14. Yatsenko, T.S. (2010). *Diahnostyko-korektsiini osoblyvosti hlybynno psykhologichnoi praktyky* [Diagnostic and corrective features of deep psychological practice]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova. Seriya 12. Psykhologichni nauky: zbyrnyk naukovykh prats*. Kyiv: NPU imeni M.P. Drahomanova. No. 29 (53), pp. 30–35.
15. Glukhova, I. (2008). *Filosofia i Psykhoterapiya: Vzglyad Praktika* [Philosophy and Psychotherapy: Practician View]. *Topos*, No. 1 (18), pp. 5–12.
16. Goldman, R., Greenberg, L., Ros, A. (2006). The effects of edding emotion-focused interventions to the therapeutic relationship in the treatment of depression. *Psychotherapy Research*. No. 16 (5), pp. 537–549.
17. Perls, F., Hefferline, R., Goodman, P. (1951). «Gestalt therapy». New York.
18. Philippon, P. (2018). *The emergent self: An existential-Gestalt approach*. Routledge, p. 160.
19. Rogers, C. (1951). *Client-Centered Therapy: Its Current Practice, Implications and Theory*. Constable.
20. Spinelli, E. (2005). *The interpreted world: an introduction to phenomenological psychology*. London; Thousand Oaks; New Delhi: SAGE Publications Ltd, 253 p.
21. Tymieniecka, A.-T. (2002). *Phenomenology World-Wide: Foundations, Expending Dynamics, Life-Engagements: A Guide for Research and Study*. Edited by A.-T. Tymieniecka. New York: Springer, 740 p.
22. Jaspers, K. (1990). *Die phänomenologische Forschungsrichtung in der Psychopathologie*. In *Gesammelte Schriften zur Psychopathologie*, pp. 391–408. Springer. [https://doi.org/10.1007/978-3-642-62027-0\\_6](https://doi.org/10.1007/978-3-642-62027-0_6).

УДК 376.015.3-056.263-053  
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2024-1-9>

## ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ПАЦІЄНТІВ З ПОРУШЕННЯМИ СЛУХУ: МЕТОДИЧНІ ПРИЙОМИ ТА РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ ЛІКАРІВ-СТОМАТОЛОГІВ

**Литовченко В. П.**

*аспірант*

*Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка*

*Національної академії педагогічних наук України*

*вул. М. Берлінського, 9, Київ, Україна*

*orcid.org/0000-0003-1869-6168*

*realvitalylytovchenko@ukr.net*

**Ключові слова:** спеціальна психологія, пацієнти з особливими потребами, пацієнти з порушеннями слуху, психологічна підтримка, професійна комунікація лікаря-стоматолога.

Статтю присвячено вирішенню проблеми психологічної підтримки пацієнтів з порушеннями слуху в межах стоматологічного лікування. Пацієнти з порушеннями слуху можуть потребувати особливої психологічної підтримки через своєрідні труднощі комунікації (йдеться не лише про доступну інформацію, а насамперед про доступну комунікацію). У такому контексті комунікативна доступність зумовлює створення умов, які забезпечують повноцінну участь, активність та безперешкодний процес спілкування всіх учасників лікувального процесу. З метою врахування особливих потреб пацієнтів з порушеннями слуху, а також уникнення у них стану тривоги, попередження та подолання дентофобії, налагодження ефективної професійної комунікації з лікарем представлено комплекс методичних прийомів, що передбачають застосування щоденника емоцій, тематичних фотографій, іграшок-антистресів, відзнак тощо та спеціально організованих заходів (ознайомчий візит, повідомлення жестовою мовою, доступні інтернет-сторінки та ін.) в межах діяльності лікаря-стоматолога. Наведено рекомендації зі створення безбар'єрного середовища стоматологічної клініки, організації надання послуг пацієнтам, які відчувають страх лікування (дентофобію) та мають особливі комунікативні потреби, зумовлені порушенням слуху. Представлений комплекс методичних прийомів ґрунтується на таких позиціях, як: етичні основи професії лікаря, ефективна професійна комунікація лікаря та пацієнта, доступна стоматологічна допомога, соціокультурний підхід до визначення потреб та надання послуг (національна жестова мова, культура глухих), емпатія, толерантність та повага до будь-яких особливостей (візуальних, ментальних), індивідуальний підхід до надання послуг. У контексті проблеми професійної комунікації лікаря-стоматолога запропоновано доповнення до освітніх програм підготовки лікарів-стоматологів та кваліфікаційних характеристик працівників медичної сфери, упровадження яких сприятиме формуванню відповідних компетентностей у майбутніх та практикуючих лікарів з подолання психологічних та комунікативних бар'єрів пацієнтів з порушеннями слуху. Актуальними залишаються міждисциплінарні дослідження щодо доступності медичних послуг, психологічної допомоги пацієнтам, створення безбар'єрного середовища у сфері охорони здоров'я із використанням кращого національного та міжнародного досвіду, а також урахуванням наслідків російсько-української війни.

## PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PATIENTS WITH HEARING DISORDER: METHODS AND RECOMMENDATIONS FOR DENTISTS

**Lytovchenko V. P.**

*Mykola Yarmachenko Institute of Special Pedagogy and Psychology  
of the National Academy of Sciences of Ukraine*

*M. Berlinskogo str., 9, Kyiv, Ukraine*

*orcid.org/0000-0003-1869-6168*

*realvitalylytovchenko@ukr.net*

**Key words:** *special psychology, patients with special needs, patients with hearing impairment, psychological assistance, professional communication of a dentist.*

The article is devoted to solving the problem of psychological support for patients with hearing disorders within the scope of dental treatment. Hearing-impaired patients may need special psychological support due to specific communication difficulties (it is not only about available information, but primarily about available communication). In this context, communicative accessibility determines the creation of conditions that ensure full participation, activity, and an unhindered process of communication of all participants in the treatment process. In order to take into account the special needs of patients with hearing impairments, as well as to avoid anxiety in them, to prevent and overcome dentophobia, to establish effective professional communication with the doctor, a set of methodological techniques is presented, which involves the use of an emotion diary, thematic photos, anti-stress toys, awards, etc. and specially organized events (familiarization visit, sign language messages, accessible Internet pages, etc.) within the scope of the dentist's activities. Recommendations for creating a barrier-free environment of a dental clinic, organizing services for patients who experience fear of treatment (dentophobia) and have special communication needs due to hearing impairment are given. The presented complex of methodological techniques is based on the following positions: ethical foundations of the doctor's profession, effective professional communication between doctor and patient, accessible dental care, a socio-cultural approach to identifying needs and providing services (national sign language, deaf culture), empathy, tolerance and respect for any what features (visual, mental), individual approach in providing services. In the context of the problem of professional communication of a dentist, an addition to educational programs for the training of dentists and qualification characteristics of medical workers is proposed, the implementation of which will contribute to the formation of relevant competencies in future and practicing doctors to overcome the psychological and communication barriers of patients with hearing impairments. Interdisciplinary research on the availability of medical services, psychological assistance to patients, the creation of a barrier-free environment in the field of health care using the best national and international experience, as well as taking into account the consequences of the Russian-Ukrainian war, remain relevant.

**Постановка проблеми.** Під час війни перша медична допомога як комплекс або алгоритм негайних заходів, які здійснюються до передачі людини в разі потреби лікарям, має велике значення, без перебільшень рятує життя. У надскладних умовах тривалої війни актуальною постає й перша психологічна допомога, яку можуть надавати психологи, медичні працівники, педагоги та ін. за умови відповідного навчання та у межах своєї компетентності. Зокрема, особлива під-

тримка необхідна для людей з особливими потребами (можуть бути зумовлені порушеннями зору, слуху, мовлення, опорно-рухового апарату тощо), значні зусилля спрямовуються на забезпечення безбар'єрного середовища, що передбачає усунення фізичних перешкод, доступність інформації та послуг.

Із врахуванням сучасних викликів за загальної координації Академії Національної служби здоров'я України, експертної підтримки МОЗ



Україні було проведено навчання лікарів первинної ланки (сімейних лікарів) за програмою Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ) «Mental Health Gap Action Programme (mhGAP)» [1], що дозволило їм отримати необхідні компетентності з надання першої психологічної допомоги. Зокрема, як кількісні результати ініціативи представлено такі статистичні дані: станом на грудень 2023 року 8 620 лікарів у 865 закладах первинної меддопомоги пройшли навчання та можуть фахово надавати першу психологічну допомогу за пакетом «Супровід і лікування дорослих та дітей з психічними розладами на первинному рівні медичної допомоги»; у 2023 році таку допомогу отримали 114 112 пацієнтів, з них: 72 395 – жінки, 41 717 – чоловіки, 18 170 – діти. Найчастіше до сімейних лікарів, терапевтів та педіатрів з питань, що стосувалися ментального здоров'я, зверталися через: відчуття тривоги / нервування / напруженості – 47 555 пацієнтів; порушення сну – 32 289 пацієнтів; психологічні симптоми / скарги інші – 18 943 пацієнти; пригнічений настрій – 7 855 пацієнтів; дитяча поведінка (симптоми / скарги) – 5 146 пацієнтів [2].

Пацієнтам у межах зазначеного пакета послуг безоплатно гарантовано:

- за згоди пацієнта оцінка його психічного статусу, скринінг на психічні розлади (проводить лікар); у разі позитивного результату – клінічна оцінка стану (оцінка фізичного стану здоров'я та психічного статусу);
- направлення на лабораторні та інструментальні дослідження з метою диференціальної діагностики та виключення психічних та неврологічних розладів (ПНР), пов'язаних із фізичним здоров'ям;
- за згоди пацієнта та за необхідності направлення його сімейним лікарем до лікаря-психіатра для діагностики, встановлення діагнозу та надання рекомендацій з лікування;
- складання плану ведення та лікування з виявленими та встановленими раніше розладами в межах компетенції сімейного лікаря;
- надання першої психологічної допомоги;
- психосоціальні, а також фармакологічні та поведінкові втручання;
- супровід пацієнта з ПНР;
- скерування пацієнта за відсутності позитивної динаміки у стані після застосування психосоціальних, фармакологічних та поведінкових втручань до лікаря-спеціаліста (психіатра, психолога, психотерапевта, психофізіолога та ін.);
- психологічна підтримка членів родини, які доглядають за пацієнтом, а також навчання техніки самопомоги тощо [2].

Проте нині відсутня підготовка щодо надання першої психологічної допомоги для лікарів вто-

ринної та третинної ланок. Якщо третинна ланка передбачає наявність стаціонару і можливість залучення мультидисциплінарної команди фахівців (до складу входять лікарі-психіатри, психологи та ін.), то для лікарів вторинної ланки, до яких належать лікарі-стоматологи, така підготовка є вкрай актуальною. Особливого значення вона набуває, якщо йдеться про специфічні психологічні стани пацієнтів, як наприклад «дентофобія» (страх стоматологічного лікування).

У такому контексті пацієнти із сенсорними порушеннями, зокрема слуху, потребують більшої уваги та підтримки з огляду на специфіку комунікації. Особливі потреби пацієнтів з порушеннями слуху передбачають наявність відповідних компетентностей у лікарів щодо подолання психологічних та комунікаційних бар'єрів на різних етапах лікування.

У межах нашого дослідження суттєвими є наукові роботи, де розглядаються проблеми професійної комунікації лікарів (О. Чабан, Л. Литвинова, М. Матяш, Г. Науменко, О. Юдіна та ін.), етичного спілкування з людьми з особливими потребами (Н. Адамюк, О. Горова, І. Гудим, Е. Данілавичюте, В. Жук, А. Замша, С. Кульбіда, О. Чеботарьова та ін.), універсального дизайну в закладах охорони здоров'я (Л. Байда, О. Іванова, Н. Софій та ін.); теоретичні основи спеціальної психології (О. Бабяк, О. Вовченко, В. Засенко, В. Кобильченко, І. Омельченко, Т. Сак, Л. Прохоренко, О. Орлов, О. Хохліна та ін.). Зокрема, у статті Е. Данілавичюте акцентовано на тому, що задоволення особливих освітніх потреб спирається на середовищний підхід (environment approach), який забезпечує гнучкість фізичного, психологічного і соціального середовища [3]; в роботах Л. Байди, О. Іванової визначено, що дотримання норм доступності у закладі охорони здоров'я зменшує стигму та дискримінацію, надаючи більше можливостей для вразливих груп пацієнтів, допомагає людям бути більш незалежними від сторонньої допомоги, мобільними та соціально включеними [4]; у працях В. Жук, присвячених етичному спілкуванню, зазначено, що у людини з порушеннями слуху можуть виникати ускладнення у ситуаціях, пов'язаних із необхідністю мовленнєвого спілкування та отримання звукової інформації [5]; у дослідженні С. Кульбіди, Н. Адамюк, О. Горової, А. Замши наголошено, що особи з порушеннями слуху потребують окремої уваги з огляду на те, що це єдина категорія серед осіб з особливими потребами, яка належить до лінгвокультурної меншини і характеризується своєрідністю, унікальністю як індивідуальних, так і групових комунікативних потреб [6]; у публікаціях В. Засенко, Л. Прохоренко обґрунтовано, що формування і впровадження нових

соціальних норм передбачає створення умов для активної участі у житті суспільства для всіх громадян, у тому числі з різними особливими потребами, що й фіксує міжнародне законодавство на рівні ООН [7].

**Мета статті** – на основі узагальнення методичних матеріалів та практичного досвіду представити комплекс методичних прийомів з надання психологічної підтримки пацієнтам з порушеннями слуху в межах професійної комунікації з лікарем-стоматологом. **Завдання** – проаналізувати методичні матеріали та практичні кейси щодо психологічної підтримки пацієнтів з особливими комунікативними потребами (порушеннями слуху) у межах стоматологічного лікування; розробити та презентувати комплекс методичних прийомів попередження та подолання страху лікування у стоматолога, в основі якого – ефективна професійна комунікація лікаря та пацієнта з порушенням слуху; визначити рекомендації для лікарів-стоматологів щодо організації комунікації з пацієнтами з порушеннями слуху, доповнення до освітніх програм підготовки лікарів та кваліфікаційних характеристик працівників медичної сфери, що сприятиме попередженню психологічних бар'єрів, а також покращенню стоматологічного здоров'я пацієнтів.

**Результати дослідження.** В основі методичного комплексу – теоретичні положення інклюзивної парадигми, системно-еволюційні зміни в організації безбар'єрного середовища, соціальна модель розуміння особливих потреб, індивідуальний підхід до надання послуг та психологічного супроводу, принципи етичного професійного спілкування.

Більшою мірою питання психологічної підтримки загострюється в контексті надання медичних послуг пацієнтам з особливими потребами, що зумовлені сенсорними порушеннями (зокрема, порушеннями слуху), адже лікарям-стоматологам важливо не лише вміти здійснювати менеджмент щодо усунення вже наявної дентофобії, а й розумітися на її попередженні (профілактиці) і при цьому враховувати специфіку роботи з дітьми та дорослими, які мають особливі потреби.

Так, зокрема, дискусійним у клінічних та наукових колах є позиції щодо можливості використання у роботі з дітьми діагностичних тестів, відповіддю на які є біль (грубе зондування, холодний тест). У роботі з дітьми з порушенням слуху, на нашу думку, про дискусію з цього питання не йдеться (варто уникати таких методів), оскільки: дитина з порушенням слуху може не почути, через особливі комунікативні потреби не зрозуміти повністю методології (умов проведення) діагностичного тесту; через невпевненість, дезадаптацію, що пов'язані з аспектами інклюзивної професій-

ної комунікації з лікарем, може не відразу повідомити, що відчуває біль. Отже, у роботі з такою групою пацієнтів, навіть дорослими, необхідно уникати таких діагностичних тестів.

Також потрібно враховувати вплив військового часу на стан пацієнтів, зокрема пацієнтів з порушеннями слуху. Варто зауважити, що вплив військового часу на психоемоційний стан осіб, що приходять до лікаря-стоматолога, суттєво відрізняється. Навіть пацієнти, які проживають у межах одного міста, можуть відчувати наслідки війни по-різному (впливає соціальний статус, економічне положення, наявність у родині осіб, які виконують завдання в Збройних силах України, наявність загиблих членів родини в умовах російської агресії). Особливу категорію у такому контексті становлять особи з особливими потребами, зокрема з порушеннями слуху: через часті повітряні тривоги та відсутність можливості почути звуковий сигнал у разі небезпеки вони можуть відчувати постійну напруженість, додатковий психологічний дискомфорт, може порушуватися режим сну (оскільки в цей момент людина не може побачити сповіщення про тривогу в візуальному форматі, а аудіоформат для неї недоступний). Таким чином, варто застосовувати диференційований підхід щодо впливу військового часу на психологічний стан осіб, які можуть територіально перебувати в одному місці, районі, будинку, проте мати різні потреби, зокрема у професійній комунікації з фахівцями, що надають певні послуги.

Додатково слід розглядати питання, що стосуються військових, які в результаті поранень та травм втратили слух. Якщо в Україні такі дані поки не систематизовані, то американські джерела наводять статистику щодо своїх військових (за даними «Асоціації втрати слуху Америки»):

- втрата слуху та/або шум у вухах є найпоширенішою інвалідністю, пов'язаною зі службою, серед ветеранів США;
- 2,7 мільйона ветеранів отримують слухову допомогу або інвалідність, пов'язану з втратою слуху;
- половина всіх вибухових травм, отриманих ветеранами, призвела до незворотної / повної втрати слуху [8].

Люди з набутим порушенням слуху ймовірно відчуватимуть гострий стрес (для осіб, які втратили слух через хворобу або в результаті травми, ситуації, в яких вони не зможуть у звичний спосіб вибудовувати комунікацію з оточуючими, особливо відразу після встановлення медичного діагнозу, будуть супроводжуватися гострим стресом). Психологічно таким особам буде важко прийняти нові комунікативні ситуації. Отже, для людини будуть характерні дії, спрямовані на подолання комунікативної перешкоди, що виникає між нею та

працівником сфери охорони здоров'я, проте через психологічний стан такі дії можуть бути дезорганізаційними, неконструктивними. Також можливі випадки, коли особа з набутим порушенням слуху уникатиме ситуації, в якій їй доведеться спілкуватися під час отримання медичної допомоги тощо (прояви соціальної ізоляції). Такий стан може тривати від 3 днів до місяця після стресової події (може й довше за відсутності необхідної психологічної підтримки).

Розглядаючи питання, чи є стоматологічне здоров'я осіб з порушенням слуху гіршим від пацієнтів, що не мають таких особливих потреб, нами було проаналізовано значну кількість статей та статистичних даних, які в них представлено. Більшість досліджень свідчать, що пацієнти з порушеннями слуху мають гірші показники стоматологічного здоров'я, проте такі висновки не є досить об'єктивними, оскільки у подібних випадках мають порівнюватися особи, які перебувають в однакових соціальних умовах щодо проживання, освіти, способу життя, мають схожі соціально економічні характеристики (що наразі відсутнє в зазначених дослідженнях). Таким чином, стверджувати, що пацієнти з порушеннями слуху мають гірше стоматологічне здоров'я не є коректним і може носити ознаки стигматизації. Водночас нині в Україні розробляють нові стандарти щодо лікування та профілактики карієсу під керівництвом Н. Біденко (дитяча стоматологія) та Ю. Коленко (терапевтична стоматологія), які зазначають, що до факторів ризику в групі «соціальні / медичні / поведінкові» включено й особливі потреби в медичній допомозі / фізичні вади (більш коректним є термін «порушення»). Таким чином, порушення слуху виступає лише як можливий фактор ризику, а не константа [9].

Для вирішення проблеми стоматологічної тривоги у пацієнтів з порушеннями слуху та більш складної ситуації, коли спостерігається дентофобія, нами було розроблено комплекс методичних прийомів та рекомендації щодо їх застосування:

1) *щоденник емоцій*, в який пацієнт може записувати емоції та переживання, що відчуває, свої думки щодо тих ситуацій, які з ним відбуваються. Такий щоденник буде виконувати декілька функцій: допоможе пацієнту провести самоаналіз своїх переживань та емоцій, зрозуміти, чи є вони конструктивними, чи мають певну причину (сприятиме саморегуляції); за бажанням пацієнт з порушенням слуху може проаналізувати записи у щоденнику зі своїм психологом і в межах консультацій вирішити питання, які хвилюють; письмове висловлювання негативних емоцій допоможе людині «звільнитися» від них, уникнути ситуації, коли фокус негативу буде спрямований на рідних

та друзів (ближнє коло людини); до щоденника, як мотивуючий фактор, пацієнт може записувати успіхи в подоланні своєї тривоги чи дентофобії – відвідування стоматолога (які він здійснив, незважаючи на страх) та як покращилася якість його життя через покращення стоматологічного здоров'я.

Щоденник емоцій може бути у вигляді звичайного блокнота або мати спеціальний дизайн. Пропонуємо такі варіанти елементів дизайну щоденника: на окремих сторінках розміщено *короткі історії, влучні, мотивуючі цитати*, зокрема й відомих осіб з особливими потребами (мають досвід подолання певних труднощів, бар'єрів, які у той чи інший спосіб впливають на комунікацію особи з іншими представниками суспільства, зокрема працівниками сфери охорони здоров'я (професійна комунікація); важливі позитивні акценти: через уже впроваджені елементи універсального дизайну, адаптації та модифікації, а також власні як фізичні, так і ментальні зусилля люди долають такі перешкоди і забезпечують для себе високий рівень життя); розміщено *висловлювання жестовою мовою* на кшталт – «все буде добре», «ти зможеш» та інші (наявність інформації не лише у вигляді тексту, а й за допомогою жестів (жестовою мовою) значно підвищить емпатію жестомовного пацієнта до використання такого щоденника як допоміжного ресурсу в налагодженні професійної комунікації та взаємодії з лікарями).

Також у вигляді інтерактивних додатків доречно передбачити *тематичні стікери*, які пацієнт буде клеїти до своїх записів у щоденнику емоцій; тематику стікерів доцільно визначити в контексті надання медичної (стоматологічної допомоги), комунікативної доступності для осіб з порушенням слуху, професійної комунікації з лікарем. Для привабливості включити *цікаві інформаційні вкладки*, наприклад «топ 10 фільмів», де в ролях актори з порушеннями слуху, та короткий опис до них з оцінкою кінокритиків; цікаві факти про відомих та визначних особистостей, що мають порушення слуху та досягли значних успіхів. Зважаючи на економічну доцільність та зменшення ціни як щоденника, так і всього методичного конструкту, можливе включення *реклами* (реклама слухових апаратів, допоміжних технічних засобів для людей, які користуються слуховими апаратами, стоматологічних засобів тощо); важливо, щоб реклама була доцільною, не переважувала загальний контент, не носила негативний характер, водночас була відокремлена, аби користувач міг чітко розрізнити рекламні інтеграції від основного наповнення продукту, фахових порад та рекомендацій;

2) *спеціальні фоторамки*, які мають два відділення (для двох фото) – одне більшого розміру,

друге – меншого. Рамки мають бути пастельного кольору, з не дуже широкими краями (увага має бути на фотографіях). Якщо такий елемент використовується в дитячій стоматології, для безпеки важливо використовувати рамки з «пластмасовим склом» через уникнення ризиків травмування. Рамки в кількості 5 штук заповнюються стоматологічною клінікою: до більшого відділення встановлюються фото вивіски клініки (фасад входу), холу клініки, стоматологічного кабінету, де буде проходити лікування тощо; до меншої – фото із персоналом стоматологічної клініки, на яких фахівці вітаються жестовою мовою або демонструють мотивуючі жести. Важливим є те, що на фото буде саме той медичний персонал клініки, з яким пацієнт буде взаємодіяти безпосередньо під час надання йому стоматологічної допомоги.

Такі рамки з фотографіями пацієнт може поставити у себе вдома (в різних місцях, де перебуває упродовж дня; фотографії мають знаходитися на чільному місці). Після початку лікування фото можуть змінюватися та доповнюватися, наприклад, до однієї з рамок може бути розміщений прогнозований варіант результату лікування (змодельований за допомогою новітніх технологій на комп'ютері), що неодмінно стане мотивуючим фактором завершити лікування, досягнути кінцевого результату (позитивна мотивація у вигляді гарної посмішки).

У контексті проблеми позитивної та негативної мотивації доцільно розглянути «модель стоматологічного страху та тривоги Берггрена» (Berggren's model of dental fear and anxiety) (1984). Таку наукову пропозицію часто інтерпретують у вигляді «порочного кола», що складається з декількох взаємопов'язаних ланок між фізичним та психологічним станом пацієнта лікаря-стоматолога: пацієнт відкладає візит до лікаря через стоматологічну тривогу чи дентофобію і відповідно з часом стан його стоматологічного здоров'я погіршується (можуть бути як естетичні, так і функціональні наслідки), що комплексно негативно позначається на психоемоційному стані пацієнта. Проте ці дві позиції – функціональні наслідки (часто пов'язані з больовим фактором) та естетичний ефект, на нашу думку, потрібно розглядати окремо в контексті реалізації зазначеної моделі. Так, естетичні недоліки у стандартній інтерпретації здебільшого лише збільшують страх пацієнта щодо звернення до лікаря (пацієнт соромиться, хвилюється, що лікар буде нарікати, змушувати виправдовуватися – «чому Ви не звернулися раніше» тощо). Проблема може загострюватися, якщо пацієнт має особливі потреби щодо комунікації (зумовлені порушенням слуху). У такої особи можуть бути переживання, що лікар упереджено ставитиметься до нього через пору-

шення слуху; також погіршення стоматологічної ситуації пропорційно збільшує ймовірне коло спілкування – більше збору анамнезу, більше додаткових діагностичних процедур, інші плани лікування з більшою варіативністю, що неодмінно потребуватимуть набагато тривалішої професійної комунікації та взаємодії.

На нашу думку: чи можуть естетичні недоліки (посмішка) стати рушійною силою в умовах стоматологічної тривоги – так; чи можуть вони стати фактором звернення у разі дентофобії (панічного страху) – ні; радше лише стануть додатковим фактором щодо соціальної ізоляції особи з порушенням слуху, у якої і так можуть бути проблеми через комунікативні перешкоди.

Функціональні порушення та біль (на противагу естетичним) можуть стати надсильною негативною мотивацією щодо звернення пацієнта до лікаря, навіть за умов дентофобії. Водночас, на нашу думку, негативна мотивація може не привести до бажаного результату: пацієнт, який має стоматологічну фобію, починає відчувати дуже сильний біль (гострий пульпіт, загострення хронічного періодонтиту, за якого може з'явитися асиметрія обличчя), відповідно, якість його життя значно погіршується і пацієнт звертається за стоматологічною допомогою. Проте за умови, що такий пацієнт отримує перший етап допомоги (усувається гострий біль: накладання девіталізуючої пасти у разі гострого пульпіту; інструментальна та медикаментозна обробка кореневого/вих каналу/ів без одноетапного пломбування кореневого/вих каналу/ів постійним матеріалом; або гострий пульпіт чи загострення хронічного періодонтиту проліковані в один візит, але анатомічна форма зуба відновлена тимчасовим матеріалом), надалі він не приходить на наступний прийом до лікаря, адже головний мотиваційний фактор – «значне погіршення якості життя» нині відсутній. Така ситуація, звичайно, призводить до ускладнень у майбутньому і (пропорційно до ускладнень) підвищує стоматологічну тривогу, страх [10]. Таким чином, фактор негативної мотивації або взагалі не працює або працює частково.

Описані вище фотографії (клініка, персонал) дадуть можливість пацієнту поступово, крок за кроком подолати свою фобію – спочатку пацієнт буде відчувати дискомфорт, відчуття напруги, коли його погляд буде фокусуватися на зазначених фотографіях, для початку можна ставити одразу на всі фоторамки та/або починати з місць в оселі, де людина бачить фотографії не часто і поступово збільшувати як кількість фоторамок, так і корегувати місця їх розташування (збільшуючи фокус уваги). Таким чином пацієнт має подолати свої переживання, які в нього викликають фотографії і відповідно стоматологічне лікування.

Важливо те, що в другій частині фоторамки пацієнт з порушенням слуху спостерігає лікаря-стоматолога, в нього ймовірно виникатиме хвилювання, можливо через перебільшення тих проблем, які можуть виникнути у разі професійної комунікації з лікарем, натомість медичний працівник, який на фото демонструє певний жест (використовує жестову мову), нівелює такі переживання й однозначно має позитивний вплив на психоемоційний стан пацієнта;

3) *м'яка іграшка-антистрес* як обов'язкова частина методики психологічної допомоги. В основу розроблення її дизайну мають бути покладені такі позиції: доступна стоматологічна допомога, культура глухих (соціокультурний підхід), ергономіка та тактильність, антиалергентність, використання безпечних та екологічних матеріалів, емпатія, толерантність та повага до будь-яких особливостей (візуальних, ментальних), персоналізація (може бути додана вишивка – ім'я пацієнта чи назва стоматологічної клініки, де буде відбуватися лікування, її логотип тощо). У вигляді прототипу для такої іграшки пропонуємо тварину носуха, нині досить великої популярності та прихильності у суспільстві набувають тварини сімейства сурикатів, частішають випадки, коли саме вони стають домашніми улюбленцями. Тварина має досить довгий ніс, хвіст, лапи (порівняно з тулубом), що може мати додатковий антистресово-тактильний ефект (за використання спеціальних тканин та наповнювачів). Важливим є використання певних смислових деталей – як-то слуховий апарат на вусі іграшки; як уже зазначалося вище, вишитий логотип клініки чи нейтральні стоматологічні елементи (в одній із лапок може бути зубна щітка та паста);

4) використання *заохочувальних відзнак* після проходження певного етапу лікування та його закінчення – серія значків, що видаються пацієнту лікарем та які за бажання він може носити на одязі, рюкзаку або закріпити десь вдома і вони будуть елементом фіксації його власних досягнень у подоланні психологічних перешкод на шляху до отримання медичної (стоматологічної) допомоги.

З додаткових елементів, які стоматологічні клініки можуть впроваджувати паралельно з методичним кейсом, і які носять рекомендаційний характер у контексті взаємодії лікаря-стоматолога та пацієнта, варто зазначити створення дружнього для осіб з порушенням слуху середовища на Facebook та Instagram сторінках клініки. Зокрема, супроводження будь-яких відео, які завантажують на ресурс, жестовим перекладом або субтитрами; публікації про проходження лікарями клініки курсів, семінарів, тренінгів щодо безбар'єрності стоматологічної допомоги (в контексті професійної комунікації з особами з особливими потребами)

і підтвердження такого міждисциплінарного навчання відповідними дипломами та сертифікатами. Також суттєвим є пости щодо підключення та освоєння систем забезпечення перекладу жестовою мовою онлайн (про використання таких систем можуть інформувати наліпки-таблички на дверях клініки).

Наступним етапом після застосування фотографій є перехід до *ознайомчих візитів* (не мають включати інвазивних та неінвазивних діагностичних заходів (збір анамнезу) чи лікування). Такі візити в різних варіантах часто застосовуються в дитячій стоматології, проте у разі наявності в дорослого пацієнта з порушенням слуху стоматологічної тривоги чи фобії вони є актуальними в межах психологічної підготовки до медичної консультації і власне надання стоматологічного лікування (такий візит дозволяє продемонструвати *soft skills* медичної установи, використання принципів універсального дизайну, а за необхідності готовність до адаптаційних рішень). Ознайомчі візити мають характеризуватися тактикою «маленьких сходинок» – перший прихід пацієнта з порушенням слуху може бути навіть без заходження його до приміщення клініки, лише до дверей (можливо просто привітання з персоналом клініки), наступний візит може передбачати ознайомлення пацієнта з холлом клініки, перебування у ньому, привітання та коротку бесіду з лікарями та персоналом клініки (з допомогою професійного сурдоперекладача в режимі онлайн чи офлайн за необхідності); тема такої бесіди має носити нейтральний характер і не фокусуватися на стоматологічній проблемі пацієнта або на труднощах його комунікації. Третій візит має включати вже ознайомлення власне зі стоматологічним кабінетом, проте лише у візуальному форматі без переходу до складників медичної консультації. Під час четвертого візиту можна запланувати збір анамнезу пацієнта, визначення плану лікування, спільне його узгодження. П'яте відвідування вже включатиме безпосередньо стоматологічну допомогу. Підкреслимо, що після кожного такого візиту пацієнт може отримувати спеціальний значок, який у своєму дизайні матиме елементи соціокультурного простору глухих та деталі, що стосуються стоматології чи асоціюються з нею.

Таким чином, серія ознайомчих візитів дозволяє пацієнту «відчути зону комфорту» в межах лікувального закладу (всіх складників середовища, яке безумовно включає професійну підготовку медичного персоналу до комунікації з пацієнтами з особливими потребами).

Важливим є також налагодження взаємодії з пацієнтом з порушенням слуху не лише під час серії ознайомчих візитів, але і між ними. На нашу думку, буде актуальним використання запрошення

на наступний візит у вигляді відеоповідомлення від персоналу клініки (лікуючого лікаря-стоматолога), де лікар запросить пацієнта як усною, так і одночасно жестовою мовою. Таке запрошення може бути надіслане пацієнту в месенджер (Telegram, Viber, Facebook). Отже, психологічна підтримка буде забезпечена комплексно і інтерфейс психологічної підготовки та підтримки пацієнтів з особливими потребами в контексті професійної комунікації з лікарями буде представлений та реалізований повною мірою.

**Висновки.** Нині у контексті проблеми поряд з використанням та впровадженням методик менеджменту дентофобії актуальним є навчання студентів / інтернів / спеціалістів професійної комунікації в межах освітніх програм закладів вищої освіти. Таку підготовку можна розглядати як упровадження універсального дизайну середовища, з яким буде взаємодіяти пацієнт з порушенням слуху.

Таким чином, пропонуємо доповнити Стандарт вищої освіти України, рівень вищої освіти: другий (магістерський); ступінь вищої освіти: магістр; галузь знань: 22 – Охорона здоров'я [11]:

*загальні компетентності* – здатність забезпечити безбар'єрність стоматологічної допомоги, а у разі необхідності застосувати принципи адаптації або модифікації у професійній комунікації з пацієнтами з особливими потребами;

*спеціальні (фахові, предметні) компетентності* – спроможність зібрати анамнез, погодити план лікування, надати рекомендації особі, що має особливі потреби (порушення слуху, зору та ін.).

Додатково для освітньо-наукових програм: здатність та мотивація до проведення мульти-

дисциплінарних досліджень, теоретично та практично орієнтованих заходів, зокрема в межах колаборації фахівців галузей «стоматологія», «психологія», «спеціальна психологія» задля побудови та розвитку екосистеми, що допоможе забезпечити якісну професійну комунікацію з особами з особливими потребами.

Додати до Довідника кваліфікаційних характеристик професій працівників (Наказ Міністерства охорони здоров'я України від 29 березня 2002 р. № 117) [12]:

*завдання та обов'язки:* забезпечити безбар'єрність (доступність) стоматологічної допомоги для осіб з особливими потребами (з порушеннями слуху, зору та ін.);

*повинен знати:* як побудувати якісну професійну комунікацію з особами з особливими потребами (знати психологічні особливості певних соціальних груп, що мають особливі потреби, та вміти їх враховувати на практиці);

*кваліфікаційні вимоги* (для всіх кваліфікаційних категорій): вміти провести медичну консультацію (зібрати анамнез, визначити план лікування, надати рекомендації) в межах надання стоматологічної допомоги пацієнту з особливими потребами.

Стаття не висвітлює розглянуті питання повною мірою, представляє найбільш актуальні її аспекти. Важливими є створення умов для міждисциплінарних досліджень щодо доступності медичних послуг, психологічної допомоги пацієнтам, створення безбар'єрного середовища у сфері охорони здоров'я із використанням кращого національного та міжнародного досвіду, а також урахуванням наслідків російсько-української війни.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Mental Health Gap Action Programme (mhGAP), 2023. URL: <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/treatment-care/mental-health-gap-action-programme>.
2. Національна служба здоров'я України, 2023. URL: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=680759197574695&set=a.230941935889759>.
3. Данілавичюте Е. Концептуальна модель використання МКФ-ДП в інклюзивному навчальному процесі. *Особлива дитина: навчання і виховання*. 2020. № 4(89). С. 53–64. <https://doi.org/10.33189/ectu.v4i89.9>.
4. Байда Л., Іванова О. Універсальний дизайн в медичних закладах : методичний посібник / за заг. ред. О. Іванової. Київ : Ваіте, 2019. 56 с. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/15777>.
5. Особи з особливими потребами: етичне спілкування, супровід, допомога / Гудим І., Данілавичюте Е., Жук В., Макарчук Н., Чеботарьова О., Замша А. Київ, 2016. 72 с.
6. Кульбіда С., Адамюк Н., Горова О., Замша А. Комунікативна доступність освітнього середовища для осіб з порушеннями слуху в умовах сучасних викликів : науково-методичний посібник у двох частинах. Київ, 2023. 148 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/739457>.
7. Засенко В., Прохоренко Л. Освіта «особливих» дітей: стратегія розвитку. *Рідна школа*. 2019. № 3–4. С. 48–52. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/718099>.
8. Hearing Loss Facts and Statistics. Hearing Loss Association of America. 2023. URL: [https://www.hearingloss.org/wp-content/uploads/HLAA\\_HearingLoss\\_Facts\\_Statistics.pdf?pdf=FactStats](https://www.hearingloss.org/wp-content/uploads/HLAA_HearingLoss_Facts_Statistics.pdf?pdf=FactStats).
9. Співробітники стоматологічного факультету долучилися до створення нормативних медичних документів. Національний медичний університет ім. О.О. Богомольця, 2023. URL: <https://nmuofficial>.

com/news/spivrobotnyky-stomatfakultetu-doluchylsya-do-stvorennya-normatyvnyh-medychnyh-dokumentiv/.

10. Литовченко В.П. Дентофобія: етіологія (негативний досвід) та профілактика. *Modern problems of science, education and society : Proceedings of III International Scientific and Practical Conference, Kyiv, Ukraine, 22–24 May 2023*. С. 185–191. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/735995>.
11. Про затвердження Стандарту вищої освіти за спеціальністю 221 «Стоматологія» для другого (магістерського) рівня вищої освіти : Наказ Міністерства освіти і науки України від 24.06.2019 р. № 879. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/2019/06/25/221-Stomatolohiya-mahistr.20.01.22.pdf>.
12. Довідник кваліфікаційних характеристик професій працівників. Випуск 78. Охорона здоров'я. Наказ Міністерства охорони здоров'я України від 29.03.2002 р. № 117. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/va117282-02#Text>.

## REFERENCES

1. Mental Health Gap Action Programme (mhGAP). (2023). Retrieved from: <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/treatment-care/mental-health-gap-action-programme>
2. Natsionalna sluzhba zdorovia Ukrainy [National Health Service of Ukraine]. (2023). Retrieved from: <https://www.facebook.com/photo/?fbid=680759197574695&set=a.230941935889759> [in Ukrainian].
3. Danilavchiutie, E. (2020). Kontseptualna model vykorystannia MKF-DP v inkluzyivnomu navchalnomu protsesi [Conceptual model of using ICF-DP in the inclusive educational process]. *Osoblyva dytna: navchannia i vykhovannia*, 4(89), 53–64. <https://doi.org/10.33189/ectu.v4i89.9> [in Ukrainian].
4. Baida, L., Ivanova, O. (Ed.) (2019). Universalnyi dyzain v medychnykh zakladakh [Universal design in medical facilities]: metodychni posibnyk. Kyiv. URL: <https://ekmair.ukma.edu.ua/handle/123456789/15777> [in Ukrainian].
5. Hudym, I., Danilavchiutie, E., Zhuk, V., Makarchuk, N., Chebotarova, O., & Zamsha, A. (2016). Osoby z osoblyvymy potrebamy: etychnе spilkuvannia, suprovid, dopomoha [Persons with special needs: ethical communication, support, assistance]. Kyiv [in Ukrainian].
6. Kulbida, S., Adamiuk, N., Horova, O., & Zamsha, A. (2023). Komunikatyvna dostupnist osvithnoho seredovyscha dlia osib z porushenniamy slukhu v umovakh suchasnykh vyklykiv [Communicative accessibility of the educational environment for persons with hearing impairments in the conditions of modern challenges]: naukovo-metodychni posibnyk u dvokh chastynakh. Kyiv. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/739457> [in Ukrainian].
7. Zasenka, V., & Prokhorenko, L. (2019). Osvita «osoblyvykh» ditei: stratehiia rozvytku [Education of “special” children: development strategy]. *Ridna shkola*, 3–4, 48–52. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/718099> [in Ukrainian].
8. Hearing Loss Facts and Statistics. Hearing Loss Association of America. (2023). Retrieved from: [https://www.hearingloss.org/wp-content/uploads/HLAA\\_HearingLoss\\_Facts\\_Statistics.pdf?pdf=FactStats](https://www.hearingloss.org/wp-content/uploads/HLAA_HearingLoss_Facts_Statistics.pdf?pdf=FactStats).
9. Spivrobotnyky stomatolohichnoho fakultetu doluchylsya do stvorennia normatyvnykh medychnykh dokumentiv. Natsionalnyi medychnyi universytet im. O.O. Bohomoletsia [Employees of the Faculty of Dentistry participated in the creation of regulatory medical documents. National Medical University named after O.O. Bogomolets]. (2023). Retrieved from: <https://nmuofficial.com/news/spivrobotnyky-stomat-fakultetu-doluchylsya-do-stvorennya-normatyvnyh-medychnyh-dokumentiv/> [in Ukrainian].
10. Lytovchenko, V.P. (2023). Dentofoobia: etiologia (nehativnyi dosvid) ta profilaktyka [Dentophobia: etiology (negative experience) and prevention]. *Modern problems of science, education and society: Proceedings of III International Scientific and Practical Conference, Kyiv, Ukraine, 22–24 May 2023*. 185–191. Retrieved from: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/735995> [in Ukrainian].
11. Pro zatverdzhennia Standartu vyshchoi osvity za spetsialnistiu 221 «Stomatolohiia» dlia drugoho (mahisterskoho) rivnia vyshchoi osvity: Nakaz Ministerstva osvity i nauky Ukrainy vid 24.06.2019 r. № 879 [On the approval of the Higher Education Standard for specialty 221 “Dentistry” for the second (master’s) level of higher education: Order of the Ministry of Education and Science of Ukraine dated June 24, 2019 No. 879]. Retrieved from: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/vishcha-osvita/zatverdzeni%20standarty/2019/06/25/221-Stomatolohiya-mahistr.20.01.22.pdf> [in Ukrainian].
12. Dovidnyk kvalifikatsiinykh kharakterystyk profesii pratsivnykiv. Vypusk 78. Okhorona zdorovia. Nakaz Ministerstva okhorony zdorovia Ukrainy vid 29.03.2002 r. № 117 [Handbook of qualification characteristics of employees’ professions. Issue 78. Health care. Order of the Ministry of Health of Ukraine dated March 29, 2002 No. 117]. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/va117282-02#Text> [in Ukrainian].

## СТАВЛЕННЯ ДО МЕДІА ЯК СКЛАДНИК ЯКОСТІ ЖИТТЯ В МЕДІАТЕХНОЛОГІЗОВАНОМУ СОЦІУМІ: РЕФЛЕКСИВНИЙ АНАЛІЗ

**Найдьонов М. І.**

*доктор психологічних наук, старший науковий співробітник,  
професор кафедри психології та соціально-гуманітарних дисциплін  
Державний університет інфраструктури та технологій  
вул. Кирилівська, 9, Київ, Україна  
[orcid.org/0000-0002-3833-8643](https://orcid.org/0000-0002-3833-8643)  
[iris\\_psy@ukr.net](mailto:iris_psy@ukr.net)*

**Григоровська Л. В.**

*кандидат педагогічних наук, доцент,  
провідний науковий співробітник відділу психології масової комунікації та медіаосвіти  
Інститут соціальної та політичної психології  
Національної академії педагогічних наук України  
вул. Андріївська, 15, Київ, Україна  
[orcid.org/0000-0002-1436-5719](https://orcid.org/0000-0002-1436-5719)  
[grigorovskaya\\_lv@ukr.net](mailto:grigorovskaya_lv@ukr.net)*

**Найдьонова Л. А.**

*доктор психологічних наук, старший науковий співробітник,  
член-кореспондент НАПН України, заступник директора з наукової роботи  
Інститут соціальної та політичної психології  
Національної академії педагогічних наук України  
вул. Андріївська, 15, Київ, Україна  
[orcid.org/0000-0002-1222-295X](https://orcid.org/0000-0002-1222-295X)  
[mediasicolo@gmail.com](mailto:mediasicolo@gmail.com)*

### **Ключові слова:**

*медіатехнологізований простір, медіатравма, суб'єктність, культура, інформаційна війна, інформаційно-психологічна стійкість, підготовка психолога, соціокультурні технології, рефлексивний тренінг-практикум, репрезентативна рефлексія.*

Статтю присвячено проблемі пошуку нових підходів до розв'язання предметного завдання – забезпечення ефективного відтворення персональної та групової суб'єктності у воєнний і повоєнний час. Суб'єктність бачиться умовою ефективного протистояння викликам і загрозам життю і здоров'ю людини, які несуть не тільки прямі воєнні дії, а й медіа, які здатні послабити особистий і спільний потенціал протистояння ворогу. Наголошується на підвищеній відповідальності медіа у сприянні психологічній стабільності людини, її здатності протидіяти ворожій дезінформації і розуміння контекстів і обмежень воєнного інформаційного поля. Аналізується сьогодення ситуація як час не тільки неймовірно високих загроз, а й одночасно можливостей, які, аби перемогти, необхідно перетворити на результат. Висловлюється думка, що таким результатом має стати масова практика рефлексування. Обґрунтовується важливість соціокультурних технологій та їх спрямування на виведення персон і групи в зону найближчого розвитку для подолання кризи обмеження когнітивних, особистісних і комунікаційних ресурсів у ситуації війни та післявоєнний період. Моделлю для міркувань виступає образ побудови інтегрованого курсу «Медіа і соціокультурні технології» для студентів магістратури за освітньо-професійною програмою



«Практична психологія» як частини підготовки психолога, у тому числі для системи освіти, до виконання професійної діяльності, відповідного рівню сучасних викликів як соціального, соціокультурного, так і соціотехнологічного характеру. Викладено змістовий модуль програми. Його специфіку зумовлено, з одного боку, війною та пов'язаними з нею змінами інформаційного простору, з іншого – безпрецедентно швидким розвитком і поширенням у соціумі програм штучного інтелекту, яке створює потенційну загрозу узалежнення людини поза межами власного контролю і потребує переведення проблематики із суто психологічного поля у загальносоціальний і загальнокультурний. Ідею масового рефлексування реалізовано в розширеному блоці тематик, присвячених ціннісному прийняттю рефлексії як інструменту опанування складності і невизначеності, збереження і розвитку суб'єктності, та практичному опануванню базових умінь її розвитку, підтверджених багаторічною практикою впровадження рефлексивних технологій.

## **ATTITUDE TO THE MEDIA AS A COMPONENT OF THE QUALITY OF LIFE IN A MEDIATECHNOLOGIZED SOCIETY: REFLECTIVE ANALYSIS**

**Naydonov M. I.**

*Doctor of Psychological Sciences, Senior Researcher,  
Professor at the Department of Psychology and Social and Humanitarian Disciplines  
State University of Infrastructure and Technologies  
Kyrylivska str., 9, Kyiv, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-3833-8643  
iris\_psy@ukr.net*

**Hryhorovska L. V.**

*Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor,  
Leading Researcher of the Laboratory of Psychology  
of Mass Communication and Media Education  
Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine  
Andriivska str., 15, Kyiv, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-1436-5719  
grigorovskaya\_lv@ukr.net*

**Naydonova L. A.**

*Doctor of Psychological Sciences, Senior Researcher,  
Corresponding Member of the National Academy of Sciences of Ukraine,  
Deputy Director for Scientific Work  
Institute of Social and Political Psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine  
Andriivska str., 15, Kyiv, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-1222-295X  
mediasicolo@gmail.com*

**Key words:** *media, media-technological space, media trauma, subjectivity, culture, information warfare, informational and psychological stability, psychologist training, sociocultural technologies, reflective training workshop, representative reflection.*

The article is devoted to the problem of finding new approaches to solving the objective task – ensuring the effective reproduction of the subjectivity of a person and a group in war and post-war times. Subjectivity is seen as a condition for effective resistance to challenges and threats to human life and health, which are brought not only by direct military actions, but also by the media, which are able to weaken the personal and joint potential of opposing the enemy. The increased responsibility of the media in promoting the psychological stability of a person, his ability to counteract enemy disinformation and understanding the contexts and limitations of the military information field is emphasized. Today's situation is analyzed as a time of not only incredibly high threats, but also at the same time opportunities that, in order to win, must be turned into a result. The opinion that such a result should be a mass practice of reflection is expressed. The importance of socio-cultural technologies and their direction to bring the person and group to the zone of immediate development for overcoming the crisis of limitation of cognitive, personal and communication resources in the situation of war and the post-war period is substantiated. The model for reasoning is the image of the construction of an integrated course “Media and socio-cultural technologies” for master's students under the educational and professional program “Practical Psychology” as part of the training of a psychologist, including for the education system, to perform professional activities, corresponding to the level of modern challenges both social, socio-cultural and socio-technological nature. The content module of the program is outlined. Its specificity is due, on the one hand, to the war and related changes in the information space, and, on the other hand, to the unprecedentedly rapid development and spread of artificial intelligence programs in society, which creates a potential threat of human dependence beyond the limits of one's own control and requires the transfer of issues from a purely psychological fields in general social and general cultural. The idea of mass reflection is implemented in an extended block of topics dedicated to the value acceptance of reflection as a tool for mastering complexity and uncertainty, preservation and development of subjectivity, and practical mastering of the basic skills of its development, confirmed by many years of practice of implementing reflective technologies.

**Постановка проблеми.** Безпрецедентна чисельність і загрозовість викликів воєнного сьогодення України і її поствоєнного майбутнього не залишають сподівань на можливість їх подолання одномірними рішеннями. Складність сьогоденішнього світу і прогнозована складність майбутнього потребують адекватного відображення як у колективній, так і індивідуальній свідомості, аби на суспільному рівні і рівні індивідуального життя, в часи виживання у війні і складний повоєнний час діяти продуктивно, одночасно усвідомлюючи всю складність реальності і при цьому не зігнувшись під її тягарем. Як набувати такої здатності? Ця стаття є спробою пошуку відповіді на це запитання.

Тож спочатку для самоконтролю і колективної саморегуляції спробуємо описати цю сучасну нашу реальність. Після гібридної частини російської агресії країна перебуває у гарячій фазі війни. Ворог має переваги у живій силі, кількості і видах озброєнь. Висуваючи претензії до України, апелює не до міжнародного права і не прагне розв'язання суперечностей у міжнародних судах, натомість

формує розмиті і неможливі для виконання в цивілізованому демократичному світі причини своєї агресії (на кшталт денацифікації і денационалізації), представляючись до того ж стороною, що захищає себе від буцімто агресивних намірів України і так званого Заходу.

Отже, у своїх претензіях агресор користується не прямими, а імпліцитними умовами, і ці його претензії, призначені по суті для власного суспільства, є маскуванням справжніх намірів з метою контролю інформаційних потоків, що має надвелике значення, незалежно від стадії війни – гібридна вона чи повномасштабна [5; 19].

Гаряча фаза війни нині позначає дві тенденції щодо її найближчого майбутнього – контрольованого часу закінчення або перетворення на позиційну. Війна на обох її стадіях – гібридній і гарячій – вочевидь пов'язана з диспропорціями в розвитку двох країн та неприйнятними для ворога євроінтеграційними прагненнями України, які останнім часом отримали виразну позитивну динаміку практичної реалізації, тим самим засвідчивши програш росії у передуючій гарячій фазі

гібридної (інформаційної) війни як щодо цивілізованого світу, так і щодо українського суспільства.

На значення і силу медіа у сучасному технологізованому світі вказує і той факт, що, незважаючи на поразку ворога в інформаційній війні і попри успішне протистояння йому України на полі бою, спостерігаємо останнім часом в інформаційному просторі багатьох країн шалене підвищення питомої ваги згаданої вище прогнозованої тенденції переходу гарячої війни в позиційну. Це відбувається, на нашу думку, внаслідок викривлення інформаційного простору, спричиненого зловмисними вкидами спотвореної інформації з боку ворога. Таким чином, медіа через свою технологічну потужність стали вагомим чинником конструювання реальності, дієвим «гравцем» на полі як суспільного життя, так і життя окремої людини, здатним впливати в той чи інший бік на її благополуччя загалом, складником якості життя людини у сьогоденному медіатехнологізованому просторі.

Чи готові ми до такого сприйняття місця медіа в нашому світі і усвідомлення залежності якості нашого життя від правильного сприйняття їх меседжів, які формуються різними акторами, у т.ч. зацікавленими в послабленні нашої ресурсності ворогом (відкритим чи прихованим), з різними цілями? Викладемо деякі міркування з цього приводу.

Ворог у своїй інформаційній війні проти України та цивілізованого світу виходить зі свого самосприйняття, яке визначає, з одного боку, наявність його ресурсної переваги в кількісних показниках озброєнь та людей, а з іншого – визнання факту переваг ресурсності розвитку в Україні (зокрема, безвіз, що дає змогу українцям вільно пересуватися значною частиною світу; реальність їхньої участі у політичному житті, що формує досвід переживання різних наслідків свого політичного вибору; посилення євроінтеграційних тенденцій, про що вже прямим текстом кажуть спікери пропагандистських передач на провідних державних телеканалах ворожої держави).

Крім євроінтеграційних прагнень, в Україні утверджується тенденція прагнень до стабільності і захищеності у військовому сенсі (євроатлантична інтеграція). Тобто очевидним є поглиблення розвитку України в економічному сенсі і ризик для ворога унеможливлення скористатися своєю тимчасовою перевагою в ресурсі озброєнь та чисельності вояків.

Чи логічно є спроба випередити події і застосувати зброю раніше, ніж вона перестане бути перевагою? Це питання вже набуло не теоретичного, а практичного значення і дискусія тут немає сенсу.

Як можна описати нашу власну ситуацію напередодні війни і в її ході? Попри різношаровість

нашої технічної, соціальної, політичної реальності, дослідження показували постійне зростання євроінтеграційних прагнень і готовності [20]. Забезпечення вільного доступу до більшості країн світу у режимі безвізу утворює велику кількість учасників набуття нового досвіду не тільки серед громадян, що перебувають на підконтрольній Україні території, а й серед тих, хто опинився на територіях окупованих чи анексованих.

Крім того, певним наскрізним чинником цієї ситуації є виразне зростання та зміна культурних тенденцій, уявлень українців про себе (зокрема, позбавлення комплексу меншовартості) та отримання доступу до новітніх технологій. Маємо на одному боці розвиток штучного інтелекту та цифровізацію громадянського суспільства, на іншому – воєнний стан, який обмежує демократичні ініціативи та традиційні способи існування громадянського суспільства.

Описана ситуація є, з одного боку, безумовним викликом, з іншого – спонуканням до модифікації існування соціального життя. Що із загального принципу «кожен виклик породжує унікальну можливість» ми можемо обернути на результат цієї можливості в практичному ключі? На нашу думку, таким результатом може і має стати масова практика рефлексування. Підставою ж для таких міркувань є саме набагато більші обсяги прихованих умов, які почали функціонувати у суспільному інформаційному просторі у зв'язку з війною, і цей факт потрібен оброблятися свідомістю. Виходячи з принципу відкритості, який сповідує наше суспільство, ця ситуація і допомагає сформулювати завдання – більше рефлексії на персональному рівні, на рівні функціонування громад саме тому, що центральна інформаційна вертикаль обтяжена секретністю і процедурами євроінтеграції, і саме цей відкритий діалог нас усіх з усіма неспроможний розшифрувати ворог.

Нова фаза інформаційної війни на фоні її теперішньої гарячої стадії, будучи істотною частиною сучасної загрози для України, вимагає прийняття виклику не тільки в інформаційному ключі, а в комплексній взаємодії низки галузей, у т.ч. психології в межах культури і гуманітарних технологій як таких. В іншому розрізі вона проблематизує необхідність нового психологічного образу суспільства і, зокрема, професії (психолога). І, нарешті, ми бачимо, що інтенсивність розвитку не може бути описана самою тільки психологією, бо ми перебуваємо у стані культурних зрушень загалом. (Звісно, йдеться не про вузьке розуміння культури як виключно художньої, як мистецтва, а в широкому сенсі – культури як виробництва разом з освітою, соціальних норм способу життя).

Отже, описана реальність спонукає нас осмислити суспільний спосіб її представлення. Ми

зі свого боку бачимо, що стихійних засобів для цього не досить, і потрібна спеціальна турбота освіти із забезпечення суспільства новими міжгалузевими поглядами і в теоретичному, і в практичному ключі.

Відповідно, виникають, з одного боку, нові пропозиції для інститутів щодо опрацювання викликів, з іншого – пропозиції для системи освіти, зокрема освіти з підготовки психолога як професіонала соціальної галузі.

Потреба у введенні в навчальний процес підготовки майбутніх психологів ідей, настанов, принципів, які б підготували їх до виконання професійної діяльності, відповідного рівню сучасних викликів як соціального, соціокультурного, так і соціотехнологічного характеру, має реалізуватися через розробку інтегрованих навчальних курсів.

**Мета статті** має комунікаційний і предметний складники. Перший формулюється як пошук підходів до розв'язання, отримання ресурсу обговорення у спільноті низки дуже важливих, на наш погляд, нюансів предметного завдання мультидисциплінарної інтеграції, інший – забезпечення ефективного відтворення персональної та групової суб'єктності у воєнний і повоєнний час (врахування впливу ситуації). Моделлю для спільних міркувань може виступати образ побудови спецкурсу «Медіа і соціокультурні технології» для студентів магістратури за однією з найбільш поширених освітньо-професійних програм «Практична психологія».

**Обґрунтування мети.** Хоча в останні майже два десятиліття курси і спецкурси із проблематики медіа з різною предметно-галузєвою спрямованістю (журналістика, психологія, освітня діяльність, соціальна робота тощо) набули значного поширення, знов порушити питання **про змістову його наповненість** нині змушують два однаково важливі, хоча й різнопорядкові чинники: з одного боку, війна, з іншого – безпрецедентно швидкий розвиток і поширення у соціумі програм штучного інтелекту, зокрема реалізованих як чат-боти, для обслуговування найрізноманітніших людських потреб.

У часи викликів для того щоб зберігати перспективу власного життя, мати досягнення, підтримувати здоров'я і, зрештою, бути щасливим, треба мати твердий ґрунт під ногами. У часи такого виклику, як війна, тверда опора потрібна не тільки тому, що існують реальні загрози життю кожної людини і суспільства загалом від воєнних дій, а й тому, що треба протистояти загрозам, які можуть нести здоров'ю і опосередковано життю медіатехнології, зокрема трансльовані через медіа враження і образи війни, які здатні послабити особистий і спільний потенціал протистояння ворогу, потрібно вміння оперувати прихованими умовами, тобто рефлексія.

Отже, війна змінює комунікацію, висуває нові – підвищені – вимоги до її якості. Нині комунікація відбувається в умовах інформаційної війни, зазнає обмежень у традиційних способах взаємодії. Треба мати стійку загартовану психіку, аби зорієнтуватися в тому, як перемогти ворога не тільки силою зброї, а й розуму, хитроцями, зрештою обманом, успіх якого великою мірою забезпечує саме вправність у застосуванні нових правил у комунікації. Чи не найбільша прикریсть війни полягає в тому, що для того, аби обман спрацював, аби ворог повірив дезінформації, влада змушена обманувати частково і власне населення. І ця ситуація не тільки покладає підвищену відповідальність на медіа, а й потребує брати до уваги важливість забезпечення психологічної стабільності людини, її здатності протидії ворожим дезінформаціям і розуміння контекстів і обмежень воєнного інформаційного поля, в якому теж іде війна.

Війна також «вломилась» у життя громад, порушила величезну кількість усталених людських зв'язків на різних рівнях об'єднань – родинних, виробничих (професійних), спільнотних, спричинивши гігантські переміщення населення як у межах держави, так і за її межі. І в цій ситуації саме медійна соціотехнічна комунікація допомагає зберігати первинні середовища інституцій, професійних спільнот, територіальних громад.

У широкому сенсі поява багатьох нових інструментів комунікації, які необхідно опанувати, та ще в контексті поділу на «свій – чужий», – це виклик. З іншого боку, це вікно викликаних жорсткими обставинами можливостей вчасно забезпечити вже давно назрілу потребу переходу на новий якісний рівень продуктивності праці, причому у будь-якому секторі – гуманітарному, технічному, інформаційному, соціотехнічному тощо. Якщо ж усе-таки акцентувати тему медіа, то перехід на новий рівень – це є набуття здатності і вправності у способах комунікації, які б забезпечували розуміння між «своїми» і від'єднання від ворожих втручань, це здатність потужно прогресувати в опануванні сучасного технологічного рівня розвитку медійної індустрії, випереджаючи ворога.

Викладене не втратить своєї важливості і в повоєнний період. Зміняться проблеми, але не вимоги високого рівня комунікативної компетентності. Процес вступу до ЄС потребуватиме від нас освоєння реальності конвенційних підходів у перемовинах з конкретними державами – членами ЄС, вміння розмовляти, зберігаючи баланс поваги до інших і одночасно до себе.

У чому цінність стабільних часів? У можливості відтворення і стабільного, поступального розвитку культури у широкому сенсі (всіх її

складників від мистецтва вислову до культури узгодженого мовчання; медійної та інформаційної критичності до ідентифікаційної вправності; від галузевої культури до загальнолюдської). Про це важливо пам'ятати, тому що культура є тим, що входить у нас раніше, ніж тверде знання і викарбувані освітою поняття, закладаючи основи людського в людині.

Війна, з одного боку, руйнує стабільність, а з нею й зменшує можливості відтворення, з іншого – породжує безліч обхідних шляхів. Це ще більше наголошує на тому, що під час війни важливо знати і володіти технологіями, спрямованими на розвиток людського потенціалу, людини як суб'єкта культури. Чому технології? Тому що технології – це інструмент забезпечення продуктивності праці і самопродуктивності людини, які у підсумку забезпечать перемогу.

Чому під час війни як ніколи важлива психологія? Тому що всі спричинені війною негаразди особистого і суспільного життя, як-от згорання демократії, вражаюча несправедливість, яку несе у світ війна, можуть знайти розв'язання або розраду у психології.

Саме для опанування студентами-психологами цими ідеями як ціннісним підґрунтям майбутньої практичної діяльності розроблявся курс за вибором «Медіа і соціокультурні технології».

**Результати дослідження.** Під час створення програми невеликого за обсягом курсу «Медіа і соціокультурні технології» (40 аудиторних годин – 16 лекційних і 24 практичних) традиційний підхід послідовного, систематизованого і деталізованого викладення дисципліни видавався нам навряд чи виправданим, якщо не неможливим через стислість часу та імпліцитну багатоаспектність змісту, що потребує інтеграції. Зауважимо, що вже складники назви (принаймні такі, як «медіа» і «технології») самі по собі могли бути розгорнуті в окремі повноцінні курси. Додаткове змістове навантаження містив у собі сучасний контекст викликів, які постали перед українським суспільством, і який мав бути врахований у тематиці. Отже, проблема полягала в неможливості вписати зміст у рамки якоїсь визначеної з усталеним змістом дисципліни, з одного боку, й одночасно неможливості зовсім обійтися без деяких базових тематик – з іншого.

За цих засторог предметом дисципліни ми бачили закономірності функціонування медіа як частини культури і провідного способу здійснення культури (медіатизованого) у сучасних умовах, рівно як і психологічні закономірності інформаційно-комунікаційних (цифрових) технологій у складі соціокультурних технологій як провідного способу розвитку соціокультурних технологій.

**Мета курсу** була визначена нами не тільки як формування у студентів комплексних уявлень у

міжгалузевому просторі на основі ознайомлення з функціонуванням медіа як вагомого складника культури, способом її відтворення і розвитку у сучасних суспільствах, природою й закономірностями медіапсихологічного впливу, ризиками медіаспоживання, рефлексивними способами розвитку критичності, формування професійної етичної позиції як користувачів інструментами психологічного впливу, а й формування у майбутніх фахівців уміння з опорою на міжгалузеве знання і комплексний підхід вирішувати не тільки стандартні професійні завдання, а й бути готовими до пошуку самостійних відповідей і рішень як у межах професії, так і в громадянському самоздійсненні, важливого в часи особливо великих викликів.

До курсу було включено як традиційні базові питання за напрямками «медіа» і «технології», а також зроблена низка ключових акцентів, які створювали «ідейний» (філософсько-етичний) каркас курсу. До перших можна віднести за напрямом «медіа» питання функціонування медіа у сучасному суспільстві (функції, механізми регулювання і фінансування, професійні стандарти якості), закономірностей сприйняття медіаконтенту та їх використання в розробці соціокультурних технологій; психологічних феноменів взаємодії з медіа та способами психологічного аналізу медіаконтенту як частини ставлення до медіа і як частини якості життя в медійному просторі; змін медіапростору під час війни та способів захисту від шкідливих медіавпливів [1–3; 6; 7; 14–19]. За напрямом «технології» до базових віднесено питання змісту поняття «соціокультурні технології», їх психологічного впливу на суспільство, ролі та можливостей сучасних медіа у поширенні та посиленні впливу соціокультурних технологій [4; 5; 21].

До каркасних віднесено питання медіа як послуги в різних сегментах функціонування суспільства; ціннісних підвалин технологізації психологічних послуг для збереження суб'єктності людини як головної цінності демократичних суспільств; гуманістичної сутності низки конкретних психолого-медійних технологій, побудованих на теоретичному фундаменті групової рефлексії, та опанування конкретними початковими вміннями застосування певної сукупності технологічних прийомів, що забезпечують реалізацію їх соціокультурної місії – виведення персони і групи в зону найближчого розвитку для подолання кризи обмеження когнітивних, особистісних і комунікаційних ресурсів [8–13].

Зрештою, за тематичною розбивкою курсу набув такого вигляду:

**Тема 1. Уведення в предмет. Медіа як послуга. Медіареальність і реальність медіа.**

*Функції медіа.* Взаємодія замовника і виконавця в освіті як образ медійної послуги в різному масштабі відносин. Медіа як бізнес і як ринкові відносини. Принцип кастомізації. Критерії оцінки ефективності медійного бізнесу. Медіавласність і фінансування медіа. Провідні телерадіокомпанії. Система виробництва медіапродукції. Медіа як мистецтво, як складник культури. Символи і смисли. Симулякри. Медіа як мистецтво і як складник культури. Медіа як третя реальність. Психологія взаємодії з медіа. Медіа як політична технологія. Культура медіа у виборчому процесі. Політика і публічне управління, функції медіа. Медіареальність як сучасний соціокультурний простір.

**Тема 2. Медіа і соціокультурні технології нині.** Культура, мистецтво, технології як способи відтворення людської цивілізації. Організаційні інститути підтримки культури (освіта, інститути історичної пам'яті, довіри, участі). Культура в епоху цифровізації, розвитку штучного інтелекту – особливості, здобутки, ризики. (Конкретизація. Взаємозв'язок понять «культура», «мистецтво», «технології», «соціум»). Історична динаміка розвитку соціокультурних технологій. Психологічні наслідки кастомізації. Штучний інтелект: медіа, інформаційні, цифрові технології. Ризики запровадження соціокультурних технологій на етапі цифровізації, появи штучного інтелекту). Інформаційне перевантаження як характеристика сучасного етапу розвитку медіа і наростання кризи обмеження когнітивних та інших дефіцитів. Медіаграмотність і медіакультура.

**Тема 3. Парадокс існування технологій, спрямованих на людину, у суспільствах, де людина є найвищою цінністю.** Складність світу і науки про складність. Невизначеність як характеристики сучасного світу. Суб'єктні і «безсуб'єктні» технології. Маніпуляції як спроба обійти суб'єктність партнера по взаємодії. Парадокси і дилеми. Етичні виклики створення і використання технологій.

**Тема 4. Психолого-медійні технології. Ч. 1. Технологія рефлексивного тренінг-практикуму як реалізація груп-рефлексивної теорії.** Виведення персони і групи в зону найближчого розвитку для подолання кризи обмеження когнітивних, особистісних і комунікаційних ресурсів як соціокультурна місія груп-рефлексивних технологій. Відновлення думки в дискурсі, у дії і у вчинку як основа рефлексивних технологій. Технологія рефлексивного тренінг-практикуму: мета, принципи, етапи. Поінформована згода. Аутсорсінг рефлексії. Процедури рефлексивного кола. Принцип нарощування. Принцип компетентності. Запитання на розуміння. Запитання на розвиток. Ставлення і рефлексія як процедури.

**Тема 5. Психолого-медійні технології. Ч. 2. Медіа і створення рефлексивної мета-технології.** Огляд технологій рефлексії. Зростання технологічних потужностей медіа як складник розвитку рефлексивної мета-технології. Мета-технологія в психологічних технологіях. Відносини «замовник – виконавець» у наданні психологічних послуг у рефлексивній мета-технології. Технологія «перевернутого навчання».

**Тема 6. Психолого-медійні технології. Ч. 3. Технологія репрезентативної рефлексії.** Принцип громадянської науки, відкрита наука. Репрезентативність як принцип вимірювання в технологіях. Репрезентативна рефлексія: психологічний і технологічний компоненти.

**Тема 7. Психологія сприйняття медіаконтенту та її використання в розробці соціокультурних технологій.** Психологія взаємодії з медіа (медіаефекти): втеча від реальності, нормалізація, культивування. Вплив медіа на усвідомлення інформації. Ілюзії, інформаційні бульбашки, інформаційні віруси, функціонування досвідомих настанов – інформаційно-саморегуляційні радикали. Емоційна реакція на медіаконтент. Медіатравма. Інформаційно-психологічна стійкість як здатність ефективно регулювати взаємодію з медіа і протидіяти медіаризикам (медіатравматизація, дезінформація та ін.). Критерії якісного інформування. Вплив медіа на соціалізацію. Вікова періодизація медіаризиків. Використання психологічних закономірностей сприйняття в рекламі, маркетингових технологіях. Медіа та учасницькі технології демократії. Психологічний аналіз медіаконтенту як частина ставлення до медіа і як частина якості життя в медійному просторі.

**Тема 8. Особливості застосування медійних соціокультурних технологій під час війни.** Принципи регуляції медіа в демократичних суспільствах. Зміни інформаційного простору під час війни: поляризація, дезінформація, пропаганда. Індоктринація як «промивка мізків». Вразливі категорії, захист дітей у медіапросторі. Українські культурні медіа під час війни. Регуляція та саморегуляція медіа, спільні акти узгодження медіаіндустрії та громадянського суспільства. Національна рада з питань телебачення і радіомовлення як державний орган взаємодії з громадськістю і регулятор системи медіа в умовах війни.

Визначаючи *практичну значимість* запропонованого матеріалу для майбутніх психологів, яка зазвичай міститься у запитанні «*Чому це потрібно вивчати?*», ми дали таку відповідь: для розвитку критичного ставлення до медіапродукції, готовності та здатності до здійснення особистісного та організації колективного опору шкід-

ливому впливу медійних технологій; для розвитку рефлексії та набуття практичних умінь її застосування в реалізації громадянської позиції щодо забезпечення співрегуляції медіа; для формування загальних умінь застосувати набуті знання в безпосередній професійній практичній діяльності, в тому числі для підвищення інформаційно-психологічної стійкості населення як складника національної безпеки.

Що, як ми передбачаємо, могли б отримати студенти в результаті вивчення курсу (запитання «**Чого можна навчитися (результати навчання)**»)? Отримати більш цілісне розуміння соціокультурного простору та процесів, що його формують та трансформують з т. з. психології; критично осмислювати роль медіа як його складник та вплив медіапродукції на людину та суспільство; просунути в розвитку власної рефлексивності та опанувати базові вміння розвитку рефлексії як соціокультурної технології, формуючи у т.ч. власне ставлення до медіа як складника якості життя в медіатехнологізованому соціумі.

*Які конкретні галузі застосування набутих умінь могли б бути доступними студентам в їхньому професійному, громадянському і особистісному майбутньому?* Набуті компетентності давали б їм змогу здійснювати аналіз та давати кваліфіковану критичну оцінку психологічного впливу соціокультурних технологій у медійному просторі; протистояти їх можливому негативному впливу на особистісному рівні; компетентно реалізовувати громадянську позицію щодо відповідальності і співрегуляції медіа для запобігання їх негативному впливу на суспільство; і цілком зрозуміло, застосовувати набуті знання і технологічні вміння в практичній роботі психолога.

Представлений інтеграційний курс розроблено на основі трирічного досвіду викладання курсу «Інформаційно-комунікаційні технології у соціальній роботі» (зі спеціальності «Соціальна робота» в КНУ ім. Тараса Шевченка) та курсу «Медіапсихологія» (за спеціальністю «Психологія») [6; 7; 14–16]. Практичні завдання інтеграційних курсів спрямовано на реальну взаємодію з наявними офіційними інформаційними ресурсами, які репрезентують систему державного і муніципального управління, інформаційні сервіси покращення наукової і навчальної діяльності, кібербезпеки тощо. У межах практичної частини курсу в умовах війни студенти опрацюватимуть технології і відповідні ресурси протидії дезінформації і технології психологічної діагностики, підтримки і самопомоги. Проектний підхід дає можливість у межах самостійної роботи студентів підготувати пропозиції і науково обґрунтовані рекомендації для інституцій або пев-

них груп споживачів. Групова рефлексія створює умови для розвитку комунікаційних компетентностей і покращення умінь роботи в команді [8–11; 15]. Інтеграція відбувається вбудовано в наявні актуальні потреби студентів і відповідає кращим інтересам їхнього особистісного розвитку і професійного самоздійснення. Враховано також 10-річний досвід розвитку шкільної медіаосвіти у двох всеукраїнських експериментах МОН України і НАПН України.

Проблематизація подальшого вдосконалення курсу пов'язана із забезпеченням усе більшої відповідності потребам студентів і розбудови спільного плану майбутнього для повоєнного відновлення країни. Запропоновану програму курсу можна розглядати як типову для адаптації її для інших спеціальностей у частині загальної підготовки для розвитку загальних інформаційно-комунікативних компетентностей, що включають медіаграмотність (інфомедійну грамотність) і цифрове громадянство згідно із сучасними вимогами євроінтеграції.

**Висновки.** Оманливість судження про розвиток ресурсної спроможності людства у вигляді новітніх технологій є досить очевидною через його поверхневність. Справжньою причиною розвитку технологій та проникнення їх у соціально-гуманітарну сферу є періодичні усвідомлення (і, відповідно, дії) із задоволення цієї потреби – підсилення людських здібностей саме через невпинне ускладнення зв'язків між технічною і соціогуманітарною сферами.

Первинний причинно-наслідковий мотиватор передавання частини повноважень людських функцій технологіям через ускладнення світу стає новим викликом і через те, що людство за допомогою цих технологій починає не тільки невпинно творити і примножувати ресурс, а й руйнувати його (конкуренція корпоративного егоїзму, війни). І це приводить до формулювання надважливої мети – збереження необхідної кількості носіїв інтелектуальних умінь, відносно незалежних від технологій.

Масштабність загроз узалежнення людини від ланок інтелекту поза межами власного контролю потребує переведення проблематики із суто психологічного поля розгляду проблеми у загальносоціальний і загальнокультурний.

Спроба побудувати модель такого інтеграційного підходу у вигляді запропонованого навчального спецкурсу «Медіа і соціокультурні технології» для магістрів за освітньою програмою «Практична психологія» та його реалізація у вигляді здійсненої практики підтверджують як можливість його у складі курсів з підготовки психологів, так і відкривають проблематизації для перспектив удосконалення.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Андріюшина С. Інтернет-публікації як різновид маніпуляції суспільною свідомістю. *Медіанпротір*. 2012. С. 26–29.
2. Вільчинська І.Ю. Актуальні форми медійних продуктів як відображення сучасних тенденцій в українському інформаційно-політичному просторі. *Вісник Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв. Політологія*. № 2'2015. С. 187–190.
3. Горбунова В.В. Етичні дилеми у практиці психологічної допомоги. *Практична психологія та соціальна робота*. № 8. 2008. С. 3–5.
4. Давидова О.В. Сучасні психологічні технології в системі компетенцій майбутнього психолога. Актуальні питання психологічного забезпечення діяльності Національної поліції та закладів вищої освіти МВС України : матеріали II науково-практичного круглого столу (м. Київ, 24 квітня 2020). Київ : НАВС, 2020. С. 50–52.
5. Данильян О.Г., Калиновський Ю.Ю. Технології маніпулювання суспільною свідомістю у сучасних гібридних війнах: соціокультурний контекст. Війни інформаційної епохи: міждисциплінарний дискурс : монографія / за ред. В.А. Кротюка. Харків : ФОП Федоренко М.Ю., 2021. С. 108–130.
6. Медіапсихологія: на перетині інформаційного та освітнього просторів : колективна монографія / О.Т. Барішполец, О.Л. Вознесенська, О.Є. Голубєва, Г.В. Мироненко, Л.А. Найдюнова, Н.О. Обухова, Н.І. Череповська ; за ред. Л.А. Найдюнової, Н.І. Череповської. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2014. 244 с.
7. *Медіаторчість в часи війни: протистояння медіатравмі* : матеріали V Всеукраїнської наукової інтернет-конференції, 19 червня–23 серпня 2023 року / за наук. ред. Л.А. Найдюнової, О.Л. Вознесенської. Київ : ІСПП НАПН України, 2023. 78 с.
8. Найдюнов М.І. Формування системи рефлексивного управління в організаціях : монографія. Київ : Міленіум, 2008. 484 с.
9. Найдюнов М.І. Репрезентативна рефлексія і рефлексивна ємність середовища спілкування як механізми профорієнтації при впровадженні Національної рамки кваліфікацій / М.І. Найдюнов, Л.В. Григоровська. редкол.: С.Д. Максименко, М.М. Слюсаревський та ін. *Наукові студії із соціальної та політичної психології* : збірник статей. НАПН України, Ін-т соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2016. Вип. 38 (40). С. 218–245. URL: [http://iris-psy.org.ua/publ/st\\_0144.pdf](http://iris-psy.org.ua/publ/st_0144.pdf).
10. Найдюнов М.І. Мультимедійні технології в дослідженні громадської думки / редакційна рада: М.М. Слюсаревський (голова), В.Г. Кремень, С.Д. Максименко та ін. *Наукові студії із соціальної та політичної психології* : збірник статей. НАПН України, Ін-т соціальної та політичної психології. Київ : Міленіум, 2013. Вип. 32 (35). С. 237–251.
11. Найдюнов М.І. Груп-рефлексивний підхід до системи надання психологічних послуг з реабілітації в контексті війни. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*. 2018. Вип. 2. С. 148–173. URL: [http://iris-psy.org.ua/publ/st\\_0146.pdf](http://iris-psy.org.ua/publ/st_0146.pdf).
12. Найдюнов М.І. Конструктивна рефлексія як потреба опанування невизначеності спотвореного війною світу: базові поняття. *Конструктивна рефлексія конфронтації і кооперації: психологічні ризики і ресурси війни* : матеріали міжнародної міжгалузевої конференції (м. Київ, 25 квітня 2023 року) / за ред. Л.А. Найдюнової, М.І. Найдюнова, Л.В. Доценко. Київ, IRIS, 2023. С. 15–20. DOI [doi.org/10.59416/CWRL2442](https://doi.org/10.59416/CWRL2442).
13. Найдюнов М.І., Найдюнова Л.А., Григоровська Л.В. Психологічні проблеми вимірювання схильності до відтворювання фашизму, авторитаризму, тоталітаризму в суспільстві: до конструювання синтетичної шкали (аналіз міжнародного досвіду). *Проблеми політичної психології*. 2022. Випуск 11 (25). DOI: [10.33120/porp-vol25-year2022-89](https://doi.org/10.33120/porp-vol25-year2022-89).
14. Найдюнова Л.А. Медіапсихологія воєнного часу : електронний підручник для вчителя. Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології, 2022. 344 с.
15. Найдюнова Л.А. Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу : підручник. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 244 с.
16. Найдюнова Л.А., Найдюнов М.І., Григоровська Л.В. Медіатравма і симптоми посттравматичного стресового розладу у дітей. *Журнал сучасної психології*. Вип. 4 (27). 2022. С. 56–70. DOI: <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2022-4>.
17. Українські медіа в умовах війни. Правові норми та досвід. Варшава, 2023.
18. Jos de Mul. Digital Material. *Tracing New Media in Everyday Life and Technology*. Amsterdam University Press. 2009. P. 95–106.



19. Kingler Christopher. *The Art of Psychological Warfare Discover How to Defend Yourself from Manipulation and Learn Dark Techniques to Mislead, Intimidate, Demoralise and Influence the Thinking or Behaviour of Your Enemies*. Amazon. 2021.
20. Naydomov M., Naydonova L., Naydonova L.M, Grygorovska L. The dynamics of geopolitical orientations of the population as a basis for overcoming regional prejudice during the integration of internally displaced persons in Ukraine. *European congress of Psychology*. Amsterdam, 2017.
21. Schweibenz Werner. The Work of Art in the Age of Digital Reproduction. 2018. *Museum International*. 70(1–2):8–21. DOI: 10.1111/muse.12189.

## REFERENCES

1. Andriishyna, S. (2012). Internet-publikatsii yak riznovyd manipuliatsii suspilnoiu svdomistiu. *Mediaprostrir* [in Ukrainian].
2. Vilchynska, I.Yu. (2015). Aktualni formy mediinykh produktiv yak vidobrazhennia suchasnykh tendentsii v ukrainskomu informatsiino-politychnomu prostori. *Visnyk Natsionalnoi akademii kerivnykh kadrov kultury i mystetstv. Politolohiia*. № 2 [in Ukrainian].
3. Horbunova, V.V. (2008). Etychni dylemy u praktytsi psykholohichnoi dopomohy. *Praktychna psykholohiia ta sotsialna robota*. № 8 [in Ukrainian].
4. Davydova, O.V. (2020). Suchasni psykholohichni tekhnolohii v systemi kompetentsii maibutnoho psykholoha. Aktualni pytannia psykholohichnoho zabezpechennia diialnosti Natsionalnoi politsii ta zakladiv vyshchoi osvity MVS Ukrainy: mat-ly II nauk.-prakt. kruhloho stolu (Kyiv, 24 kvit. 2020). Kyiv: NAVS [in Ukrainian].
5. Danylian, O.H., Kalynovskyi, Yu.Iu. (2021). Tekhnolohii manipuliuvannia suspilnoiu svdomistiu u suchasnykh hibrydnykh viinakh: sotsiokulturnyi kontekst. Viiny informatsiinoi epokhy: mizhdystsyplinarnyi diskurs: monohrafiia. Kharkiv: FOP Fedorenko M.Iu. [in Ukrainian].
6. Naidonova, L.A. (red.) (2014). *Mediapsykholohiia: na peretyni informatsiinoho ta osvitnoho prostoriv [kolektyvna monohrafiia]*. Kyiv: Milenium [in Ukrainian].
7. Naidonova, L.A., Voznesenska, O.L. (red.) (2023). *Mediatvorchist v chasy viiny: protystoiannia mediatravmi: materialy V Vseukrainskoi naukovoii internet-konferentsii, 19 chervnia – 23 serpnia 2023 roku*. Kyiv: ISPP NAPN Ukrainy [in Ukrainian].
8. Naidonov, M.I. (2008). *Formuvannia systemy refleksyvnoho upravlinnia v orhanizatsiiakh: monohrafiia*. Kyiv: Milenium [in Ukrainian].
9. Naidonov, M.I., Hryhorovska, L.V. (2016). *Reprezentatyvna refleksiiia i refleksyvna yemnist seredovyshcha spilkuvannia yak mekhanizmy proforiientatsii pry vprovadzheni Natsionalnoi ramky kvalifikatsii. Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii: zbirnyk statei*. Kyiv: Milenium. Vyp. 38 (40) [in Ukrainian].
10. Naidonov, M.I. (2013). *Multymediini tekhnolohii v doslidzhenni hromadskoi dumky. Naukovi studii iz sotsialnoi ta politychnoi psykholohii: zbirnyk statei*. Kyiv: Milenium. Vyp. 32 (35) [in Ukrainian].
11. Naidonov, M.I. (2018). *Hrup-refleksyvnyi pidkhid do systemy nadannia psykholohichnykh posluh z reabilitatsii v konteksti viiny. Psykholohichni nauky: problemy i zdotuky*. Vyp. 2 [in Ukrainian].
12. Naidonov, M.I. (2023). *Konstruktyvna refleksiiia yak potreba opanuvannia nevyznachenosti spotvorenoho viinoiu svitu: bazovi poniattia. Konstruktyvna refleksiiia konfrontatsii i kooperatsii: psykholohichni ryzyky i resursy viiny. Materialy mizhnarodnoi mizhhaluzevoi konferentsii*. Kyiv, IRIS [in Ukrainian].
13. Naidonov, M.I., Naidonova, L.A., Hryhorovska, L.V. (2022). *Psykholohichni problemy vymiriuvannia skhylnosti do vidtvoriuvannia fashyzmu, avtorytaryzmu, totalitaryzmu v suspilstvi: do konstruiuvannia syntetychnoi shkaly (analiz mizhnarodnoho dosvidu). Problemy politychnoi psykholohii*. Vyp. 11 (25) [in Ukrainian].
14. Naidonova, L.A. (2022). *Mediapsykholohiia voiennoho chasu: elektronnyi pidruchnyk dlia vchytelia* [in Ukrainian].
15. Naidonova, L.A. (2013). *Mediapsykholohiia: osnovy refleksyvnoho pidkhodu: pidruchnyk*. Kirovohrad: Imeks-LTD [in Ukrainian].
16. Naidonova, L.A., Naidonov, M.I., Hryhorovska, L.V. (2022). *Mediatravma i symptomy posttravmatychnoho stresovoho rozladu u ditei. Zhurnal suchasnoi psykholohii*. Vyp. 4 [in Ukrainian].
17. *Ukrainski media v umovakh viiny. Pravovi normy ta dosvid*. (2023). Varshava [in Ukrainian, in Polish].
18. Jos de Mul. (2009). *Digital Material. Tracing New Media in Everyday Life and Technology*. Amsterdam University Press.

19. Kingler, Ch. (2021). *The Art of Psychological Warfare Discover How to Defend Yourself from Manipulation and Learn Dark Techniques to Mislead, Intimidate, Demoralise and Influence the Thinking or Behaviour of Your Enemies*. Amazon.
20. Naydomov, M., Naydonova, L., Naydonova, L.M, Grygorovska, L. (2017). The dynamics of geopolitical orientations of the population as a basis for overcoming regional prejudice during the integration of internally displaced persons in Ukraine. *European congress of Psychology*. Amsterdam.
21. Schweibenz, W. (2018). The Work of Art in the Age of Digital Reproduction. *Museum International*.

УДК 159.923.2:303.725.3  
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2024-1-11>

## СТРУКТУРНА МОДЕЛЬ ОРГАНІЗАЦІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ

**Петровська І. Р.**

*доктор психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри психології  
Львівський національний університет імені Івана Франка  
вул. Університетська, 1, Львів, Україна  
[orcid.org/0000-0001-7544-945X](https://orcid.org/0000-0001-7544-945X)  
[Inha.Petrovska@lnu.edu.ua](mailto:Inha.Petrovska@lnu.edu.ua)*

**Партико А. З.**

*аспірант кафедри психології  
Львівський національний університет імені Івана Франка  
вул. Університетська, 1, Львів, Україна  
[orcid.org/0009-0009-8115-9905](https://orcid.org/0009-0009-8115-9905)  
[Andrii.Partyko@lnu.edu.ua](mailto:Andrii.Partyko@lnu.edu.ua)*

**Ключові слова:** ідентичність, організація, структурні компоненти, атрибути, чинники.

Проаналізовано наукові погляди на структурні компоненти організаційної ідентичності особистості. Виявлено розбіжність думок учених стосовно кількості компонентів організаційної ідентичності та їхнього змісту. Показано, що у поглядах окремих авторів спостерігається наближення змісту структурних компонентів до змісту атрибутів та чинників організаційної ідентичності. Зроблено висновок, що структура організаційної ідентичності стосується компонентів (складників) цього конструкту, атрибути – властивостей структурних компонентів, які описуються у термінах ознак чи характеристик відповідних компонентів, а чинники – це те, що прямо чи опосередковано впливає на виникнення та розвиток цих ознак чи характеристик. Попри складність досліджуваного конструкту та розмаїття термінів для його опису, розроблено структурну модель організаційної ідентичності особистості, яка включає когнітивний, афективний, оцінювальний, ціннісний та конативний компоненти. Обґрунтовано, що зміст когнітивного компонента полягає в усвідомленні особистістю своєї належності до організації як її працівника, знання та уявлення щодо організації, її історії, напрямів роботи, норм і цінностей. Афективний компонент відображає емоційне ставлення до свого членства, емоційну прихильність/неприхильність до організації, почуття гордості/сорому за організацію. Змістом оцінювального компонента є оцінювання організації та власної належності до неї у контексті збереження і підвищення власної самооцінки, позитивного образу Я. Ціннісний компонент характеризує суб'єктивну значущість, важливість членства, прийняття/неприйняття організаційних цінностей. Конативний компонент зумовлює організаційну поведінку, готовність індивіда діяти відповідно до інтересів організації, визначає форми діяльності/бездіяльності стосовно організації, які виявляються в активності, залученості або пасивності, байдужості, протистоянні тощо. Запропонована модель вимагає емпіричної верифікації, і висновок про остаточний перелік компонентів можна буде зробити на основі аналізу факторної моделі організаційної ідентичності, отриманої на основі емпіричного дослідження.

## STRUCTURAL MODEL OF ORGANIZATIONAL IDENTITY

**Petrovska I. R.**

*Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor,  
Associate Professor at the Department of Psychology  
Ivan Franko National University of Lviv  
Universytetska str., 1, Lviv, Ukraine  
orcid.org/0000-0001-7544-945X  
Inha.Petrovska@lnu.edu.ua*

**Partyko A. Z.**

*Postgraduate Student at the Department of Psychology  
Ivan Franko National University of Lviv  
Universytetska str., 1, Lviv, Ukraine  
orcid.org/0009-0009-8115-9905  
Andrii.Partyko@lnu.edu.ua*

**Key words:** *cognitive, affective, evaluative, valuable, conative components.*

Different scientific views on the structural components of an individual's organizational identity are analyzed. Disagreement of scientists' opinions regarding the number of components of organizational identity and their content was revealed. It is shown that in the views of individual authors, there is an approximation of the structural components content to the content of attributes and factors of organizational identity. It was concluded that the structure of organizational identity refers to the components (constituents) of this construct, attributes are properties of structural components that are described in terms of signs or characteristics of the corresponding components, and factors are things that directly or indirectly affect the emergence and development of these signs or characteristics. Despite the complexity of the studied construct and the variety of terms for its description, a structural model of the individual organizational identity was developed, which includes cognitive, affective, evaluative, value, and conative components. It is substantiated that the content of the cognitive component consists of the individual's awareness of their belonging to the organization as its employee, knowledge, and ideas about the organization, its history, directions of work, norms, and values. The affective component describes an emotional attitude toward one's membership, emotional attachment/disattachment to the organization, and feelings of pride/shame for the organization. The content of the evaluation component is the evaluation of the organization and one's belonging to it in the context of preserving and increasing one's self-esteem and positive self-image. The value component characterizes the subjective significance, importance of membership, and acceptance/non-acceptance of organizational values. The conative component determines organizational behavior, the readiness of an individual to act in accordance with the interests of the organization, determines the forms of activity/inactivity about the organization, which are manifested in activity, involvement/passivity, indifference, opposition, etc. The proposed model requires empirical verification, and a conclusion about the final list of components can be made based on the analysis of the factor model of organizational identity obtained based on empirical research.

**Постановка проблеми.** Сформована організаційна ідентичність працівників забезпечує успіх та ефективність функціонування будь-якої організації, сприяє підтриманню та збереженню

психічного здоров'я персоналу організацій [4; 14]. У зв'язку з тим, що організаційна ідентичність – це не постійна, загальна категорія, а рухлива, ситуативна і контекстна, яка може бути скон-

струйована, постає питання, з яких компонентів вона утворена.

Погляди на структуру організаційної ідентичності представлені у публікаціях вітчизняних [1–3] та зарубіжних [10–13; 15; 18; 22] учених, присвячених моделюванню цього конструкту. У багатьох дослідженнях зазначається, що це питання потребує подальшого теоретико-методологічного аналізу та емпіричної верифікації.

Аналіз літературних джерел дав змогу окреслити коло проблем: існування різних, іноді суперечливих, поглядів на структуру організаційної ідентичності [2; 6; 11–13; 15; 18; 22]; наявність близьких за змістом понять, які автори відносять до структурних компонентів [11; 12; 15], прирівнювання атрибутів організаційної ідентичності до її структурних компонентів [10; 15; 18]. Зазначене вище вказує на актуальність та своєчасність розробки структурної моделі організаційної ідентичності.

**Метою статті** є обґрунтування структурної моделі організаційної ідентичності особистості.

**Результати дослідження.** Одним із ранніх поглядів на структурні компоненти організаційної ідентичності вважається модель асиміляції – приналежності – лояльності М. Патчена, у якій описано три складники організаційної ідентичності: *асиміляція* – взаємність у сприйнятті спільних цілей та інтересів між членами організації; *приналежність* – високий рівень зв'язку Я-образу працівників з образом організації, сприйняття себе як частини групи; *лояльність* – підтримка працівників і захист організації [18]. На наш погляд, ці складники за своїм змістом свідчать радше про атрибути (ознаки) організаційної ідентичності, а не структурні компоненти. Зокрема, асиміляцію та приналежність, на нашу думку, можна вважати ознаками когнітивної, а лояльність – афективної складової частини організаційної ідентичності. Спостерігається і протилежна тенденція. Так, Д. Холл, В. Шнайдер та Х. Нігрэн ціннісний та афективний структурні компоненти організаційної ідентичності трактують як її ознаки, а саме як організаційні цінності та емоційну прихильність до установи [10].

З появою концепцій соціальної ідентичності Г. Теджфела [19] та самокатегоризації Дж. Тернера [20], а також моделі «Політична основа для організаційних прав та обов'язків» Дж. Грема [9] у 80–90-х роках ХХ ст. з'явилися підстави для більш обґрунтованого виокремлення структури організаційної ідентичності. З позиції вчених, соціальна ідентичність – це частина Я-концепції, що виникає з усвідомлення свого членства у соціальній групі разом з ціннісним і емоційним значенням, що надається цьому членству [19], а самокатегоризація – це процес самовизначення як

члена певної соціальної категорії [20]. Основним мотивом ідентифікації з групою є потреба в позитивній самооцінці або самовдосконаленні; основним мотивом для самокатегоризації є потреба зменшити невизначеність. Відповідно до такого підходу автори виділяють три компоненти соціальної ідентичності як результату ідентифікації: *когнітивний* – усвідомлення приналежності до групи, *оцінювальний* – цінність приналежності до групи, *афективний* – емоційне оцінювання приналежності до групи [19; 20].

Модель «Політична основа для організаційних прав та обов'язків» описує, як працівники сприймають організаційну справедливість з трьох позицій: громадянської (матеріальна винагорода за працю тим, хто на це заслуговує), соціальної (справедливе ставлення до рекрутингу працівників, розподілу обов'язків та оцінювання) та політичної (право працівників брати участь у процесі прийняття організаційних рішень) [9]. У майбутньому ці ідеї зазнали творчого переосмислення і на початку ХХІ ст. дали змогу уточнити складники організаційної ідентичності.

На цьому шляху, однак, виникла проблема, пов'язана з появою наприкінці ХХ ст. багатьох споріднених до організаційної ідентичності понять. Для її вирішення варто звернутись до праць Б. Ешфорта і Ф. Мейла, які одними з перших запропонували розглядати організаційну ідентичність у контексті соціальної ідентичності та визначили її як конструкт, утворений у результаті сприйняття єдності з організацією або власної приналежності до неї. У результаті працівники персоналізують успіхи та невдачі організації, до якої належать. Це дало змогу відмежувати таке поняття від організаційної відданості та організаційної інтерналізації, а також виокремити три структурні компоненти організаційної ідентичності: *когнітивний* – систему знань про організацію, *афективний* – емоційну прихильність до групи та *ціннісний* – цінність приналежності до організації [6].

Згодом Дж. Джексон та Р. Дік з колегами звернули увагу на такі чотири складники організаційної ідентичності: *когнітивний* як систему знань про організацію; *афективний* як емоційну прихильність до групи; *оцінювальний* як позитивну оцінку організації з боку працівника; та *конативний* як актуальну поведінку працівника [13; 22].

Для опису структури організаційної ідентичності все частіше використовують споріднені поняття. Так, Г. Гарріс і Дж. Камерон організаційну ідентичність розглядають як багатовимірний конструкт, до якого входять *когнітивна централізація* як місце організації у структурі Я-концепції працівника, *внутрішньогрупові зв'язки* як усвідомлення подібності з іншими членами групи та

емоційна валентність як суб'єктивна оцінка працівником особистого емоційного досвіду під час роботи в організації [11].

Подібну тенденцію спостерігаємо і у п'ятифакторній ієрархічній моделі внутрішньогрупової ідентифікації [15], яка може поглибити розуміння не стільки структури, скільки чинників окремих складників організаційної ідентичності. Модель включає п'ять компонентів: індивідуальну стереотипність, внутрішньогрупову ідентичність, солідарність, задоволення та центральність. *Індивідуальну стереотипізацію* як уподібнення працівником себе до групового прототипу і *внутрішньогрупову ідентичність* як ступінь внутрішньої однорідності групи і неподібності до інших груп К. Ліч з колегами віднесли до компонентів, які описують самовизначення працівників на рівні групи. *Солідарність* як єднання з іншими на основі психологічної прихильності до членів групи, *задоволення* як позитивну оцінку сумісної діяльності та *центральність* як важливість членства в групі автори об'єднали поняттям самоінвестування на рівні групи [15]. Аналіз змісту цих понять викликає сумніви щодо доцільності вважати їх структурними компонентами організаційної ідентичності. Отож, незважаючи на те, що модель, розроблена К. Ліч з колегами [15], присвячена структурі цього концепту, як і у випадку з моделлю М. Патчена [18], автори не проводять чіткої межі між структурними компонентами та іншими спорідненими поняттями.

В організаційному середовищі постійно відбуваються зміни. Тому структуру організаційної ідентичності доцільно розглядати з позицій сталості/гнучкості. Саме таке конструктивне поєднання на перший погляд суперечливих тенденцій може забезпечити організації найбільшу стратегічну перевагу над конкурентами. У розглянутих вище підходах акцент зроблено на статичності структури організаційної ідентичності. З огляду на динамічність організаційного середовища заслуговують на увагу моделі, у яких автори взяли до уваги динамічні зміни організації.

М. Хетч і М. Шульц у моделі динаміки організаційної ідентичності розглядають взаємодію двох її компонентів: внутрішнього (організаційна культура) та зовнішнього (організаційний імідж). *Організаційна культура* передбачає цінності, переконання та норми, що надають працівникам сенс свого перебування в організації, сприяють самовизначенню і дають відповідь на питання «Хто ми?». *Організаційний імідж* – сприйняття зовнішнього бачення організації, що поділяються зацікавленими особами, хто не входить до її складу, і дають відповідь на питання: «Якими нас бачать інші?». На думку авторів, такий підхід до структури забезпечує комплексне бачення організаційної ідентичності [12].

Змістовний опис структури організаційної ідентичності запропонувала О. Фролова [2]. У контексті структурно-функціональної моделі такий конструкт включає такі складники, як: когнітивний, афективно-мотиваційний та конативний. *Когнітивний* складник передбачає знання працівника про історію організації, напрями роботи та стратегію розвитку, цінності, норми і правила професійної поведінки. *Афективно-мотиваційний* складник ідентичності включає певне емоційне ставлення до власної організації і схильність до позитивного чи негативного оцінювання подій, що відбуваються в організації. Це формує готовність працівника до виконання своїх обов'язків. *Конативний* компонент – це практичне втілення організаційних цінностей, норм і правил поведінки, їхня інтерналізація у мотиваційну структуру особистості. Цей складник забезпечує готовність працівника чесно, упевнено і самостійно діяти в інтересах організації. О. Фролова пропонує розглядати когнітивний, афективно-мотиваційний та конативний складники організаційної ідентичності як біполярні континууми, які містять позитивну та негативну модальність [2; 3].

Основні структурні компоненти організаційної ідентичності та близькі за змістом поняття, які вчені схильні також трактувати як компоненти, подано у табл. 1.

З наведеного вище аналізу випливає, що погляди вчених стосовно кількості та змісту компонентів організаційної ідентичності відрізняються, описується різна кількість складників, близькі за змістом поняття відносять до компонентів, трапляється відсутність розмежування між структурою та іншими характеристиками організаційної ідентичності, наприклад, атрибутами, чинниками тощо.

Для визначення доцільності трактування виокремлених понять як структурних компонентів організаційної ідентичності проаналізуємо змістове наповнення кожного із них. Емпірично доведеними вважаються три структурні компоненти організаційної ідентичності: когнітивний, афективний та оцінювальний [13].

*Когнітивний компонент* згідно з теорією соціальної ідентичності Г. Теджфела [19] передбачає усвідомлення приналежності індивіда до групи. Якщо йдеться про когнітивний компонент організаційної ідентичності, то він розуміється також як система знань працівників про свою організацію, наприклад, її історію, напрями роботи, стратегію розвитку, цінності, норми тощо [2; 6; 13; 22]. Згодом у науковій літературі з'явилися поняття, які розширили та поглибили розуміння когнітивного компонента. Вважаємо, що організаційний імідж, який у моделі М. Хетча і М. Шульца [12] фігурує як зовнішній компонент організаційної іден-

Таблиця 1

## Основні структурні компоненти організаційної ідентичності та близькі за змістом поняття

№	Основні структурні компоненти	Близькі за змістом поняття
1	Когнітивний компонент ( <i>Ashforth &amp; Mael, 1996; Jackson, 2002; van Dick et al., 2004; Фролова, 2014</i> )	Когнітивна централізація ( <i>Harris &amp; Cameron, 2005</i> ) Приналежність ( <i>Patchen, 1970</i> ) Внутрішньогрупові зв'язки ( <i>Harris &amp; Cameron, 2005</i> ) Індивідуальна стереотипізація ( <i>Leach et al., 2008</i> ) Внутрішньогрупова ідентичність ( <i>Leach et al., 2008</i> ) Асиміляція ( <i>Patchen, 1970</i> ) Організаційний імідж ( <i>Hatch &amp; Schultz, 2002</i> )
2	Афективний компонент ( <i>Ashforth &amp; Mael, 1996; Jackson, 2002; van Dick, 2004</i> )	Афективно-мотиваційний компонент ( <i>Фролова, 2014</i> ) Емоційна валентність ( <i>Harris &amp; Cameron, 2005</i> ) Задоволення ( <i>Leach et al., 2008</i> ) Солідарність ( <i>Leach et al., 2008</i> )
3	Оцінювальний компонент ( <i>Jackson, 2002; van Dick et al., 2004</i> )	
4	Ціннісний компонент ( <i>Ashforth &amp; Mael, 1996</i> )	Організаційна культура ( <i>Hatch &amp; Schultz, 2002</i> ) Центральність ( <i>Leach et al., 2008</i> )
5	Конативний компонент ( <i>Jackson, 2002; van Dick et al., 2004; Фролова, 2014</i> )	

тичності, доцільно трактувати як фактор впливу на становлення когнітивного компонента. Зовнішній престиж організації лише сприятиме зростанню організаційної ідентичності працівників. Варто зазначити, що відповідальність за організаційний імідж та стратегічні напрями організації лежить здебільшого на членах команди вищого керівництва, які мають дбати, на думку Е. Готье, Д. Моріе та К. Фурбул, зокрема, і про оптимальне використання раціональних, емоційних та духовних принципів управління задля забезпечення унікальності та сенсу дій компанії [8].

Якщо розглядати організаційну ідентичність особистості, то логічно припустити, що інтерналізовані знання про організацію мають посісти своє місце у структурі Я-концепції особистості. Саме про це свідчать когнітивна централізація, яка полягає у визначенні місця організації у структурі Я-концепції [11] та приналежність як інтеграція образу організації і Я-образу працівника [18]. У цих поняттях охоплені різні аспекти усвідомлення людиною свого Я у контексті організації, а саме: що я знаю про свою організацію, що про неї знають інші, яке місце ці знання посідають у структурі Я-концепції і яку роль вони можуть відіграти у наближенні особистісної ідентичності до організаційної.

Єднання з організацією пов'язано з єднанням з іншими працівниками. Це забезпечується усвідомленням своєї подібності до інших працівників, уподібненням себе до групового прототипу і

єднання з іншими членами групи, взаємність між членами організації у сприйнятті її стратегічних цілей, що у науковій літературі відповідно представлено як внутрішньогрупові зв'язки [11], індивідуальна стереотипізація і внутрішньогрупова ідентичність [15] та асиміляція [18]. Ці поняття автори відносять до структури організаційної ідентичності, проте, з нашої точки зору, це радше чинники становлення когнітивного компонента, а не самі ці компоненти.

У теорії соціальної ідентичності Г. Теджфела [19] афективний компонент трактується як емоційна оцінка приналежності особи до групи. Як складник організаційної ідентичності вона може виражатися як емоційна прихильність працівника до організації [6; 13; 22]. Близьке трактування запропонувала О. Фролова, доповнивши емоційне ставлення до власної організації позитивною/негативною оцінкою подій, що відбуваються в організації, з метою формування у працівників готовності до виконання своїх обов'язків. Запропонований авторкою компонент отримав назву афективно-мотиваційного складника, однак по факту включив три складники: афективний, оцінювальний та мотиваційний.

Близькими поняттями, які у наукових дослідженнях фігурують як структурні компоненти, є емоційна валентність [11] та задоволення і солідарність [15]. Йдеться про рефлексії працівників щодо емоційного досвіду, здобутого під час роботи в організації [11] і позитивні емоції від

сумісної роботи, психологічна прихильність до інших співробітників, що свідчить про емоційне оцінювання подій, що відбуваються в організації, ділових і особистих стосунків під час роботи [15]. З нашої точки зору, це радше чинники афективного компонента, а не самі компоненти.

Стосовно третього емпірично обґрунтованого компонента організаційної ідентичності – *оцінювального* – точаться дискусії. На думку Г. Теджфела, оцінювальний компонент як цінність приналежності до групи доцільно включити до ціннісного, бо вони подібні за змістом [19]. Дж. Джексон і Р. Дік з колегами оцінювальний компонент трактують як оцінювання і самої організації з боку працівника, і факту свого членства в організації [13; 22].

Заслуговує на увагу погляд Б. Ешфорта: оцінка ситуації завжди призводить до появи певних емоцій, і тому оцінювальний компонент не існує поза афективним [5]. Тісний зв'язок між цими двома компонентами продемонстрований у дослідженні А. Озилмаз і С. Коч [17]. Виявлено, що ті працівники громадських та бізнес-організацій та їх безпосередні керівники, які оцінюють свої організації як такі, яким можна довіряти, мають більшу емоційну прихильність до них і виявляють у роботі вищу креативність [17]. З тісного взаємозв'язку між оцінювальним та афективним компонентами, однак, не випливає висновок про їхню тотожність. Отже, вважаємо за доцільне розглядати їх як окремі структурні компоненти організаційної ідентичності.

Вважаємо, що для сформованої організаційної ідентичності важливо, щоб працівники мали не лише певне емоційне ставлення до організації, що передбачає афективний компонент, але й були здатні до неупередженої оцінки подій, що відбуваються в організації. Система знань працівника про організацію (когнітивний компонент) не має зливатися з емоційним ставленням до організації (афективний компонент), бо це може призвести до так званих «емоційних рішень». Здатність під час оцінки організації розмежовувати об'єктивні факти та їхню суб'єктивну інтерпретацію і в результаті тверезо судити про свою організацію становить зміст оцінювального компонента.

Стосовно ціннісного та конативного (поведінкового) компонентів ще не накопичено достатньої доказової бази, проте теоретичні дослідження однозначно свідчать про доцільність їхнього виокремлення. *Ціннісний компонент* описується як цінність приналежності працівника до організації [6]. М. Хетч і М. Шульц доповнили зміст цього компонента, наголосивши на важливості переконань та норм поведінки, завдяки яким працівники самовизначаються в організації і в них з'являється сенс перебування в установі. Автори

описали його як внутрішній компонент організаційної ідентичності і назвали організаційною культурою [12]. Назву вважаємо вдалою, адже культура передбачає сукупність як матеріальних, так і духовних цінностей, створених людством, а у нашому випадку – працівниками організації. Проте традиційно за змістом цей компонент відносять до ціннісного.

Сучасні дослідження розширюють зміст цього компонента. Так, К. Манзі та її колеги слушно звернули увагу на доцільність вивчення відповідності між індивідуальними потребами особистості та потребами організації. Результати показали, що із шести чинників, які, на думку авторів, визначають ціннісний компонент організаційної ідентичності працівників телекомунікаційних компаній віком до 35 років (самооцінка, приналежність, відмінність, значення, безперервність та ефективність), пріоритетною виявилась потреба в ефективності. Саме ця потреба мала прямий вплив на ідентифікацію з компанією та наміри продовжити працювати у ній [16].

Близьким до ціннісного компонента є поняття центральності, яке К. Ліч з колегами пропонують розглядати як одну з п'яти складових частин структури організаційної ідентичності і як прояв самоінвестування на рівні групи [15]. За своїм змістом центральність полягає в усвідомленні працівниками важливості свого членства в організації, тому є якісною характеристикою ціннісного компонента.

*Конативний компонент* полягає в актуальній поведінці працівників щодо практичного втілення організаційних цінностей, норм і правил поведінки [2; 3; 13; 22]. Він характеризує когнітивний, афективний, оцінювальний та ціннісний компоненти у конкретних поведінкових актах людини, тому являє собою інтегральний підсумок усіх попередніх компонентів, який виявляється в актуальних діях працівників. Мабуть, це найскладніший для об'єктивного дослідження складник організаційної ідентичності. Її вивчення має практичне значення для політики управління людськими ресурсами. Так, Ф. Урбіні та ін. пропонують фахівцям з кадрової політики Італії запровадити заходи з метою підвищення задоволеності роботою працівників та їхньої ідентифікації з організацією. За даними авторів публікації, це сприятиме зростанню позитивної організаційної поведінки [21].

Один з аспектів конативного компонента пов'язаний з плинністю кадрів в організації. Дослідження Н. Гаана та Ю. Шина охопило 10 великих індійських компаній. Дослідники виявили позитивний вплив резонансного лідерства на самоєфективність та організаційну ідентичність професіоналів програмного забезпечення покоління Z



(Gen-Z), що у кінцевому результаті сприяло підвищенню продуктивності та зменшенню намірів змінити місце праці [7].

Важливо також наголосити, що одна з центральних проблем сучасного організаційного середовища пов'язана з психічним здоров'ям працівників. Як зазначає Л. Карамушка, психічне здоров'я персоналу організацій «має прямий вплив на ефективність професійної діяльності персоналу, задоволення його потреб, сприяє успішності діяльності організації» [4, с. 125], виявляється у здатності працювати на користь своєї організації. Дослідження К. Кіма та його колег майже тисячі співробітників різних організацій показали, що на психічному здоров'ї персоналу позначаються сприйняття ними своїх прав, можливостей та обов'язків. За умови високопродуктивної роботи думка працівників про те, що їхні права і можливості в організації розширились, позитивно позначилась на психічному здоров'ї; якщо ж у них виникало переконання, що їхні робочі ролі перевантажені, ефект був протилежним – стан психічного здоров'я погіршувався [14].

Узагальнюючи сказане вище, структурна модель організаційної ідентичності особистості має п'ять компонентів: **когнітивний** (усвідомлення своєї належності до організації як її працівника; знання та уявлення щодо організації, її історії, напрямів роботи, норм і цінностей тощо), **афективний** (емоційне ставлення до свого членства, емоційна прихильність/неприхильність до організації, почуття гордості/сорому за організацію тощо), **оцінювальний** (оцінювання організації та власної належності до неї у контексті збереження і підвищення власної самооцінки, позитивного образу Я); **ціннісний** (суб'єктивна значущість, важливість членства; прийняття/неприйняття організаційних цінностей), **конативний** (зумовлює організаційну поведінку, готовність індивіда діяти відповідно до інтересів організації, визначає форми діяльності/бездіяль-

ності стосовно організації – активність, залученість або пасивність, байдужість, протистояння тощо).

**Висновки.** Аналіз літературних джерел дозволяє дійти висновку, що немає єдності думок не лише стосовно кількості компонентів організаційної ідентичності, але й їхнього змісту. Незважаючи на складність досліджуваного конструкту та розмаїття термінів для його опису, розроблено структурну модель організаційної ідентичності особистості, яка включає когнітивний, афективний, оцінювальний, ціннісний та конативний компоненти. Безперечно, запропонована модель вимагає емпіричної верифікації, і висновок про остаточний перелік компонентів можна буде зробити на основі аналізу факторної моделі організаційної ідентичності, отриманої на основі емпіричного дослідження.

У поглядах окремих авторів спостерігається наближення змісту структурних компонентів до змісту атрибутів та чинників організаційної ідентичності. Проведений теоретичний огляд дозволив зробити такий висновок: структура організаційної ідентичності стосується компонентів (складників) цього конструкту, атрибути – це властивості структурних компонентів, які описуються у термінах ознак чи характеристик відповідних компонентів, а чинники – це те, що прямо чи опосередковано впливає на виникнення та розвиток цих ознак чи характеристик.

Проаналізовані у статті поняття, які близькі за змістом до основних структурних компонентів, як ось когнітивна централізація, індивідуальна стереотипізація, емоційна валентність, центральність та інші, доцільно розглядати або як атрибути, або чинники структурних компонентів організаційної ідентичності.

Перспективи подальших досліджень полягають у емпіричній верифікації запропонованої структурної моделі організаційної ідентичності та виявленні чинників формування кожного її компонента.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Лаптева Н.Л. Структурні компоненти організаційної ідентичності професіонала: теоретичні аспекти. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2018. № 2(69). С. 23–27.
2. Фролова О.В. Структурно-функціональна модель конструкту організаційної ідентичності особистості. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2014. Вип. 121(2). С. 188–192.
3. Фролова О.В. Феномен організаційної ідентичності: поняття, структура та засади формування. *Психологічні перспективи*. 2013. Вип. 21. С. 248–257.
4. Карамушка Л. Психічне здоров'я персоналу організацій в умовах війни: основні вияви та ресурси. *Вчені записки Університету «КРОК»*. 2022. № 3(67). С. 124–133.
5. Ashforth B.E., Harrison S.H., Corley K.G. Identification in organizations: An examination of four fundamental questions. *Journal of Management*. 2008. Vol. 34. P. 325–374.
6. Ashforth B.E., Mael F. Organizational identity and strategy as a context for the individual. / In J.A.C. Baum, J.E. Dutton (Eds.). *Advances in strategic management*. 1996. Vol. 13. P. 17–62.

7. Gaan N., Shin Y. Generation Z software employees turnover intention. *Current Psychology*. 2023. Vol. 42. P. 27344–27359.
8. Gautier É., Moriez D.C., Fourboul C.V. Clarifying organizational identity: The work of spirituality and the role of the consultant. *Revue de gestion des ressources humaines*. 2022. Vol. 126. No. 4. P. 41–54.
9. Graham J.W. An essay on organizational citizenship behavior. *Employee Responsibilities and Rights Journal*. 1991. No. 4(4). P. 249–270.
10. Hall D.T., Schneider B., Nygren H.T. Personal factors in organizational identification. *Administrative Science Quarterly*. 1970. No. 15(2). P. 176–190.
11. Harris G.E., Cameron J.E. Multiple dimensions of organizational identification and commitment as predictors of turnover intentions and psychological well-being. *Canadian Journal of Behavioural Science*. 2005. Vol. 37. P. 159–169.
12. Hatch M.J., Schultz M. The dynamics of organizational identity. *Human Relations*. 2002. No. 55(8). P. 989–1018.
13. Jackson J.W. Intergroup attitudes as a function of different dimensions of group identification and perceived intergroup conflict. *Self and identity*. 2002. No. 1(2). P. 11–33.
14. Kim K.Y., Messersmith J.G., Pieper J.R., Baik K., Fu S. High performance work systems and employee mental health: The roles of psychological empowerment, work role overload, and organizational identification. *Human Resource Management*. 2023. Vol. 62(6). P. 791–810.
15. Leach C.W., van Zomeren M., Zebel S., Vliek M.L.W., Pennekamp S.F. Group-level self-definition and self-investment: A hierarchical (multicomponent) model of in-group identification. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2008. Vol. 95. No. 1. P. 144–165.
16. Manzi C., Gorli M., Reverberi E., Crapolicchio E., Regalia C., Valenzisi P. What drives young workers? Person-organization fit-in identity motive – A mixed-method study. *Journal of Community & Applied Social Psychology*. 2023. Vol. 33. P. 1–15.
17. Ozyilmaz A., Koc S. Personal identity: How it moderates the relation between social identity and workplace performance. *Journal of Management & Organization*. 2022. First View. P. 1–28.
18. Patchen M. Participation, achievement, and involvement on the job. Englewood Cliffs, NJ : Prentice Hall, 1970. 285 p.
19. Tajfel H., Turner J. The social identity theory of intergroup behavior. / In S. Worchel, W. Austin (Eds.). *Psychology of intergroup relations*. Nelson-Hall Chicago, IL : Nelson-Hall, 1986. P. 7–24.
20. Turner J., Oakes P., Haslam S., McGarty C. Self and collective: Cognition and social context. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1994. No. 20. P. 454–463.
21. Urbini F., Chirumbolo A., Caracuzzo E., Callea A. Job satisfaction and OCBs: what's new? The mediating role of organizational identification. *International Journal of Organizational Analysis*. 2023. Vol. 31. No. 5. P. 1748–1762.
22. van Dick R., Wagner U., Stellmacher J., Christ O. The utility of a broader conceptualization of organizational identification: Which aspects really matter? *Journal of Occupational and Organizational Psychology*. 2004. No. 77(2). P. 171–191.

## REFERENCES

1. Lapyteva, N.L. (2018). Strukturni komponenty orhanizatsiynoyi identychnosti profesionala: teoretychni aspekty [Structural components of the professional's organizational identity: theoretical aspects]. *Osvita ta rozvytok obdarovanoyi osobystosti*, 2(69), 23–27 [in Ukrainian].
2. Frolova, O.V. (2014). Strukturno-funktsional'na model' konstruktivno orhanizatsiynoyi identychnosti osobystosti [The structural and functional model of the construct for the personality's organizational identity]. *Visnyk Chernihiv's'koho natsional'noho pedahohichnoho universytetu. Seriya: Psykholohichni nauky*, 121(2), 188–192 [in Ukrainian].
3. Frolova, O.V. (2013). Fenomen orhanizatsiynoyi identychnosti: ponyattya, struktura ta zasady formuvannya [Phenomen of organizational identity: concept, structure and forming principles]. *Psykholohichni perspektyvy*, 21, 248–257 [in Ukrainian].
4. Karamushka, L. (2022). Psykhichne zdorovya personalu orhanizatsiy v umovakh viyny: osnovni vyyavy ta resursy [Mental health of personnel of organizations in war conditions: main manifestations and resources]. *Vcheni zapysky Universytetu «KROK»*, 3(67), 124–133 [in Ukrainian].
5. Ashforth, B.E., Harrison, S.H., Corley, K.G. (2008). Identification in organizations: An examination of four fundamental questions. *Journal of Management*, 34, 325–374.
6. Ashforth, B.E., Mael, F. (1996). Organizational identity and strategy as a context for the individual. In J.A.C. Baum, J.E. Dutton (Eds.). *Advances in strategic management*, 13, 17–62.

7. Gaan, N., Shin, Y. (2023). Generation Z software employees turnover intention. *Current Psychology*, 42, 27344–27359.
8. Gautier, É., Moriez, D., Fourboul, C. (2022). Clarifying organizational identity: The work of spirituality and the role of the consultant. *Revue de gestion des ressources humaines*, 126(4), 41–54.
9. Graham, J.W. (1991). An Essay on Organizational Citizenship Behavior. *Employee Responsibilities and Rights Journal*, 4(4), 249–270.
10. Hall, D.T., Schneider, B., Nygren, H.T. (1970). Personal Factors in Organizational Identification. *Administrative Science Quarterly*, 15(2), 176–190.
11. Harris, G.E., Cameron, J.E. (2005). Multiple dimensions of organizational identification and commitment as predictors of turnover intentions and psychological well-being. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 37, 159–169.
12. Hatch, M.J., Schultz, M. (2002). The dynamics of organizational identity. *Human Relations*, 55(8), 989–1018.
13. Jackson, J.W. (2002). Intergroup attitudes as a function of different dimensions of group identification and perceived intergroup conflict. *Self and identity*, 1(1), 11–33.
14. Kim, K.Y., Messersmith, J.G., Pieper, J.R., Baik, K., Fu, S. (2023). High performance work systems and employee mental health: The roles of psychological empowerment, work role overload, and organizational identification. *Human Resource Management*, 62(6), 791–810.
15. Leach, C.W., van Zomeren, M., Zebel, S., Vliek, M.L.W., Pennekamp, S.F. (2008). Group-level self-definition and self-investment: A hierarchical (multicomponent) model of in-group identification. *Journal of Personality and Social Psychology*, 95(1), 144–165.
16. Manzi, C., Gorli, M., Reverberi, E., Crapolicchio, E., Regalia, C., Valenzisi, P. (2023). What drives young workers? Person-organization fit-in identity motive – A mixed-method study. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 33, 1–15.
17. Ozyilmaz, A., Koc, S. (2022). Personal identity: How it moderates the relation between social identity and workplace performance. *Journal of Management & Organization*, First View, 1–28.
18. Patchen, M. (1970). *Participation, achievement, and involvement on the job*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
19. Tajfel, H., Turner, J. (1986). *The social identity theory of intergroup behavior*. In S. Worchel, W. Austin (Eds.). *Psychology of intergroup relations*. Nelson-Hall Chicago, IL: Nelson-Hall, 7–24.
20. Turner, J., Oakes, P., Haslam, S., McGarty, C. (1994). Self and collective: Cognition and social context. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 20, 454–463.
21. Urbini, F., Chirumbolo, A., Caracuzzo, E., Callea, A. (2023). Job satisfaction and OCBs: what's new? The mediating role of organizational identification. *International Journal of Organizational Analysis*, 31(5), 1748–1762.
22. van Dick, R., Wagner, U., Stellmacher, J., Christ, O. (2004). The utility of a broader conceptualization of organizational identification: Which aspects really matter? *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 77(2), 171–191.

## ВПЛИВ ВІЙСЬКОВОЇ АГРЕСІЇ НА БАЗОВІ ПРИПУЩЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

**Чайка Г. В.**

*кандидат психологічних наук,  
старший науковий співробітник лабораторії психології особистості  
Інститут психології імені Г. С. Костюка  
Національної академії педагогічних наук України  
вул. Паньківська, 2, Київ, Україна  
[orcid.org/0000-0001-7799-1314](https://orcid.org/0000-0001-7799-1314)  
[Chaika\\_g@hotmail.com](mailto:Chaika_g@hotmail.com)*

**Ключові слова:** *довіра, базові припущення, військова агресія.*

У статті вивчався стан базових припущень громадян України через більше ніж рік після початку війни з боку Росії і порівнювався з нормативними довоєнними показниками. Базові припущення вивчалися за методикою Р. Янов-Бульман, що вимірює такі вихідні показники, як: доброта світу, доброта людей, справедливість світу, контрольованість світу, випадковість у світі, цінність Я, самоконтроль, удача. Ці показники об'єднуються у три узагальнені індикатори: загальна доброта, загальна осмисленість, власна цінність, що відповідають трьом категоріям базових припущень, як вони розуміються Р. Янов-Бульман. Опитування проводилося у травні–червні 2023 року, тобто більше ніж рік від початку військової агресії. Усі показники, що описують базові припущення особистості, за винятком показника «випадковість у світі», за результатами нашого опитування виявилися суттєво нижчими порівняно з нормативними значеннями і навіть нижчими за більшістю показників порівняно з результатами, показаними студентами з інвалідизацією, які навчалися в інклюзивному середовищі до початку війни і які мали певне зниження показників базових припущень порівняно із нормою. Не було виявлено розбіжностей за результатами між жінками та чоловіками, а кореляція із віком виявилася дуже слабкою. Іншими словами, війна негативно позначається на всіх жителях країни. Посилення міри впливу війни на життя людини посилює і зневіру людини у світ, його доброту і справедливість і власну вдачу. Війна відчувається як повна несправедливість і остаточна невдача, з якою нічого не можна зробити і ніяк не можна виправити. Найменше похитнувся показник «цінність Я», тобто війна сприймається як щось зовнішнє стосовно самої людини, і саме у цьому моменті ми бачимо можливість для переборення травматичних подій особистісного життя, відновлення довіри на початку до власних сил, а потім і до світу навкруги. Шлях до побудови нових узгоджених і позитивних базових припущень має йти через загальне особистісне відновлення після гострих травматичних подій або під дією хронічних стресових факторів. Саме в цьому ми вбачаємо перспективу для нашого подальшого дослідження.

## THE INFLUENCE OF MILITARY AGGRESSION ON AN INDIVIDUAL'S FUNDAMENTAL ASSUMPTIONS

**Chaika G. V.**

*Candidate of Psychological Sciences,  
Senior Researcher of the Laboratory of Personality Psychology  
G. S. Kostiuk Institute of Psychology  
of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine  
Pankivska str., 2, Kyiv, Ukraine  
orcid.org/0000-0001-7799-1314  
Chaika\_g@hotmail.com*

**Key words:** *trust, basic assumptions, military aggression.*

The article studies the state of Ukrainian citizens' fundamental assumptions more than a year after the start of the Russia war against Ukraine and compares them with normative pre-war indicators. The fundamental assumptions were studied according to the R. Janoff-Bulman method, which measures the following initial indicators: benevolence of the world, benevolence of people, justice of the world, controllability of the world, randomness in the world, worthiness of Self, self-controllability, luck. These indicators are combined into three generalized indicators: general benevolence, general meaningfulness, self-worth, which correspond to three categories of fundamental assumptions, as they understood by R. Janoff-Bulman. The survey was conducted in May–June 2023, that is, more than a year after the start of the military aggression. According to the obtained data, all indicators describing an individual's fundamental assumptions, except the “randomness in the world” indicator were significantly lower in comparison with normative values, and even lower for most indicators in comparison with the results shown by disabled students studied in an inclusive environment before the war and who had certainly decreased indicators of the fundamental assumptions in comparison with the norm. No differences were found between women and men, and the correlation with age was very weak. In other words, the war has a negative effect on all residents of the country. The higher was the war influence on an individual's life, the worse was disbelief in the world, its benevolence and justice, and Self. War is felt as a complete injustice and a final failure, about which nothing can be done and it can be corrected in no way. The least shaken was self-worth indicator, that is, the war was perceived as something external to a person him/herself, and it is the moment where we can see an opportunity to overcome traumatic events in personal life, to restore trust, first in one's own strength, and then in the world around.

The path to building new coherent and positive fundamental assumptions should be through general personal recovery after acute traumatic events or under the influence of chronic stressors. Here, we see a perspective for our further research.

**Постановка проблеми.** Військова агресія Росії проти України, повномасштабна війна, що триває вже майже два роки, суттєво погіршує психологічне здоров'я українців. На думку Т.М. Титаренко [1], негативні наслідки травмування проявляються на різних рівнях буття: на соціально-психологічному рівні як знижене бажання до співробітництва, нездатність співпереживати, недовіра до світу; на ціннісно-смісловому рівні як втрата здатності до пошуку нових життєвих перспек-

тив, погіршення осмислення досвіду, зниження можливості отримувати задоволення від повсякдення; на індивідуально-психологічному рівні як переживання розщепленості, деструктивні зміни ідентичності, зменшення потреби у самореалізації, зниження адаптивних здібностей. М.Г. Ткалич [2] вказує, що психоемоційні стани мешканців України тяжіють до негативного полюса; планування життя (горизонт планування) звужено у більшості респондентів, майже половина планує

своє життя або на дуже обмежений період, або не планує взагалі. У цій статті ми звернемося до одного аспекту цієї широкої проблеми, а саме зниження довіри, довіри до світу, інших людей, себе.

Довіра до світу, інших людей, себе – це особистісна характеристика, що включає позитивне ставлення до себе та оточення та оптимістичне очікування щодо результатів взаємодії з оточенням. Як зазначає І.В. Агапченко [3], довіра тісно пов'язана з психологічним здоров'ям особистості, виступаючи як умова психологічного благополуччя, набуття людиною своєї цілісності, можливості саморозвитку, самореалізації та успішної діяльності. Довіра до себе пов'язана з автономністю людини, а довіра до інших – з умінням бути відкритим собі, своєму досвіду і навколишньому світу. На думку О.В. Савченко та ін. [4], довіра є одним із чинників, які сприяють перебігу міжособистісної взаємодії, швидкому аналізу суперечливої інформації, нормалізації емоційного стану в умовах нестачі часу та психологічних ресурсів. Люди з базисною довірою до світу, попри те, що в дорослому віці стикаються з проявами підступності та обману, все ж зберігають позитивне світосприйняття і здатні насолоджуватися життям. Е. Еріксон [5, с. 35] розглядає феномен довіри до себе і до світу як базову установку особистості. На його думку, на різних етапах вікового розвитку людини довіра і недовіра можуть посилюватися або слабшати залежно від особистого досвіду, соціального оточення, вікових особливостей, але фундаментальне, центральне ставлення довіри і недовіри до себе і світу формується на першому році життя, в дитинстві.

Р. Янов-Бульман [6] розглядає довіру як низку базових переконань, що складаються у систему і належать до однієї з трьох категорій. Категорія «доброзичливість світу» – це опис особистістю навколишнього світу та людей як добрих або ні. «Усвідомленість світу» описує схильність особистості оцінювати власні дії та їх результати, а також події власного життя за такими трьома принципами, як: справедливість, контрольованість і випадковість. До категорії «самоцінність» входять переконання щодо самооцінки, здатності до самоконтролю та власного везіння. Негативні, психологічно травматичні події у житті людини можуть впливати на її адаптацію до нової життєвої ситуації через те, що базисні переконання виявляються розбитими саме через такі події. В такому випадку світ не бачиться добрим, справедливим і контрольованим, події життя все більш вважаються випадковими, поза здатністю особистості контролювати їх. Через це змінюється і соціальна поведінка людини – зростає кількість контактів і знижується сприйняття підтримки з боку оточення [7].

З психологічного погляду війна – це низка психологічно травматичних подій, які здатні суттєво змінити погляди людини на світ навколо, людей поряд і саму себе, тобто знизити довіру, розбити базові припущення. Тому **мета цієї статті** – виявити стан базових припущень громадян України через більше ніж рік після початку війни з боку Росії.

**Методологія та методи.** В опитуванні взяли участь громадяни України з усіх областей, залучені на добровільній основі через механізм соціальної реклами на Фейсбуці. Для залучення до опитування респондентам пообіцяли і надали результати за їх відповідями. Опитування проводилося у травні–червні 2023 року. Всього вибірка складалася із 115 осіб віком від 18 до 65 років, середній вік – 47 років. Чоловіків – 30, решта – жінки.

Базові припущення вивчалися за відповідною методикою Р. Янов-Бульман [6] в українському перекладі. За допомогою цієї методики вимірюються такі вихідні показники, як: доброта світу, доброта людей, справедливість світу, контрольованість світу, випадковість у світі, цінність Я, самоконтроль, удача. Ці показники об'єднуються у три узагальнені індикатори: загальна доброта, загальна осмисленість, власна цінність, що відповідають трьом категоріям базових припущень, як вони розуміються Р. Янов-Бульман.

Додатково респондентів запитали про зміни в їхньому житті під впливом війни в Україні. Пропонувалися три варіанти відповідей: життя «майже не змінилося», змінилося «до певної міри», змінилося «дуже сильно».

Для статистичної обробки даних використовувався статистичний пакет IBM SPSS Statistics v.23. Застосовувалися такі методи: виявлення середнього і дисперсії, кореляційний аналіз, критерій Манна-Уїтні для незалежних вибірок, критерій Стьюдента.

**Результати дослідження і дискусія.** На першому етапі було проведено порівняння значень за узагальненими індикаторами методики визначення базових припущень, а саме «загальна доброта», «загальна осмисленість» і «власна цінність» між чоловіками і жінками. За критерієм Манна-Уїтні для незалежних вибірок не було виявлено відмінностей для зазначених індикаторів між жінками і чоловіками. Тому надалі статистичний аналіз проводився для вибірки загалом без розгляду гендерних особливостей.

Далі ми провели кореляційний аналіз між віком досліджуваних та показниками методики Р. Янов-Бульман. Результати обрахунку представлені у таблиці 1.

Ми виявили дуже слабкий кореляційний зв'язок між віком і індикаторами: доброта світу, удача (позитивний) та контрольованість світу (негатив-

Таблиця 1

**Кореляційний аналіз між віком досліджуваних та показниками методики Р. Янов- Бульман**

		Вік
Доброта світу	Кореляція Пірсона	0,07
	Знач. (двобічна)	0,28
Доброта людей	Кореляція Пірсона	0,12*
	Знач. (двобічна)	0,05
Справедливість світу	Кореляція Пірсона	0,05
	Знач. (двобічна)	0,37
Контрольованість світу	Кореляція Пірсона	-0,11*
	Знач. (двобічна)	0,05
Випадковість у світі	Кореляція Пірсона	-0,06
	Знач. (двобічна)	0,31
Цінність Я	Кореляція Пірсона	-0,04
	Знач. (двобічна)	0,48
Самоконтроль	Кореляція Пірсона	0,01
	Знач. (двобічна)	0,88
Удача	Кореляція Пірсона	0,11*
	Знач. (двобічна)	0,05
Загальна доброта	Кореляція Пірсона	0,11
	Знач. (двобічна)	0,09
Загальна осмисленість	Кореляція Пірсона	0,01
	Знач. (двобічна)	0,92
Власна цінність	Кореляція Пірсона	0,01
	Знач. (двобічна)	0,92

\* Кореляція значима на рівні 0,05

ний). Жодний з узагальнених показників не мав достовірних кореляцій з віком. Це підтверджує тезу про те, що загалом довіра у формі базових припущень є стійкою особистісною характеристикою, що формується на ранніх етапах онтогенезу і здебільшого майже не змінюється з віком.

Наступним кроком ми визначили середні та дисперсію для досліджуваних показників. Наше дослідження було проведено більш ніж через рік від початку повномасштабної війни Росії проти України, ми можемо очікувати прояв уже не гострої, а довготривалої реакції на цю ситуацію. Оскільки ми самі не проводили визначення фундаментальних припущень до війни, у мирний час, то ми порівнюємо наші дані із даними, отриманими іншими авторами. У таблиці 2 наведені результати нашого вивчення, нормативні дані для мирного часу, а також дані, отримані для студентів з інвалідизацією, які навчалися в українських університетах з інклюзивною освітою до початку війни. Нормативні дані та дані для студентів цитуються за статтею [8].

Отримані результати дуже тривожні. Усі показники, за винятком показника «випадковість у світі», за результатами нашого опитування виявилися суттєво нижчими порівняно з нормативними значеннями. Випадковість у світі трохи зросла;

зауважимо, що цей показник описує на скільки людина відчуває, що події в її житті випадкові, тобто не залежать від її власних зусиль або здібностей. Зростання цього показника вказує, що респонденти меншою мірою схильні вірити у досяжність власних цілей через докладання певних власних зусиль, більше вірять у фатум, схильні «підкорятися» судбі. Іншими словами, зростання цього показника є таким самим негативним сигналом, як і зниження всіх інших показників. Найбільшого зниження зазнав показник «удача», тобто відбувається зневірення респондентів, що їм може поталанити навіть у скрутних ситуаціях, коли власних сил не вистачає. Також сильно знизилися віра у справедливість та контрольованість світу. Війна відчувається як повна несправедливість і остаточна невдача, з якою нічого не можна зробити і ніяк не можна виправити. Найменше похитнувся показник «цінність Я», тобто війна сприймається як щось зовнішнє стосовно самої людини, що не призводить до істотного порушення характеристик, пов'язаних зі ставленням людини до самої себе, таких як самоставлення, Я-концепція тощо.

З узагальнених характеристик найбільше погіршення спостерігалось для показника «загальна осмисленість», тобто події життя вже

**Показники базових припущень, отримані за результатами нашого опитування,  
нормативні дані та дані, отримані для студентів з інвалідизацією**

	Результати опитування, проведеного нами		Нормативні дані	Студентів з інвалідизацією, що навчалися в інклюзивному середовищі до початку війни	
	Середнє	Серед. від.	Середнє	Середнє	Серед. від.
Доброта світу	<b>4,08</b>	1,0	<b>4,42</b>	4,15	0,8
Доброта людей	3,64	0,8	<b>4,07</b>	3,77	0,7
Справедливість світу	<b>3,29</b>	0,9	<b>3,93</b>	3,69	0,4
Контрольованість світу	<b>3,58</b>	0,9	<b>4,12</b>	3,91	0,7
Випадковість у світі	<b>3,79</b>	0,9	3,54	3,56	0,8
Цінність Я	<b>4,10</b>	1,1	<b>4,35</b>	3,84	0,9
Самоконтроль	<b>3,99</b>	0,7	<b>4,43</b>	4,08	0,7
Удача	<b>3,24</b>	0,4	<b>4,06</b>	3,54	1,1
Загальна доброта	<b>3,86</b>	0,8	<b>4,24</b>	3,96	0,8
Загальна осмисленість	<b>3,02</b>	0,6	<b>4,17</b>	4,02	0,7
Власна цінність	<b>3,77</b>	0,6	<b>4,28</b>	3,82	1,0

Примітка: Нормативні дані та дані для студентів цитуються за статтею [8].

не відчуються як контрольовані або такі, що мають сенс, оскільки який може бути сенс у війні, бомбардуванні, передчасній смерті, втраті майна тощо. Найменше постраждав показник «загальна доброта» і відповідний показник «доброта світу». Тобто світ уже не сприймається таким добрим, як раніше, проте є надія на його покращення, можливо, після війни.

Результати, отримані за нашим опитуванням, навіть нижчі за більшістю показників порівняно з результатами, показаними студентами з інвалідизацією, які навчалися в інклюзивному середовищі до початку війни і які показали певне зниження показників базових припущень порівняно із нормою (особливо тих, що стосувалися віри у доброту людей, здатності контролювати події життя і цінити себе як особистість). Щодо підвищення показника «випадковість у світі», то ми обговорили це трохи вище. Те саме стосується суттєвого зниження справедливості і контрольованості світу і відповідного узагальненого показника загальної осмисленості. Відмінність полягає у показникові «цінність Я», який виявився вищим у респондентів з нашого опитування порівняно зі студентами з інвалідизацією. Віра у власну цінність, власні сили, здібності, знання і навички, у все те, що є гарного у людині, може стати відправною точкою для відновлення базових припущень та загалом психологічного здоров'я, що похитнулося внаслідок російської агресії.

Щодо відповідей на запитання про зміни в житті респондентів під впливом війни в Україні, то відповідь життя «майже не змінилося» надали лише 8 респондентів (група 1). 47 респондентів відповіли «до певної міри» (група 2). Більшість

(60 осіб) відповіли «дуже сильно» (група 3). Іншими словами, події війни вплинули майже на всіх жителів України.

Далі ми провели порівняння між групами методом Стюдента для непараметричних вибірок. У порівнянні груп 2 і 3 ми виявили відмінності за показниками: доброта світу ( $p < 0,05$ ), справедливість світу ( $p < 0,01$ ) та удача ( $p < 0,01$ ). Всі три показники були вищими у групі 2 (респонденти, життя яких змінилося до певної міри) порівняно з групою 3, середні значення відповідно були для доброти світу – 4,2 і 3,92, для справедливості світу – 3,37 і 3,17, для удачі – 3,35 і 3,15. Ці результати для обох груп були суттєво нижче норми. Щодо порівняння груп 1 і 3 попередньо треба зазначити, що група 1 (респонденти, життя яких майже не змінилося) виявилася дуже маленькою, тому навіть ті результати, для яких були отримані суттєві розбіжності, ми маємо трактувати як тенденції. Були виявлені розбіжності за показниками доброта світу ( $p < 0,05$ ), доброта людей ( $p < 0,05$ ), загальна доброта ( $p < 0,05$ ). За цими показниками результати були вищими у групі 1. Середні значення були вищі у групі 1 порівняно з групою 3 відповідно: доброта світу – 4,67 (навіть трохи вище норми) і 3,92 (суттєво нижче норми), доброта людей – 4,17 (близько до норми) і 3,6 (нижче норми), загальна доброта – 4,42 (навіть трохи вище норми) і 3,75 (суттєво нижче норми). Ці дані вказують на те, що саме війна, військові дії, страждання, що вони принесли, похитнули віру людей перш за все у доброту і справедливість світу і людей. Додатково посилює і зневіру людини у світ, його доброту і справедливість і власну вдачу.



Якщо підсумовувати всі отримані дані та проведений аналіз, то можна сказати, що ми спостерігаємо картину, характерну для ситуації після гострої психологічно травматичної події або у стані під хронічним стресом. І такий стан притаманний майже всім жителям країни. Базові припущення – це досить стійка особистісна характеристика, що не змінюється під впливом звичайних, буденних подій і переживань. Лише події, що буквально перевертають життя людини «з ніг на голову», позначаються на базових припущеннях, ведуть до їх зламу. Зараз же йдеться не про одну людину у скрутних обставинах, а про жителів цілої країни і це дуже небезпечна ситуація, що може призвести до появи цілої низки негативних соціальних наслідків: розвитку психологічних і психосоматичних захворювань, збільшення кількості самогубств, криміналізації суспільства під лозунгом «мені погано, хай інші відчують те саме» тощо. Маємо зауважити, що, як було зазначено у роботі [9], в якій досліджувалися люди, які були вимушені виїхати з району проведення антитерористичної операції ще у 2014–2015 роках, негативне минуле особистості накладає значний відбиток на ставлення до себе і до світу. Разом із тим брак віри у власну цінність, невпевненість у тому, чи вона гідна кращого життя, стимулює повернення до травматичних подій минулого, що погіршує можливість психологічного відновлення.

**Висновки.** Було проведено дослідження впливу стану війни на базові припущення особистості про добро світу і людей, власну здатність та сили контролювати події свого життя, іншими словами про довіру до себе, людей і світу серед українців через більше ніж рік після початку військової агресії Росії проти України. Було виявлено таке:

1. Усі показники, що описують базові припущення особистості, за винятком показника «випадковість у світі», за результатами нашого опитування виявилися суттєво нижчими порівняно з нормативними значеннями. Результати,

отримані за нашим опитуванням, навіть нижчі за більшістю показників порівняно з результатами, показаними студентами з інвалідизацією, які навчалися в інклюзивному середовищі до початку війни і які мали певне зниження показників базових припущень порівняно із нормою.

2. Не було виявлено розбіжностей за результатами між жінками та чоловіками, а кореляція із віком виявилася дуже слабкою. Іншими словами, війна негативно позначається на всіх жителях країни. Додатково було виявлено, що посилення міри впливу війни на життя людини посилює і зневіру людини у світ, його доброту і справедливість і власну вдачу.

3. Війна відчувається як повна несправедливість і остаточна невдача, з якою нічого не можна зробити і ніяк не можна виправити. Власна судьба починає сприйматися як обставина непереборної сили, «фатум», «кисмет».

4. Найменше похитнувся показник «цінність Я», тобто війна сприймається як щось зовнішнє стосовно самої людини, що не призводить до істотного порушення характеристик, пов'язаних зі ставленням людини до самої себе, таких як самоставлення, Я-концепція тощо. І саме у цьому моменті ми бачимо можливість для переборення травматичних подій особистісного життя, відновлення довіри на початку до власних сил, а потім і до світу навкруги.

Оскільки базові припущення людини – це стійка особистісна характеристика, то їх відновлення напряму – завдання складне і не ефективне. Шлях до побудови нових узгоджених і позитивних базових припущень має йти через загальне особистісне відновлення після гострих травматичних подій або під дією хронічних стресових факторів. Саме в цьому ми вбачаємо **перспективу для нашого подальшого дослідження.**

**Декларація про конфлікт інтересів.** Автори заявляють про відсутність потенційного конфлікту інтересів стосовно дослідження, авторства і/або публікації цієї статті.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Титаренко Т.М. Особистість перед викликами війни: психологічні наслідки травматизації. *Проблеми політичної психології*. 2017. № 5 (19). С. 3–10.
2. Ткалич М.Г. Емоції та резилієнтність особистості у складних життєвих обставинах. *Журнал сучасної психології*. 2023. № 2. С. 70–75.
3. Агапченко І.В. Дослідження категорії довіри у міждисциплінарному підході. *Вісник ОНУ ім. І.І. Мечникова. Психологія*. 2018. Том 23. Випуск 1 (47), с. 13–24.
4. Савченко О.В., Петренко В.В., Тімакова А.В. «Методика довіри / недовіри особистості до світу, до інших людей, до себе» (А. Купрейченко): україномовна адаптація, валідація та стандартизація. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*. 2022. № 5. С. 16–22. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.5.3>.
5. Erikson E.H. *Childhood and Society*. New York : W.W. Norton & Co. 1950. 445 p.
6. Janoff-Bulman R. Assumptive worlds and the stress of traumatic events: applications of the schema construct. *Social Cognition*. 1989. Vol. 7. № 2. P. 113–136.

7. Poulin M.J., Silver R.C. When are assumptions shaken? A prospective, longitudinal investigation of negative life events and worldviews in a national sample. *Journal of Research in Personality*. 2019. Vol. 83. P. 1–41.
8. Kuprieieva O., Traverse T., Serdiuk L., Chykhantsov O., Shamykh O. Fundamental assumptions as predictors of psychological hardiness of students with disabilities. *Social welfare: interdisciplinary approach*. 2020. № 1. С. 96. 10.21277/sw.v1i10.566.
9. Діброва В.А. Взаємозв'язок часових перспектив і базисних переконань особистості в контексті вимушеного переселення. *Габітус*. 2021. Вип. 32. С. 73–78.

#### REFERENCES

1. Tytarenko, T.M. (2017). Osobystist' pered vyklykamy viyny: psykholohichni naslidky travmatyzatsiyi [Personality before the war challenges: psychological consequences of traumatization]. *Problemy politychnoyi psykholohiyi [Issues of Political Psychology]*. 5 (19). P. 3–10.
2. Tkalych, M.G. (2023). Emotsiyi ta rezylyentnist' osobystosti u skladnykh zhyttyevykh obstavynakh [Emotions and individual resilience in difficult life circumstances]. *Zhurnal suchasnoyi psykholohiyi [Journal of Modern Psychology]*. 2. P. 70–75.
3. Agapchenko, I.V. (2018). Doslidzhennya katehoriyi doviry u mizhdystsyplinarnomu pidkhodi [Investigating the category of trust in an interdisciplinary approach]. *Visnyk ONU im. I.I. Mechnykova. Psykholohiya [Bulletin I.I. Mechnikov National University. Psychology]*. Vol. 23. Iss. 1 (47). P. 13–24.
4. Savchenko, O.V., Petrenko, V.V., Timakova, A.V. (2022). «Metodyka doviry /nedoviry osobystosti do svitu, do inshykh lyudey, do sebe» (A. Kupreychenko): ukrayinomovna adaptatsiya, validyzatsiya ta standartyzatsiya [“The method of trust /mistrust of an individual in the world, in other people, in him/herself» (A. Kupreychenko): Ukrainian language adaptation, validation and standardization]. *Naukovyy visnyk Uzhhorods'koho natsional'noho universytetu. Seriya: Psykholohiya [Scientific Bulletin of the Uzhhorod National University. Series: Psychology]*. 5. P. 16–22. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.5.3>.
5. Erikson, E.H. (1950). *Childhood and Society*. New York: W.W. Norton & Co.. 445 p.
6. Janoff-Bulman, R. (1989). Assumptive worlds and the stress of traumatic events: applications of the schema construct. *Social Cognition*. Vol. 7. № 2. P. 113–136.
7. Poulin, M.J., Silver, R.C. (2019). When are assumptions shaken? A prospective, longitudinal investigation of negative life events and worldviews in a national sample. *Journal of Research in Personality*. 83. P. 1–41.
8. Kuprieieva, O., Traverse, T., Serdiuk, L., Chykhantsova, O., Shamykh, O. (2020). Fundamental assumptions as predictors of psychological hardiness of students with disabilities. *Social welfare: interdisciplinary approach*. 1. P. 96. 10.21277/sw.v1i10.566.
9. Dibrova, V.A. (2021). Vzayemozv'yazok chasovykh perspektyv i bazysnykh perekonan' osobystosti v konteksti vymushenoho pereselennya [Interrelationship between time perspectives and fundamental assumptions of an individual in the context of forced resettlement]. *Habitus*. 32. P. 73–78.

УДК 159.98:[159.944.4:355.1-057.36]  
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2024-1-13>

## ЧИННИКИ ВИБОРУ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ПОДОЛАННЯ ГОСТРОГО СТРЕСУ УЧАСНИКАМИ БОЙОВИХ ДІЙ

**Шевченко Н. Ф.**

*доктор психологічних наук, професор кафедри психології  
Запорізький національний університет  
вул. Жуковського, 66, Запоріжжя, Україна  
[orcid.org/0000-0002-5297-6588](https://orcid.org/0000-0002-5297-6588)  
[shevchenkonf.20@gmail.com](mailto:shevchenkonf.20@gmail.com)*

**Бойко Ю. О.**

*магістр психології,  
психолог-волонтер  
Запорізька асоціація територіальних громад  
ГО «Солідарна Справа Громад»  
вул. Жаботинського, 50, Запоріжжя, Україна  
[orcid.org/0009-0005-8416-9536](https://orcid.org/0009-0005-8416-9536)  
[jpriim@gmail.com](mailto:jpriim@gmail.com)*

**Ключові слова:** *копінг, копінг-стратегія, стрес, гострий стрес, бойовий стрес, учасник бойових дій, військовослужбовець.*

У статті виокремлено та обґрунтовано чинники вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу учасниками бойових дій. Визначено сутність поняття «бойовий стрес» та подано розуміння гострої стресової реакції учасника бойових дій. Розкрито поняття «копінг-стратегія», що визначається як форма або спосіб копінг-поведінки, спрямована на врегулювання взаємин особистості з навколишнім середовищем та проявляється на когнітивному, емоційному й поведінковому рівнях з метою зниження впливу стресора або наслідків стресора.

Наведено наслідки вибору адаптивних та дезадаптивних копінг-стратегій, що підкреслює значення копінгу в адаптаційному виході особистості військовослужбовця із екстремальних ситуацій.

Процес копінгу розглянуто в транзакційному та ресурсному підходах. В транзакційній моделі стресу та копінгу значення приділяється когнітивній оцінці стресорів та ресурсів подолання. Подана узагальнена класифікація стресорів бойової діяльності, підкреслено вплив когнітивних стресорів на особистість військовослужбовця. Загрозу життю і здоров'ю визначено як ключовий стресор у бойових умовах. У ситуаціях загрози життю несвідоме визначено впливовим чинником на когнітивну оцінку та вибір копінг-стратегії.

З огляду на кількість та специфічність стресорів бойових умов охарактеризовано особливості переживання гострого стресу учасниками бойових дій. Розкрито вплив бойових стресорів на фізіологічний, несвідомий, емоційний, когнітивний, поведінковий рівні функціонування особистості. Переживання гострого стресу учасниками бойових дій визначено впливовим чинником на формування когнітивної оцінки та на вибір копінг-стратегій.

Вплив особистісних рис та зовнішнього середовища учасника бойових дій на вибір копінг-стратегій подолання гострого стресу розглянуто в ресурсному підході. Аналіз досліджень показав, що особистісні особливості та зовнішнє середовище можуть виступати в трьох ролях: як копінг-ресурс, забезпечуючи успішне подолання; як потенційний

ресурс; як перешкода успішному копіngu. Особистісні риси та зовнішнє середовище визначені як чинники вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу учасниками бойових дій.

---

## THE FACTORS OF CHOOSING COPING STRATEGIES TO OVERCOME ACUTE STRESS BY COMBATANTS

**Shevchenko N. F.**

*Dr. in Psychology, Professor at the Department of Psychology  
Zaporizhzhia National University  
Zhukovskoho str., 66, Zaporizhzhya, Ukraine  
orcid.org/0000-0002-5297-6588  
shevchenkonf.20@gmail.com*

**Boiko Y. O.**

*Master of Psychology,  
Psychologist-Volunteer  
Zaporizhzhya Association of Territorial Communities  
PO "Solidarna Sprava Hromad"  
Zhabotynskoho str., 50, Zaporizhzhia, Ukraine  
orcid.org/0009-0005-8416-9536  
jpriim@gmail.com*

**Key words:** *coping, coping strategy, stress, acute stress, combat stress, combatant, military personnel.*

The article highlights and substantiates the factors of choosing coping strategies to overcome acute stress by combatants. The concept of combat stress is defined, and an understanding of the combat stress reaction is provided. The term "coping strategy" is explored, defined as a form or method of coping behavior aimed at regulating an individual's relationship with the environment. It manifests itself at cognitive, emotional, and behavioral levels to reduce the impact of stressors or their consequences.

The article presents the consequences of choosing adaptive and maladaptive coping strategies, emphasizing the importance of adaptive coping for military personnel in extreme situations. The coping process is examined through transactional and resource approaches. The transactional model of stress and coping emphasizes cognitive appraisal of stressors and coping resources. A generalized classification of combat stressors is provided, highlighting the influence of cognitive stressors on military personnel. The threat to life and health is identified as a key stressor in combat conditions. In life-threatening situations, the unconscious is determined to be an influential factor in cognitive assessment and the choice of a coping strategy.

Considering the number and specificity of combat stressors, the features of experiencing acute stress by combatants are characterized. The impact of combat stressors on physiological, unconscious, emotional, cognitive, and behavioral levels of personality functioning is revealed. Experiencing acute stress is identified as an influential factor in the formation of cognitive appraisal and the choice of coping strategies for combatants.

The resource approach considers the influence of personal traits and the external environment on combatants' choice of coping strategies to overcome acute stress. Research analysis indicates that personal characteristics and the external environment can play three roles: as a coping resource ensuring successful coping; as a potential resource; as an obstacle to successful coping. Personal

traits and the external environment are recognized as factors influencing the choice of coping strategies for combatants overcoming acute stress.

**Постановка проблеми.** Повномасштабна збройна агресія Російської Федерації проти України та бойові дії, які тривають з 2014 року, окреслили низку нагальних завдань перед сучасною військовою психологією. Згідно з даними Міністерства оборони, за 9,5 року військових дій в Україні нараховується близько мільйона людей, які є учасниками бойових дій. Характер діяльності військовослужбовців в умовах бойових дій неминуче пов'язаний з частим переживанням гострого стресу. Об'єктивна наявна загроза життю і здоров'ю, високий рівень відповідальності, в тому числі юридичної та моральної, фізичне, емоційне та когнітивне навантаження посилює вплив бойового стресу. Екстремальні умови бойових дій висувають підвищені вимоги до стресостійкості особистості військовослужбовця.

З огляду на окреслену специфіку діяльності військовослужбовця в умовах бойових дій адаптивна копінг-поведінка, як здатність до опанування стресових ситуацій, стає вирішальною не тільки для забезпечення ефективної діяльності військовослужбовця, але для збереження життя. Копінг-стратегії як форми прояву копінг-поведінки є визначальними у формуванні адаптації або дезадаптації особистості військовослужбовця до бойових умов.

Різні аспекти феномену вибору копінг-стратегій висвітлено в працях вітчизняних науковців (Н. Родіна [16] – системне моделювання копінг-поведінки в психодинамічній парадигмі; С. Макаренко [22] – копінг-стратегії особистості у стресових та екстремальних умовах). Розуміння значення копіngu для професійної ролі військовослужбовця стимулювало дослідження особливостей копінг-стратегій військовослужбовців (М. Ярмольчик [25; 29] – детермінанти вибору копінг-стратегій військовослужбовцями; А. Беспалько [28] – адаптивність та копінг-стратегії учасників бойових дій; М. Кононова, Є. Жорник [26] – копінг-стратегії та самоефективність військовослужбовців; Х. Турецька [27] – особливості копінг-стратегій учасників бойових дій).

Проблема психологічних особливостей гострого бойового стресу розвинута в працях сучасних вітчизняних дослідників (О. Блінов [1; 17] – психологія бойового стресу; І. Гаркуша, В. Кайко [24] – детермінанти стійкості військовослужбовців до бойового стресу; О. Тімченко [3] – стресостійкість військовослужбовців в екстремальних умовах; Є. Пузирьов, Л. Тютюнник [5; 6] – вплив та психологічні наслідки бойового стресу).

Сучасна ситуація вимагає ґрунтовних досліджень чинників та закономірностей вибору

копінг-стратегій подолання гострого стресу учасниками бойових дій. Вивчення чинників вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу учасниками бойових дій дає можливість прогнозування копінг-поведінки та формування адаптивних копінг-стратегій, що сприятиме зниженню впливу стресорів екстремальних бойових умов, максимізації ефективності діяльності військовослужбовців, збереженню життя та психологічного здоров'я особистості військовослужбовця.

**Мета статті** – представити результати теоретичного дослідження чинників вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу учасниками бойових дій.

**Результати дослідження** з обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Участь у бойових діях є одним із найскладніших видів діяльності військовослужбовця, що висуває підвищені вимоги до його стресостійкості. Професійна роль військовослужбовця вимагає виконання функцій, пов'язаних із високою ефективністю під тиском обставин стресових та екстремальних ситуацій. Екстремальна ситуація характеризується раптовою появою та усвідомленням загрози життю, здоров'ю, особистісній цілісності чи благополуччю. Стрес, який може проявитися у екстремальних умовах військової діяльності, визначається як стрес учасника бойових дій, або бойовий стрес. Бойовий стрес визначається як стан психічного напруження, який виникає у разі впливу стресорів бойової діяльності та проявляється на фізичному, емоційному, когнітивному, поведінковому рівнях з метою адаптації військовослужбовця до бойових умов та трансформації його особистості до екзистенційних викликів військових дій [1, с. 61; 2; 3, с. 54; 4, с. 5; 5, с. 205; 6]. Гостра стресова реакція учасника бойових дій триває від двох до чотирьох діб [7; 8, с. 8; 9, с. 7–9].

Адаптація, або пристосування до нових умов реальності визначається здатністю до опанування стресових ситуацій, тобто копінг-поведінкою. Спираючись на дані психологічних досліджень, копінг-стратегія може бути визначена як форма або спосіб копінг-поведінки, спрямована на врегулювання взаємин особистості з навколишнім середовищем та проявляється на когнітивному, емоційному й поведінковому рівнях з метою зниження впливу стресора або наслідків стресора [10, с. 24; 11].

Копінг-стратегії подолання гострого стресу учасниками бойових дій можуть бути як успішними – досягати мети адаптації, так і носити дезадаптивний характер. Вибір адаптивних копінг-стратегій сприяє ефективній діяльності

учасника бойових дій та формує успішний досвід подолання, що позначається на подальшому подоланні стресу та психологічному здоров'ї особистості. Вибір дезадаптивних копінг-стратегій підвищує ймовірність таких негативних наслідків, як гострий стресовий розлад, ПТСР, порушення адаптації [6; 12; 13; 14].

Вивчаючи чинники вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу учасниками бойових дій, ми припускали, що чинниками їхнього вибору можуть бути особистісні риси та характеристики військовослужбовця, соціальне середовище військовослужбовця, переживання гострого стресу військовослужбовцем.

Обґрунтовуючи наше припущення, звернемося до транзакційного підходу. В ньому копінг розглядається як постійний процес взаємодії між особистістю та середовищем. Основними складниками процесу копіngu виступають нові значення взаємин особистості і середовища (які можуть бути оцінені як стресори), процеси медіації (когнітивне оцінювання) та результати копіngu. Когнітивне оцінювання є двоетапним процесом. Перший етап (первинне когнітивне оцінювання) передбачає визначення того, чи несе стресор загрозу, рівень загрози, наслідки стресової ситуації, тобто відбувається оцінка стресора. Другий етап (вторинне когнітивне оцінювання) спрямований на визначення можливості впливу на стресор, тобто оцінку наявних ресурсів для подолання стресора. В транзакційній моделі стресу та копіngu вибір копінг-стратегії відбувається в результаті когнітивної оцінки стресора та наявних ресурсів подолання. Когнітивна оцінка передбачає те, як особистість сприймає та інтерпретує стресову ситуацію та можливі варіанти її подолання [11; 15, с. 72; 16].

Для виокремлення чинників вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу учасниками бойових дій розглянемо етапи когнітивного оцінювання в процесі подолання гострого бойового стресу. Первинна когнітивна оцінка допомагає оцінити силу стресора та його потенційний вплив на особистість.

Ключовий стресор, який впливає на учасників бойових дій, визначається як об'єктивна наявна або потенційна загроза життю і здоров'ю. До внутрішніх стресорів належать характеристики та стани військовослужбовця, які зумовлені специфікою військової діяльності, та охоплюють фізіологічні, емоційні та когнітивні стресори. Фізіологічні стресори впливають на внутрішні процеси організму і включають повну або часткову дериважацію фізіологічних потреб, незадовільні санітарно-гігієнічні умови перебування, тривале фізичне навантаження, проблеми зі здоров'ям, що виникли внаслідок бойових дій. Емоційні стресори впливають на психічний та емоційний стан і про-

являються як тривога, страх, паніка, переживання втрат, гнів, розчарування, зневіра. До когнітивних стресорів належать інформаційні стресори (відсутність або недостатність інформації або інформаційне перевантаження), сенсорне перевантаження, часові стресори (тиск, пов'язаний із часом, включаючи очікування та терміновість, раптовість, обмежений час для оцінки ситуації, прийняття рішень і дій). Ще одна група когнітивних стресорів визначається як інтелектуальна складність та багатозадачність (одночасне виконання різних за типом операцій, наприклад, необхідність одночасно виконувати бойове завдання, приймати рішення, тримати контакт з членами групи). До когнітивних стресорів додається складний вибір у прийнятті рішень, конфлікт мотивів, цінностей, цілей, етичні дилеми, тиск юридичної та моральної відповідальності за прийняття рішень та їх виконання. Підкреслимо, що когнітивне оцінювання у учасника бойових дій відбувається під тиском перелічених когнітивних стресорів.

Зовнішні стресори поділяються на специфічні (притаманні саме бойовим умовам) та неспецифічні. До специфічних бойових стресорів належать тип, тривалість та інтенсивність бойових дій, застосоване озброєння, робота бойової техніки. Обсяг і співвідношення втрат, втрати близьких, побратимів або мирних громадян, зіткнення з тортурами, стражданнями є впливовими стресорами, з якими стикаються учасники бойових дій. Неспецифічні стресори включають обмежені соціальні контакти, можливі міжособистісні конфлікти, соціальні чинники (ставлення суспільства до війни, узгодження соціальних, економічних, національних, релігійних інтересів), несприятливі умови навколишнього середовища [1; 3, с. 66; 13, с. 97–100; 17; 18, с. 84].

Вплив цих стресорів на особистість оцінюється на етапі первинної когнітивної оцінки. Первинна когнітивна оцінка є усвідомленою, проте початкове зіткнення особистості зі стресором відбувається на несвідомому рівні. Чим сильніше стресор оцінений як загрозовий життю, тим активніше залучається несвідомий рівень особистості військовослужбовця. У міру того як рівень стресу посилюється або суб'єктивно оцінюється як більш загрозовий, несвідоме стає більш впливовим на формування копінг-поведінки та вибір копінг-стратегії. Участь у бойових діях передбачає високий рівень екстремальності, тож вплив несвідомого у формуванні копіngu значно посилюється [19, с. 166].

Для оцінки стресора характерна суб'єктивність. Суб'єктивність оцінки стресора визначає ступінь інтенсивності його впливу на рівні окремої особистості. Може спостерігатися як недооцінка значущості стресора, так і переоцінка.

Адекватна оцінка стресора військовослужбовцем в умовах бойових дій є ключовою для збереження життя. Рівень усвідомленої загрози впливає на вибір копінг-стратегій та їх ефективність. У ситуаціях з вищою передбачуваною загрозою життю зв'язок між подоланням і ефективністю подолання стає сильнішим [19; 20].

Вторинна когнітивна оцінка доповнює первинну та визначає вибір ресурсів та способів подолання стресу. В ресурсному підході до вивчення феномену копіngu увага приділяється розподілу копінг-ресурсів для подолання стресу. Копінг-ресурси – відносно стабільні характеристики особистості (внутрішні ресурси) та соціального середовища (зовнішні ресурси). Кількість, якість, рівень розвитку внутрішніх та зовнішніх копінг-ресурсів визначають використовувані копінг-стратегії та впливають на конструктивність копінг-поведінки [15; 16; 21]. Виокремлюють такі види копінг-ресурсів: фізичні, психологічні, соціальні та матеріальні [15, с. 70]. Окрім особистісно-середовищних ресурсів, виділяють ще і когнітивні, разом вони формують Я-концепцію особистості, яка безпосередньо впливає на вибір копінг-стратегії [11]. Розвинені когнітивні здібності (мислення, увага, пам'ять) дозволяють більш точно оцінити рівень стресу та наявні ресурси для його подолання.

У роботах науковців вказується, що Я-концепція є базовим складником копінг-ресурсів особистості. Позитивна Я-концепція забезпечує психологічну стійкість військовослужбовця, впливає на його самоефективність та зумовлює використання адаптивних копінг-стратегій. Негативна Я-концепція збільшує уразливість до стресу та сприяє вибору пасивних копінгів [15; 22]. Самооцінка, як важливий компонент Я-концепції, впливає на стосунки з оточуючими, критичність, вимогливість до себе та сприйняття успіхів та невдач. Адекватна самооцінка військовослужбовця має кілька переваг, включаючи впевненість у собі, яка дозволяє приймати як самостійні рішення, так і дослухатися до думки оточуючих, вдаватися до активних дій, демонструвати схильність до встановлення соціальних контактів [23, с. 58].

Дослідження взаємозв'язку локусу контролю та копінг-поведінки показали, що військовослужбовці з інтернальним локусом контролю більш схильні брати відповідальність та шукати рішення в кризових ситуаціях, що відповідає вибору адаптивних копінг-стратегій. Екстернали, як правило, мають фаталістичний погляд на життя та схильні уникати вирішення складних ситуацій або підкорятися обставинам, що зумовлює використання дезадаптивних стратегій копіngu [24, с. 64].

Вивчення детермінантів стресостійкості військовослужбовців показало, що тип нервової системи впливає на рівень адаптивності пове-

дінки подолання. Військовослужбовці із сильною нервовою системою, як правило, зберігають спокій під час виконання бойових завдань і можуть продемонструвати свою продуктивність у разі зіткнення зі стресором. Навпаки, військовослужбовці зі слабшою нервовою системою переживають високе навантаження навіть під час відносно простих завдань. У бойових умовах військовослужбовці зі слабкою нервовою системою більше схильні до психологічної травматизації [24].

Дослідження особистісних емоційних властивостей військовослужбовців та вибору копінг-стратегій демонструють, що військовослужбовці з високою емоційною стійкістю схильні до вибору стратегії конфронтації. У військовослужбовців конфронтація виступає не тільки засобом боротьби в конфліктній ситуації, але і одним з типів захисту цілісності особистості. Ця стратегія в контексті військової діяльності розглядається здебільшого як ефективна, оскільки веде до цілеспрямованої та раціональної поведінки. Нейротизм у військовослужбовців має позитивний зв'язок зі стратегіями уникнення [13, с. 18; 20; 24, с. 63; 25].

У дослідженнях взаємозв'язку рівня бойового досвіду та копінг-поведінки значних відмінностей у виборі копіngu між військовослужбовцями з відсутнім та низьким рівнем бойового досвіду не виявлено. В обох групах домінують стратегії позитивної переоцінки, уникнення та пошуку соціальної підтримки. Проте у військовослужбовців із середнім та високим рівнями бойового досвіду відзначена стратегія планування вирішення проблеми. В процесі здобуття бойового досвіду військовослужбовець відпрацює свої вміння та навички до автоматизмів. З огляду на навантаження на всі системи функціонування організму та підвищене значення несвідомого рівня в процесі переживання гострого бойового стресу військовослужбовці, які «мають у своєму арсеналі» напрацьовані автоматизми, зазвичай демонструють більш конструктивну копінг-поведінку [20, с. 112; 26, с. 104–105; 27].

З віком копінг-поведінка стає успішнішою за рахунок набуття життєвого досвіду, вдосконалюються копінг-стратегії. Молодші за віком військовослужбовці більш схильні проявляти агресію, готові до ризику під час подолання стресової ситуації, їхні копінг-стратегії виявляються більш емоційно керованими. Старші за віком військовослужбовці демонструють конструктивнішу копінг-поведінку, більше покладаються на когнітивний складник та частіше вибирають стратегії прийняття відповідальності та проблемно-орієнтовані стратегії [19; 28].

Тривале перебування в обмеженому просторі (укриття, окопи, бліндажі) підсилює прояви агре-

сії у учасників бойових дій. Схильність до прояву агресії у військовослужбовців часто призводить до вибору конфронтаційних стратегій подолання.

У військовослужбовців підвищений рівень підозрливості пов'язаний з їхнім тривалим перебуванням у зоні бойових дій, де вони навчаються бути обережними та готовими відреагувати на раптову небезпеку. Військовослужбовці з високим рівнем підозрливості схильні до вибору стратегії дистанціювання.

Тривале та інтенсивне почуття провини може бути психологічно руйнівним та призводити до розвитку нав'язливих думок, викликати депресивні стани і сприяти суїцидальним тенденціям. Домінуючою стратегією подолання у військовослужбовців з високим рівнем почуття провини є прийняття відповідальності, менш поширеною стратегією є пошук соціальної підтримки.

Наявність у військовослужбовця депресивних рис сприяє схильності уникати стресової ситуації, «втікати» від прийняття рішень та ухилятися від активних дій для подолання стресової ситуації. Такі якості прямо корелюють з вибором стратегій пасивних дій та неприйняття відповідальності, дистанціювання, уникнення [25, с. 144; 29, с. 111–113].

Особистісні риси, соціально-демографічні характеристики, рівень особистісного та професійного розвитку військовослужбовця зумовлюють вибір копінг-стратегій. Особистісні особливості не завжди відіграють роль копінг-ресурсу, забезпечуючи подолання стресу. Вони також можуть залишатися у стані потенційного (не використаного) ресурсу, а деякі риси – перешкоджати успішному копінгу. Таким чином, у результаті теоретичного аналізу особистісні риси військовослужбовця ми визначаємо чинником вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу.

До ресурсів соціального середовища, які можуть бути використані для подолання стресу, належать соціальна підтримка, фінансові ресурси, інформаційні ресурси, медична, психологічна допомога. Соціальна підтримка є важливим копінг-ресурсом для військовослужбовців. Особливо важливою соціальна підтримка вважається для військовослужбовців у зоні проведення бойових дій. Вона служить захисним фактором, підвищує моральний дух, зміцнює цілеспрямованість. Військовослужбовці, учасники АТО/ООС зазначали, що близькі та родина надавали їм мотивацію залишатися в живих. Командири відіграють ключову роль у вчасному виявленні негативного впливу стресора та наданні підтримки, таким чином впливаючи на формування копінг-поведінки військовослужбовця, який переживає гострий стрес. Наявність соціальної підтримки не тільки пов'язана з вибором адаптивних

копінг-стратегій, але і належить до факторів, що попереджають розвиток посттравматичного стресового розладу. Вибір копінг-стратегій залежить від того, які саме копінг-ресурси та в якому обсязі здатне надати особистості середовище. Низький розвиток середовищних ресурсів вважається одним із факторів пасивних копінг-стратегій та соціальної ізоляції [13; 15, с. 71]. Таким чином, соціальне середовище військовослужбовця можемо визначити чинником вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу.

Отже, чинником вибору копінг-стратегій виступають копінг-ресурси, а саме розвиток, кількість та якість характеристик особистості та соціального середовища. Рівень розвитку внутрішніх та зовнішніх копінг-ресурсів військовослужбовця впливає на адаптивність його копінг-поведінки. Це підтверджує аналіз досліджень взаємозв'язку особистісних характеристик, соціального середовища військовослужбовця та копінг-стратегій.

Когнітивне оцінювання у військовослужбовців відбувається під впливом особливостей переживання гострого стресу. Кількість та специфічність перелічених стресорів бойових умов впливають на особливості переживання гострого бойового стресу. Характер стресора впливає на інтенсивність переживання гострого стресу. За інтенсивністю бойовий стрес різниться від низького рівня до виснажливого високого рівня.

Переживання гострого стресу учасниками бойових дій відображається на різних рівнях функціонування особистості. Фізіологічне переживання гострого стресу пов'язане з переживанням реакції «боротьби або втечі», націленої на мобілізацію енергії та наступною зміною на фізичну слабкість. Як психологічні особливості переживання гострого стресу військовослужбовцями спостерігається інстинктивна поведінка, яка змінюється психічною напруженістю (зверхмобілізація) та наступним погіршенням психоемоційного стану [14]. На несвідомому рівні під час реакції на стрес у дію можуть вступати такі захисні механізми, як екстремальна ідентифікація та витіснення. Це може призвести до змін свідомості, порушення сприйняття та незвичайної поведінки. На когнітивному рівні відбуваються порушення сприйняття та оцінки ситуації, порушення концентрації уваги або надмірна пильність. На емоційному рівні можуть проявлятися гнів, страх, відчай, дратівливість, переживання негативного настрою. Характерна висока інтенсивність емоційних реакцій. На поведінковому рівні можуть спостерігатися прояви агресії, безрозсудна сміливість, хоробрість з наступною можливою зміною на асоціальну поведінку або прагнення до самоізоляції [12, с. 34; 13; 30].



Таким чином, у учасників бойових дій когнітивне оцінювання відбувається під впливом особливостей переживання гострого стресу. Переживання гострого стресу можна порівняти з «лінзою», яка викривлює сприйняття стресора та ресурсів подолання [14]. Отже, специфіку переживання гострого стресу учасниками бойових дій можна вважати чинником вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу.

**Висновки** і перспективи подальших розробок. У статті подано результати дослідження чинників вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу учасниками бойових дій. Встановлено, що особистісні характеристики та соціальне середовище військовослужбовця як копінг-ресурси впливають на вибір копінг-стратегій. Несвідоме визначено важливим чинником формування копінг-стратегій у ситуаціях загрози життю. Переживання гострого стресу учасниками бойових дій

охоплює фізіологічний, емоційний, когнітивний, поведінковий рівні функціонування та впливає на сприйняття стресора та копінг-ресурсів.

Особистісні характеристики, соціальне середовище та специфіка переживання гострого стресу впливають на формування первинної та вторинної когнітивної оцінки. В процесі вторинної когнітивної оцінки відбувається вибір копінг-стратегій. Отже, особистісні характеристики, соціальне середовище військовослужбовця та специфіку переживання гострого стресу визначено чинниками вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу.

Перспективним напрямом розвитку наукової проблематики вбачаємо розробку та впровадження психологічної програми тренінгових занять, спрямованих на формування вибору адаптивних копінг-стратегій подолання гострого стресу військовослужбовцями.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Блінов О.А. Психологія бойового стресу : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.04. Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2020. 660 с.
2. Кириченко В.В., Кротюк К.А. Динаміка ціннісно-сміслової сфери військовослужбовців в умовах бойових дій. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2023. Вип. 1. С. 79–85.
3. Кравченко К.О., Тімченко О.В., Ширококов Ю.М. Соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців – учасників антитерористичної операції : монографія. Харків : Вид-во НУЦЗУ, 2017. 256 с.
4. Мацегора Я.В., Воробйова І.В., Колесніченко О.С., Приходько І.І. Психологічний супровід військовослужбовців, які виконують службово-бойові завдання в екстремальних умовах : методичні рекомендації. Харків : НА НГУ, 2015. 69 с.
5. Пузирьов Є.В., Ізвеків В.В. Бойовий стрес та його наслідки для військовослужбовців. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2023. № 1, т. 34. С. 203–209.
6. Тютюнник Л.Л. Бойовий стрес та шляхи подолання його психотравмуючих наслідків. *Вісник Національного університету оборони України*. 2020. № 55. С. 106–115.
7. APA Dictionary of Psychology : вебсайт. URL: <https://dictionary.apa.org/combat-stress-reaction> (дата звернення: 12.11.2023).
8. Butterworth S.E. Combat Stress: A Collateral Effect in the Operational Effectiveness Loss Multiplier (OELM) Methodology. Institute for Defense Analyses, 2015. 70 p.
9. VA/DoD Clinical Practice Guideline for the Management of Post-Traumatic Stress Disorder and Acute Stress Disorder. Washington, DC : U.S. Government Printing Office, 2023. 167 p.
10. Карамушка Л.М., Снігур Ю.С. Копінг-стратегії: сутність, підходи до класифікації, значення для психологічного здоров'я особистості та організації. *Актуальні проблеми психології*. 2020. Вип. 55. С. 23–30.
11. Корсун С.І., Ткачук Т.А. Психологія діяльності працівників податкової міліції : монографія. Київ : Центр учбової літератури, 2013. 194 с.
12. Зливков В.Л., Лукомська С.О., Федан О.В. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.
13. Коқун О.М., Агаєв Н.А., Пішко І.О., Лозінська Н.С. Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій : методичний посібник. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2015. 170 с.
14. Шевченко Н.Ф., Бойко Ю.О. Особливості вибору копінг-стратегій подолання гострого стресу військовослужбовцями. *Світ наукових досліджень*. 2023. № 24. С. 215–219.
15. Дідух М.М. Конструктивна копінг-поведінка слідчих Національної поліції України у психологічно напружених ситуаціях : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.06. Національна академія внутрішніх справ. Київ, 2018. 227 с.
16. Родіна Н.В. Психологія копінг-поведінки: системне моделювання : дис. ... д-ра психологічних наук : 19.00.01. Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. Київ, 2013. 504 с.

17. Блінов О.А. Вплив стрес-факторів діяльності на військовослужбовців. *Вісник Національної академії оборони України*. 2006. Вип. 2. С. 118–124.
18. Комар З. Психологічна стійкість воїна : підручник для військових психологів. Київ: Управління та розвиток людських ресурсів, 2017. 184 с.
19. Корольчук В.М. Копінгові особливості адаптивних ресурсів стресостійкості особистості. *Вісник Національного університету оборони України*. 2011. Вип. 1. С. 164–171.
20. Родіна Н.В. Копінг в умовах воєнних дій: виклики для українського суспільства. *Проблеми політичної психології*. 2014. Вип. 1. С. 107–116.
21. Бацилева О.В., Потаєва К.С. Поняття та особливості вибору копінг-стратегій: теоретичний аспект. *Матеріали наукової конференції професорсько-викладацького складу, наукових працівників і здобувачів наукового ступеня за підсумками науково-дослідної роботи за період 2017–2018 рр.*, 16–17 трав. 2019 р. Вінниця : ДонНУ імені Василя Стуса, 2019. С. 167–169.
22. Макаренко С.С., Сидор Я.А. Сучасний підхід вивчення копінг-стратегій поведінки особистості в екстремальних умовах. *Психологія національної безпеки і благополуччя особистості : тези I Міжнародної науково-практичної конференції*, Львів, 14–15 березня 2019 р. Львів : Видавництво Львівської політехніки, 2019. С. 106–109.
23. Грилюк С.М., Тютюнник Л.Л., Алещенко В.І. Порадник командирів з відновлення стресостійкості : навчально-методичний посібник. Київ : НУОУ, 2023. 168 с.
24. Гаркуша І.В., Кайко В.І. Детермінанти стійкості військових ЗСУ до бойового стресу. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*. 2019. № 1. С. 61–68.
25. Ярмольчик М., Семененко Л., Добровольський Ю., Побережець Т. Взаємозв'язок особистісних рис з копінг-стратегіями в учасників операції об'єднаних сил. *Journal of Scientific Papers «Social Development and Security»*. 2021. № 4. С. 140–148.
26. Кононова М.М., Жорник Є.І. Копінг-стратегія як чинник професійної самоєфективності військовослужбовця. *Синергетичний підхід до проєктування життєвого простору особистості : збірник наукових матеріалів II Міжнародної науково-практичної конференції*. 28–29 квітня 2022 р. Полтава, 2022. С. 102–106.
27. Турецька Х.І., Штольцель Ю.В. Особливості копінг-стратегій учасників бойових дій в зоні АТО. *Психологія і особистість*. 2016. № 2. С. 136–146.
28. Беспалько А.О. Про обумовленість домінуючої копінг-стратегії рівнем адаптивності учасника бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. № 57. С. 12–22.
29. Ярмольчик М.О. Агресія та тривожність як детермінанти вибору копінг-стратегій військовослужбовців під час декомпресії. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія «Психологія»*. 2021. № 2. С. 109–115.
30. Ковальчук О., Мороз Р. Психологічний механізм виникнення стресових ситуацій у військовослужбовців. *Вісник Національного університету оборони України*. 2019. № 53. С. 84–89.

#### REFERENCES

1. Blinov, O.A. (2020). *Psychology of combat stress* [Psychology of combat stress]. *Doctor's thesis*. Kyiv: Instytut psykholohii im. H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy [in Ukrainian].
2. Kyrychenko, V.V., Krotiuk, K.A. (2023). Dynamics of the value-meaning sphere of military service members in the minds of military operations. *Dniprovskiyi naukovyi chasopys publichnoho upravlinnia, psykholohii, prava – Dnipro Scientific Journal of Public Administration, Psychology, Law*, 1, 79–85 [in Ukrainian].
3. Kravchenko, K.O., Timchenko, O.V., Shyrobokov, Yu.M. (2017). *Sotsialno-psykholohichni determinanty vynyknennia boiovoho stresu u viiskovosluzhbovtziv – uchasnykiv antyterrorystychnoi operatsii* [Socio-psychological determinants of the occurrence of combat stress in military personnel, participants in an anti-terrorist operation]. Kharkiv: Vyd-vo NUTsZU [in Ukrainian].
4. Matsehora, Ya.V., Vorobiova, I.V., Kolesnichenko, O.S., Prykhodko, I.I. (2015). *Psykhologichnyi suprovit viiskovosluzhbovtziv, yaki vykonuiut sluzhbovo-boiovi zavdannia v ekstremalnykh umovakh: metodychni rekomendatsii* [Psychological support of military personnel who perform official combat tasks in extreme conditions: methodical recommendations]. Kharkiv: NA NHU [in Ukrainian].
5. Puzyrov, Ye.V., Izviekov, V.V. (2023). Combat stress and its legacy for military personnel. *Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Seriya Psykholohiia – Academic notes of TNU named after V.I. Vernadsky. Seriya Psychology*, 34, 203–209 [in Ukrainian].
6. Tiutiunnyk, L.L. (2020). Combat stress and ways to overcome its psychotraumatic consequences. *Visnyk Natsionalnoho*

*universytetu obrony Ukrainy – Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 55, 106–115 [in Ukrainian].

7. American Psychological Association. (n.d.). Combat stress reaction. In *APA Dictionary of Psychology*. Retrieved November 12, 2023 from: <https://dictionary.apa.org/combat-stress-reaction>.
8. Butterworth, S.E. (2015). *Combat Stress: A Collateral Effect in the Operational Effectiveness Loss Multiplier (OELM) Methodology*. Institute for Defense Analyses.
9. *VA/DoD Clinical Practice Guideline for the Management of Post-Traumatic Stress Disorder and Acute Stress Disorder*. (2023). U.S. Government Printing Office.
10. Karamushka, L.M., Snihur, Yu.S. (2020). Kopinh-stratehii: sutnist, pidkhody do klasyfikatsii, znachennia dlia psykhologichnoho zdorovia osobystosti ta orhanizatsii [Coping strategies: essence, approaches to classification, significance for psychological health of features and organizations]. *Aktualni problemy psykhologii – Current problems of psychology*, 55, 23–30 [in Ukrainian].
11. Korsun, S.I., Tkachuk, T.A. (2013). *Psykhologhiia diialnosti pratsivnykiv podatkovoi militsii [Psychology of tax police employees]*. Kyiv: Tsentr uchbovoi literatury [in Ukrainian].
12. Zlyvkov, V.L., Lukomska, SO., Fedan, O.V. (2016). *Psykhodiahnostyka osobystosti u kryzovykh zhyttivnykh sytuatsiiakh [Psychodiagnostics of personality in life crisis situations]*. Kyiv: Pedahohichna dumka [in Ukrainian].
13. Kokun, O.M., Ahaiev, N.A., Pishko, I.O., Lozinska, N.S. (2015). *Osnovy psykhologichnoi dopomohy viiskovosluzhbovtiam v umovakh boiovykh dii: metodychnyi posibnyk [Basics of psychological assistance to servicemen in combat conditions: Methodical manual]*. Kyiv: NDTs HP ZSU [in Ukrainian].
14. Shevchenko, N.F., Boiko, Yu.O. (2023). Osoblyvosti vyboru kopinh-stratehii podolannia hostroho stresu viiskovosluzhbovtiamy [Peculiarities of choice of coping strategies for overcoming acute stress by military personnel]. *Svit naukovykh doslidzhen – The world of scientific research*, 24, 215–219 [in Ukrainian].
15. Didukh, M.M. (2018). Konstruktyvna kopinh-povedinka slidechykh Natsionalnoi politsii Ukrainy u psykhologichno napruzhenykh sytuatsiiakh [Constructive coping behavior of investigators of the National Police of Ukraine in psychologically stressful situations]. *Candidate's thesis*. Kyiv: National Academy of Internal Affairs [in Ukrainian].
16. Rodina, N.V. (2013). Psykhologhiia kopinh-povedinky: systemne modeliuвання [Psychology of coping behavior: systematic modeling]. *Doctor's thesis*. Kyiv: Kyiv. nats. un-t im. Tarasa Shevchenka [in Ukrainian].
17. Blinov, O.A. (2006). Vplyv stres-faktoriv diialnosti na viiskovosluzhbovtiv [The influx of work stress factors on military services]. *Visnyk Natsionalnoi akademii obrony Ukrainy – Newsletter of the National Defense Academy of Ukraine*, 2, 118–124 [in Ukrainian].
18. Komar, Z. (2017). *Psykhologichna stiikist voina: pidruchnyk dlia viiskovykh psykhologiv [Psychological stability of the warrior: a textbook for military psychologists]*. Kyiv: Upravlinnia ta rozvytok liudskykh resursiv [in Ukrainian].
19. Korolchuk, V.M. (2011). Kopinhovi osoblyvosti adaptivnykh resursiv stresostiikosti osobystosti [Coping features of adaptive resources and stress resistance features]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu obrony Ukrainy – Newsletter of the National Defense University of Ukraine*, 1, 164–171 [in Ukrainian].
20. Rodina, N.V. (2014). Kopinh v umovakh voienykh dii: vyklyky dlia ukrainskoho suspilstva [Coping in the conditions of combat operations: challenges for Ukrainian society]. *Problemy politychnoi psykhologii – Problems of political psychology*, 1, 107–116 [in Ukrainian].
21. Batsylieva, O.V., Potaieva, K.S. (2019). Poniattia ta osoblyvosti vyboru kopinh-stratehii: teoretychnyi aspekt [Concept and features of choosing coping strategies: theoretical aspect]. *Materialy naukovoï konferentsii profesorsko-vykladatskoho skladu, naukovykh pratsivnykiv i zdobuvachiv naukovoho stupenia za pidsumkamy nauково-doslidnoi roboty za period 2017–2018 rr. – Proceedings of the scientific conference of professors and teaching staff, researchers and degree holders based on the results of research work for the period 2017–2018*, (pp. 167–169). Vinnytsia: DonNU imeni Vasylia Stusa [in Ukrainian].
22. Makarenko, S.S., Sydor, Ya.A. (2019). Suchasnyi pidkhid vvychennia kopinh-stratehii povedinky osobystosti v ekstremalnykh umovakh [Modern approach to the study of coping strategies of personality behavior in extreme conditions]. *Psykhologhiia natsionalnoi bezpeky i blahopoluchchia osobystosti: tezy I Mizhnarodnoi nauково-praktychnoi konferentsii, Lviv, 14–15 bereznia 2019 r. – Psychology of national security and personal well-being: proceedings of the 1st International Scientific and Practical Conference, Lviv, March 14–15, 2019*, (pp. 106–109). Lviv: Vydavnytstvo Lvivskoi politekhniki [in Ukrainian].
23. Hryliuk, S.M., Tiutiunnyk, L.L., Aleshchenko, V.I. (2023). *Poradnyk komandyru z vidnovlennia stresostiikosti: navchalno-metodychnyi posibnyk [Advisor to the commander on restoring stress resistance: training manual]*. Kyiv: NUOU [in Ukrainian].

24. Harkusha, I.V., Kaiko, V.I. (2019). Determinanty stiiikosti viiskovykh ZSU do boiovoho stresu [Determinants of resistance of military self-propelled guns to combat stress]. *Visnyk universytetu imeni Alfreda Nobelia. Seriya Pedagogika i psykholohiia – Newsletter of the Alfred Nobel University. Seriya Pedagogy and psychology*, 1, 61–68 [in Ukrainian].
25. Yarmolchuk, M., Semenenko, L., Dobrovolskyi, Yu., Poberezhets, T. (2021). Vzaiemozviazok osobystnykh rys z kopinh-stratehiiamy v uchasnykiv operatsii obiednanykh syl [The relationship between personality traits and coping strategies in the participants of the joint forces' operation]. *Journal of Scientific Papers «Social Development and Security» – Journal of Scientific Papers “Social Development and Security”*, 4, 140–148 [in Ukrainian].
26. Kononova, M.M., Zhornyk, Ye.I. (2022). Kopinh-stratehiia yak chynnyk profesiinoi samoefektyvnosti viiskovosluzhbovtisia [Coping strategy as a factor of professional self-efficacy of military personnel]. *Synerhetychnyi pidkhid do proiektuvannia zhyttievoho prostoru osobystosti: zbirnyk naukovykh materialiv II Mizhnarodoyi naukovo-praktyichnoyi konferentsiyi*, 28–29 kvitnia 2022 r. – *A synergistic approach to designing the life space of an individual: proceedings of the II International science and practice conference*, April 28–29, 2022, 102–106 [in Ukrainian].
27. Turetska, Kh.I., Shtoltsel, Yu.V. (2016). Osoblyvosti kopinh-stratehii uchasnykiv boiovykh dii v zoni ATO [Peculiarities of coping strategies of combatants in the ATO zone]. *Psykholohiia i osobystist – Psychology and personality*, 2, 136–146 [in Ukrainian].
28. Bepalko, A.O. (2021). Pro obumovlenist dominuiuchoi kopinh-stratehii rivnem adaptyvnosti uchasnyka boiovykh dii [About the adaptation of the dominant coping strategy to the equal adaptability of the participant in combat operations]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Newsletter of the National Defense University of Ukraine*, 57, 12–22 [in Ukrainian].
29. Yarmolchuk, M.O. (2021). Ahresiia ta tryvozhnist yak determinanty vyboru kopinh-stratehii viiskovosluzhbovtisv pid chas dekompresii [Aggression and anxiety as determinants of the choice of coping strategies of military personnel during decompression]. *Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Seriya Psykholohiia – Academic notes of TNU named after V.I. Vernadskyi. Seriya Psychology*, 2, 109–115 [in Ukrainian].
30. Kovalchuk, O., Moroz, R. (2019). Psykhologichnyi mekhanizm vynyknennia stresovykh sytuatsii u viiskovosluzhbovtisv [Psychological mechanism of blame for stressful situations among military personnel]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Newsletter of the National Defense University of Ukraine*, 53, 84–89 [in Ukrainian].

УДК 159.9:331.101.262  
DOI <https://doi.org/10.26661/2310-4368/2024-1-14>

## КОНФЛІКТИ В УМОВАХ РОБОЧОГО СЕРЕДОВИЩА: ПРОБЛЕМА РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ НАУКОВО-ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

**Шиліна Н. Є.**

*кандидат педагогічних наук,  
доцент кафедри психології та педагогіки  
Державний університет інтелектуальних технологій і зв'язку  
вул. Кузнєчна, 1, Одеса, Україна  
[orcid.org/0000-0002-3798-3018](https://orcid.org/0000-0002-3798-3018)  
[shylinanataliia@gmail.com](mailto:shylinanataliia@gmail.com)*

**Ключові слова:** *конфлікт, резильєнтність, стрес, криза, ресурс, психологічна стійкість, адаптація, науково-педагогічні працівники.*

Стаття присвячена проблемі резильєнтності в умовах конфліктів у робочому середовищі науково-педагогічних працівників. Доводиться актуальність та своєчасність зазначеної проблематики, оскільки сучасний корпоративний світ постійно змінюється, конкуренція та стрес стали невіддільними частинами майже кожного робочого середовища.

У статті аналізуються дослідження українських та закордонних учених, їхні оригінальні авторські підходи до зазначеної проблеми. Серед проаналізованих проблем є такі: резильєнтність як національна цінність, роль резильєнтності у посттравматичному зростанні, роль ранніх форм виховання та батьківського догляду у формуванні резильєнтності, психодіагностичні методи вивчення резильєнтності та засоби її розвитку, розвиток резильєнтності в освітньому процесі в умовах воєнного стану, прояв резильєнтності у студентів та педагогів під час війни, зв'язок резильєнтності зі стресом та адаптацією. Аналізуються наукові роботи, в яких досліджуються фактори впливу на резильєнтність, зв'язок резильєнтності з розвитком психопатології, аналізуються різноманітні реакції на втрату та травму. Також проаналізовано дослідження конфліктів, в яких автори визначили види, функції та основні чинники конфліктних ситуацій.

Автором було сформульовано визначення резильєнтності та конфлікту, визначено основні види конфліктів у робочому середовищі університету серед науково-педагогічних працівників та проведено пілотажне дослідження з такої проблематики. Дослідження проводилось на базі Державного університету інтелектуальних технологій та зв'язку на прикладі співробітників. Дослідження проходило у два етапи. На першому етапі проводилось опитування для прояснення питань: які види конфліктів найчастіше трапляються у робочому середовищі. Для проведення другого етапу було розроблено опитувальник задля оцінювання співробітниками своєї здатності до резильєнтності.

## CONFLICTS IN THE WORKPLACE: THE PROBLEM OF RESILIENCE OF ACADEMIC STAFF

**Shylina N. Ye.**

*PhD in Pedagogical Science,*

*Associate Professor at the Department of Psychology and Pedagogy*

*State University of Intelligent Technologies and Telecommunications*

*Kuznechna str., 1, Odesa, Ukraine*

*orcid.org/0000-0002-3798-3018*

*shylinanataliia@gmail.com*

**Key words:** *conflict, resilience, stress, crisis, resources, psychological stability, academic staff, adaptation.*

The article is devoted to the issue of resilience in the context of conflicts in the workplace of academic staff. The relevance and timeliness of the mentioned issues are proven, since the modern corporate world is constantly changing, competition and stress have become inseparable parts of almost every working environment.

The article conducts an analysis of the research conducted by Ukrainian and foreign scientists, exploring their original and innovative approaches to addressing this problem. The examined issues include resilience as a national value, the role of resilience in post-traumatic growth, the influence of early forms of upbringing and parental care on the development of resilience, psychodiagnostic methods used to study resilience and techniques for its enhancement. Furthermore, the article explores the development of resilience within the educational framework during times of martial law, its manifestation in both students and teachers during wartime, and its connection to stress and adaptation. The analysis extends to scientific works that delve into factors affecting resilience, the relationship between resilience and the development of psychopathology, and various responses to loss and trauma. The article also reviews studies on conflicts, in which authors identify different types of conflicts, their functions, and the primary factors contributing to conflict situations.

The author formulates definitions for resilience and conflict, identifies the principal types of conflicts within the workplace among academic staff and conducts a pilot study on this issue. The research was carried out at the State University of Intellectual Technologies and Communication, using employees as the study's subjects. The research comprised two stages. In the initial stage, a survey was administered to determine the most prevalent types of conflicts within the work environment. The second stage involved the development of a questionnaire for employees to self-assess their resilience capacity.

**Постановка проблеми.** В умовах сучасного корпоративного світу, де конкуренція та стрес стали невіддільною частиною професійного життя, питання психологічної адаптації та резильєнтності працівників набувають усе більшого значення. Особливо актуальними вони стають у контексті конфліктів на робочому місці, які, як і раніше, є серйозним викликом для співробітників та організації загалом.

Конфлікти на роботі можуть виникати через різні причини: чи то розбіжності в думках, конкуренція за ресурси, культурні відмінності, чи навіть особисті антагонізми. Однак, незалежно від їхнього джерела, вони можуть серйозно впливати на психологічний та емоційний стан співро-

бітників. Саме в цьому контексті важливим фокусом наукових досліджень та практичних інтересів стає резильєнтність – здатність індивіда справлятися з життєвими труднощами та повертатися до нормального функціонування після стресових ситуацій.

Дослідження резильєнтності в контексті конфліктів на роботі є важливим напрямом, який не тільки допоможе краще зрозуміти, як співробітники можуть успішно долати труднощі, а і сприяти створенню більш здорового та продуктивного робочого середовища.

Конфлікти на робочому місці є невіддільною частиною сучасного робочого оточення. Неза-

лежно від того, в якій галузі чи сфері діяльності ми працюємо, ймовірність виникнення конфліктних ситуацій завжди є. Конфлікти можуть бути на різних рівнях робочої ієрархії, між колегами, між підрозділами та навіть між працівниками й керівництвом.

Актуальність дослідження резильєнтності у конфліктних ситуаціях визначається такими положеннями:

1. Поширеність стресу на робочому місці. Сучасні робочі умови можуть включати високе навантаження, конфлікти, невизначеність та інші стресові фактори, які можуть негативно впливати на добробут та здоров'я працівників. Особливо це стосується останніх двох років, коли воєнний конфлікт України та Росії призвів до серйозної кризи майже у всіх сферах економіки, а також вплинув на психологічне здоров'я людей, привносячи в життя дестабілізацію, хаос та невизначеність. Резильєнтність у цьому випадку є важливим фактором, який сприяє ефективній взаємодії з цими стресорами та збереженню психологічного добробуту.

2. Гендерні відмінності у реакції на стрес. Дослідження показують, що чоловіки та жінки можуть мати різні стратегії поведінки в умовах стресу та різні реакції на стресори у робочому середовищі. Розуміння цих гендерних відмінностей може допомогти у розробці ефективних підходів до підтримки працівників у різних гендерних групах.

3. Економічний та соціальний ефект. Резильєнтність працівників впливає на їхню продуктивність, лояльність до роботодавця та загальну ефективність організації. Розуміння факторів, які сприяють розвитку резильєнтності та облік гендерних відмінностей, може призвести до створення здорових та підтримувальних умов роботи, що, зрештою, сприятиме покращенню результатів роботи та успішному функціонуванню організації.

4. Прискорені зміни у світі праці. Сучасний світ праці став динамічнішим і вимагає від працівників вищої адаптивності та гнучкості. Розвиток резильєнтності у працівників може сприяти більш успішній адаптації до умов, що швидко змінюються, і підвищити їхню здатність справлятися з новими викликами та можливими змінами в роботі.

5. Розвиток рівності статей. Дослідження гендерних відмінностей у розвитку резильєнтності дозволяє краще зрозуміти, як соціальні ролі та культурні норми можуть впливати на копінг-стратегії та розвиток резильєнтності. Це може допомогти подолати стереотипи та надати додаткову підтримку та ресурси для збільшення резильєнтності у працівників різних гендерів.

**Мета** цієї статті полягає в аналізі українського та закордонного досвіду дослідження резильєнтності та конфліктів у робочому середовищі, а також у проведенні пілотажного дослідження для виявлення основних причин виникнення конфліктів серед науково-педагогічних працівників університету та рівня резильєнтності науково-педагогічних працівників, який допомагає впоратись зі стресом та подолати кризову ситуацію.

**Аналіз останніх досліджень.** Проблему резильєнтності досліджувало багато науковців, як українських, так і закордонних.

Так, Г. Лазос робить докладний огляд досліджень, присвячених резильєнтності, та основних теорій такого феномену [1, с. 26–64].

С. Пирожков, Є. Божок, Н. Хамітов розглядають резильєнтність як найвищу національну цінність, пропонуючи розроблену методологію метаантропологічного потенціалізму, метою якої є збалансований розвиток та сформовані навички протистояння зовнішнім та внутрішнім загрозам [2, с. 74–82].

С. Богдановський, О. Милославська, вивчаючи фактори впливу на витривалість військовослужбовців, зазначають, що резильєнтність має велике значення у посттравматичному зростанні та наголошують на перспективах розвитку резильєнтності шляхом терапевтичних заходів, спрямованих на формування стресостійкості [3, с. 197–202].

Е. Грішин, досліджуючи феномен резильєнтності, доходить висновку щодо психологічних факторів її ефективного розвитку, серед яких автор зазначає вплив батьківського догляду в дитинстві, підтримку гарних стосунків з дорослими поруч, вміння підтримувати дружні стосунки, навички керування своїм емоційним станом, здатність ставити цілі та планувати дії з їх виконання [4, с. 62–81].

Проблему розвитку резильєнтності в освітньому процесі в умовах воєнного стану досліджували Л. П'янківська, Т. Цюман, О. Нагула, З. Адамська, К. Балахтар.

Так, Л. П'янківська, розглядаючи прояв резильєнтності у студентів під час війни, проводить паралелі між резильєнтністю та рівнем когнітивної задоволеності особливостями суб'єктивного благополуччя добробуту студента [5, с. 623–633].

Т. Цюман, О. Нагула, З. Адамська акцентують увагу на психологічних умовах розвитку резильєнтності педагогів у період воєнного стану та формулюють на їх основі правила стійкості педагога під час освітнього процесу [6, с. 83–89].

К. Балахтар у своїй роботі описав і обґрунтував особливості і головні чинники процесу розвитку резильєнтності викладачів ЗВО [7, с. 55–62].

Серед закордонних дослідників можна виділити низку досліджень, які розглядають проблему резильєнтності в різних аспектах.

Анн Мастен розглядає концепт резильєнтності та його зв'язок із процесами розвитку в контексті впливу зовнішніх і внутрішніх факторів на формування адаптивної реакції на стрес [8, р. 227–238].

Динамічність процесу резильєнтності підкреслює також Майкл Руттер. Автор, досліджуючи причини резильєнтності, наголошує на важливості обліку різних факторів, включаючи генетичні, біологічні, соціальні та контекстуальні фактори. Він також говорить про значення взаємодії між цими чинниками та їх впливу на резильєнтність. На думку автора, рівень резильєнтності може змінюватися з часом і залежить від взаємодії між людиною та її оточенням. Він підкреслює значення підтримки, захисних факторів та можливостей для розвитку резильєнтності протягом життя.

Важливим внеском автора в таку тему є спроба віднайти зв'язок резильєнтності з розвитком психопатології. У цьому контексті Майкл Руттер зазначає, що резильєнтність перестає бути повним захистом від розвитку психічних розладів. Він наголошує на важливості більш глибокого розуміння взаємодії між резильєнтністю та ризиками психопатології [9, р. 335–344].

Роль резильєнтності у процесі зіткнення з травматичними ситуаціями розглядає у своїй роботі Джордж Бонанно. Автор вважає, що люди мають внутрішні ресурси та механізми, що дозволяють їм впоратися та відновитися після вкрай несприятливих подій, а також наголошує на необхідності індивідуального підходу до резильєнтності з огляду на те, що кожна людина має свої унікальні сильні сторони та стратегії поведінки. У статті проводиться аналіз різноманітних реакцій на втрату та травму та різні шляхи подолання та пристосування, включаючи негативні реакції, поступове відновлення та побудову нового сенсу в житті [10, р. 20–28].

Різнманітність визначень резильєнтності породжує безліч підходів до розуміння та виміру цього феномену. Деякі з яких фокусуються на стійкості або успішному функціонуванні після стресових подій, тоді як інші підкреслюють адаптивність та швидке відновлення [11, р. 12–23].

Деякі автори аналізують модель біологічної вразливості-резильєнтності та модель трьох систем (біологічної, психологічної та контекстуальної) [12].

Серед підходів, які сприяють розвитку резильєнтності, дослідники виділяють, по-перше, індивідуальні фактори, такі як оптимізм, саморегуляція та підтримка соціальних мереж, а також контекстуальні фактори, такі як культура та соціальні умови [11, р. 12–23].

По-друге, методи систематичного огляду, аналізу концепції та консультації через особисті зустрічі [13, р. 152–169].

Отже, під резильєнтністю ми будемо розуміти психічну властивість особистості проявляти витривалість у стресових умовах та долати важкі періоди життя конструктивним шляхом.

Якщо розглядати прояви резильєнтності у робочому просторі, то слід насамперед дослідити проблему конфліктів, які виникають на робочому місці. Розглядаючи проблеми конфліктів у робочому середовищі, необхідно зазначити низку досліджень.

Так, Карстен де Дрю та Майкл Гелфанд у своїй роботі дійшли висновків, що конфлікт у робочому середовищі має різні джерела, функції та динаміку, які можуть проявлятися на декількох рівнях аналізу (індивідуальному, груповому, організаційному) [14]. Та мати різні функції – конструктивну і деструктивну [15].

Ще один дослідник запропонував теорію управління організаційними конфліктами, яка включає різні чинники, такі як конфлікти завдань, рольові конфлікти і відносини між людьми [16, р. 206–235].

Під конфліктом у робочому середовищі ми будемо вважати стан ворожості, напруги чи розбіжностей між співробітниками, групами співробітників чи структурними одиницями організації, що виникає через відмінності в інтересах, цінностях, потребах, очікуваннях чи методах роботи. Конфлікти в робочому середовищі можуть виникати через різні причини і мати різні характеристики. Ось деякі основні види конфліктів, які можуть відбуватися на робочому місці:

1. Конфлікти на рівні керівництва. Ці конфлікти можуть виникнути між керівниками різних відділів або на різних рівнях управління через розбіжності у стратегії, пріоритетах чи ресурсах.

2. Конфлікти з адміністрацією/керівництвом. Конфлікти між керівниками різних підрозділів та їх підлеглими через розбіжність вимог, ресурсів та виконання обов'язків.

3. Міжособистісні конфлікти. Ці конфлікти виникають між співробітниками через розбіжності у характерах, цінностях, особистих конфліктах чи нерозумінні одне одного. Міжособистісні конфлікти можуть бути як відкритими, так і прихованими.

4. Конфлікти з клієнтами/користувачами послуг. Якщо організація має справу з клієнтами чи замовниками, то конфлікти можуть виникати через невдоволення чи розбіжності з ними.

5. Конфлікти через ресурси. Ці конфлікти виникають через конкуренцію за обмежені ресурси, такі як бюджет, персонал, час, обладнання чи простір. Це може включати конфлікти про просування кар'єри або бонуси.

6. Конфлікти, пов'язані зі змінами. У разі впровадження змін в організації, такі як реструктури-



зація, скорочення персоналу або впровадження нових технологій, можуть виникати конфлікти через побоювання, спротив або невдоволення співробітників.

7. Культурні та мультикультурні конфлікти. У багатонаціональних організаціях конфлікти можуть виникати через відмінності у культурних цінностях, звичаях та способі життя.

8. Етичні конфлікти. Конфлікти можуть виникати, коли співробітники стикаються з етичними дилемами, пов'язаними з моральними та професійними стандартами, їх особистими цінностями та політиками організації.

9. Конфлікти через невідповідність очікуванням. Іноді конфлікти можуть виникати через відмінності між очікуваннями співробітників та реальністю робочої ситуації, що може спричинити розчарування та невдоволення.

10. Конфлікти через умови праці. Конфлікти через відсутність належних умов праці, безпеки та охорони здоров'я.

Ми провели дослідження на базі Державного університету інтелектуальних технологій та зв'язку.

**Основна частина.** Мета цього пілотажного дослідження – з'ясувати типові види конфліктів, із якими стикаються співробітники університету, й оцінити рівень резильєнтності науково-педагогічних працівників у цих ситуаціях із застосуванням методів анкетування, тестування та математичної статистики. Вибіркою для дослідження були 30 представників науково-педагогічного складу університету, що може бути використано для узагальнення результатів та перенесено на генеральну сукупність співробітників університету.

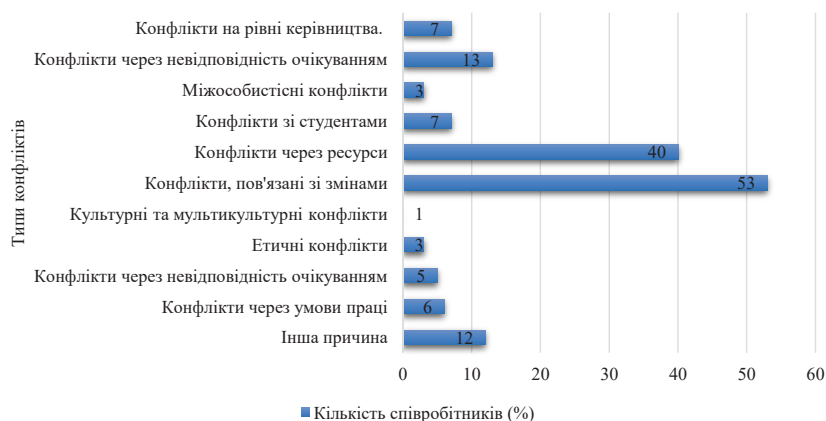
Перший етап дослідження передбачав анкетування співробітників з метою з'ясування типових конфліктів, із якими вони стикаються на своєму робочому місці, та кількості співробітників, які

реагують на такий конфлікт. Результати подано у діаграмі 1.

Отже, найбільш конфліктними ситуаціями для співробітників виявились ті, що пов'язані із постійними змінами і породжують відчуття нестабільності та даремного витрачання ресурсів – 53%. На другому місці – пов'язані з ресурсами – 40%. Конкретизуючи цей пункт, співробітники наголошували на затримках заробітної плати у період війни, скасуванні премій та надбавок, а також вказували на недостачу канцелярського приладдя, інфокомунікаційних технологій для проведення інтерактивних занять, технічного обладнання для проведення дистанційного навчання, недостачу часу на наукову роботу. Конфлікти з адміністрацією/керівництвом відзначили 13% респондентів, основною причиною вказуючи перенавантаження через додаткові обов'язки та доручення, які не оплачуються. Незначна частка конфліктів припадає на: конфлікти на рівні керівництва – 7% (в основному це не стільки конфлікти, скільки вирішення «гарячих питань»), конфлікти зі студентами (7%) у своїй більшості виникали через невиконання студентами викладацьких вимог, конфлікти через невідповідність очікуванням – 5% та через умови праці – 6% (викладачі були не задоволені поганим опалюванням взимку). Міжособистісні та етичні конфлікти трапляються рідше – по 3% і в основному через непунктуальність та невиконання домовленостей. Культурні та мультикультурні конфлікти майже не трапляються. Серед інших причин співробітники університету вказували проблеми з організацією занять, невідповідність розкладу викладача і студента, постійні зміни у розкладі, перевантаженість бюрократичним складником (постійні звіти, заповнювання таблиць тощо).

Другий етап був спрямований на вивчення рівня резильєнтності науково-педагогічних працівників. Результати представлені у таблиці 1 та діаграмі 2.

Діаграма 1



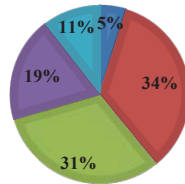
Таблиця 1

**Резильєнтність у конфліктних ситуаціях**

Будь ласка, оцініть свій рівень згоди з кожним з наступних тверджень від 1 до 5, де 1 – повністю не згоден, а 5 – повністю згоден:		5	4	3	2	1
1.	Я легко адаптуюсь до змін у робочому середовищі	–	24%	38%	26%	12%
2.	Я можу добре впоратися зі стресовими ситуаціями на роботі	4%	34%	44%	18%	–
3.	Я швидко відновлююсь після невдачі чи труднощів на роботі	2%	36%	28%	22%	12%
4.	Я відчуваю, що я маю контроль над собою у ситуаціях, які викликають стрес	6%	56%	22%	12%	4%
5.	Я часто знаходжу позитивні сторони навіть у складних ситуаціях на роботі	–	42%	28%	14%	16%
6.	Я вірю у свої здібності розв’язувати проблеми та долати труднощі	10%	56%	22%	12%	–
7.	У мене гарні навички управління емоціями у робочому середовищі	4%	34%	52%	8%	2%
8.	Я ставлюсь до невдач як до можливості для зростання та розвитку	2%	22%	38%	22%	16%
9.	Я відчуваю підтримку від колег та керівництва у складних ситуаціях	–	6%	22%	56%	16%
10.	Я готовий брати на себе відповідальність за власний добробут і психологічну стійкість на роботі	8%	48%	32%	12%	–

**КІЛЬКІСТЬ СПІВРОБІТНИКІВ (%)**

- високий показник резильєнтності
- середній показник резильєнтності
- низький показник резильєнтності
- показник резильєнтності вище середнього
- показник резильєнтності нижче середнього



Проаналізуємо дані за допомогою методів математичної статистики. Спочатку відсортуємо кожен набір даних та знайдемо медіану (Med) кожного питання (таблиця 2.) Далі обчислимо дисперсію – Var (X), використовуючи формулу: дисперсія = (сума квадратів відхилень від середнього значення) / кількість даних (таблиця 2).

$$Var(X) = \frac{1}{n} \sum_{i=1}^n (X_i - X)^2$$

Та знаходимо стандартне відхилення SD, взявши квадратний корінь з дисперсії (таблиця 2).

$$SD(X) = \sqrt{Var(X)}$$

Таблиця 2

№ запитання	Med	Var(X)	SD
1.	2,8	1,76	1,33
2.	3,1	1,69	1,30
3.	2,9	1,69	1,30
4.	3,9	1,49	1,22
5.	2,9	2,89	1,70
6.	1,6	0,64	0,80
7.	2,5	0,25	0,50
8.	3,4	0,64	0,80
9.	4,4	0,64	0,80
10.	2,9	2,89	1,70

У результаті аналізу дослідження резильєнтності у конфліктних ситуаціях було виявлено, що медіанне значення рівня резильєнтності учасни-

ків становило близько 3, що вказує на помірний рівень готовності адаптуватися до змін у робочому середовищі, впоратися зі стресом та швидко відновлюватися після невдач чи труднощів. Дисперсія даних становила приблизно 0,5, що свідчить про відносно однорідний розподіл відповідей серед учасників. Більшість учасників вірили у свої здібності розв'язувати проблеми та мали навички управління емоціями. Також вони ставилися до невдач як до можливості для зростання та розвитку, а також відчували підтримку від колег та керівництва у складних ситуаціях. Стандартне відхилення було приблизно 0,7, що означає, що загалом відхилення від середнього значення рівня резильєнтності було невеликим. Ці показники свідчать про те, що учасники дослідження мають стабільний та помірний рівень резильєнтності, що сприяє їхній здатності ефективно управляти стресом та досягати успіху в професійній діяльності.

**Висновки.** Таким чином, пілотажне дослідження, проведене в рамках цієї наукової статті, дозволяє зробити низку важливих висновків щодо

резильєнтності науково-педагогічних працівників у ситуаціях робочих конфліктів.

У результаті дослідження було емпірично доведено, що резильєнтність співробітників у різних ситуаціях робочих конфліктів коливається, але показники тяжіють до середнього значення. Науково-педагогічні працівники виявляють помірну здатність адаптуватися до стресових умов і управляти своїми емоціями у робочих конфліктах. Вони мають середньо стійкий рівень саморегуляції, відповідальності і здатність знаходити конструктивні рішення у складних ситуаціях. Дослідження також висвітлило важливість створення підтримувального та виховного середовища в університеті задля сприяння розвитку резильєнтності співробітників.

Подальшу перспективу дослідження ми бачимо у застосуванні кластерного аналізу даних задля виявлення кореляційного зв'язку між типом конфлікту та рівнем тривожності, а також у дослідженні факторів, які впливають на розвиток резильєнтності співробітників.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Лазос Г.П. Резильєнтність: концептуалізація понять, огляд сучасних досліджень. *Актуальні проблеми психології. Том 3: Консультативна психологія і психотерапія*. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Вінниця : ФОП Рогальська І.О., 2018. Вип. 14. С. 26–64.
2. Пирожков С.І., Божок Є.В., Хамітов Н.В. Національна стійкість (резильєнтність) країни: стратегія і тактика випередження гібридних загроз. *Вісник НАН України*, № 8, 2021. С. 74–82. <https://doi.org/10.15407/visn2021.08.074>.
3. Богдановський С.О., Милославська О.В. Резильєнтність як складова психічної витривалості військовослужбовця. Психологія національної безпеки та безпеки життєдіяльності. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*. Том 34 (73). № 1, 2023. С. 197–202. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/32>.
4. Грешин Е.О. Резильєнтність особистості: сутність феномену, психодіагностика та засоби розвитку. *Вісник ХНПУ імені Г.С. Сковороди. Психологія*. Випуск 64. 2021. С. 62–81. <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04>.
5. П'янківська Л.В. Особливості прояву резильєнтності у студентів в умовах воєнного часу. *Перспективи та інновації науки. Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»*. № 10(28). 2023. С. 623–633. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10\(28\)-623-633](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10(28)-623-633).
6. Цюман, Т., Нагула, О., Адамська, З. (2022). Психологічні умови резильєнтності педагога в період воєнного стану. *Педагогічна освіта: Теорія і практика. Психологія. Педагогіка*. 2022. № 38 (2), с. 83–89. <https://doi.org/10.28925/2311-2409.2022.3813>.
7. Балахтар К.С. Резильєнтність викладача ЗВО в умовах військового стану. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка. Психологія* : збірник наукових праць. Київ : Національний авіаційний університет. Вип. 1(20). 2022. С. 55–62.
8. Masten A.S. Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 2001. 56 (3), P. 227–238. URL: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.56.3.227>.
9. Rutter M. Resilience as a Dynamic Concept. *Development and Psychopathology*. 2012. 24(2), P. 335–344. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0954579412000028>.
10. Bonanno G. Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 2004. 59 (1), P. 20–28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20>
11. Fletcher D. & Sarkar M. (2013). Psychological Resilience: A Review and Critique of Definitions, Concepts, and Theory. *European Psychologist*, 2013. 18(1). P. 12–23. <http://dx.doi.org/10.1027/1016-9040/a000124>.

12. Southwick S.M., Bonanno G.A., Masten A.S., Panter-Brick C., & Yehuda R. Resilience Definitions, Theory, i Challenges: Interdisciplinary Perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 2014. Vol. 5. Issue 1, Article 25338. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>.
13. Windle G. What is Resilience? A Review and Concept Analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 2011. 21(2). P. 152–169. <https://doi.org/10.1017/S0959259810000420>.
14. De Dreu C.K., & Gelfand M.J. Conflict in the Workplace: Sources, functions, and dynamics across multiple levels of analysis. *The Psychology of Conflict and Conflict Management in Organizations*. 2008. 512 p. <https://doi.org/10.4324/9780203810125>.
15. Deutsch M. The Resolution of Conflict, Constructive and Destructive Processes. *Yale University Press*, New Haven. 1973. Vol. 17. Issue 2, <https://doi.org/10.1177/000276427301700206>.
16. Afzalur Rahim M. Toward a theory of managing organizational conflict. *International Journal of Conflict Management*, 2002. Vol. 13. No. 3. P. 206–235. <https://doi.org/10.1108/eb022874>.

## REFERENCES

1. Lazos, H.P. (2018). Rezilientnist: kontseptualizatsiia poniat, ohliad suchasnykh doslidzhen [Resilience: conceptualization of concepts, review of modern research]. *Aktualni problemy psykholohii*. Tom 3: *Konsultatyvna psykholohiia i psykhoterapiia*. Instytut psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy. Vinnytsia: FOP Rohalska I.O. Vyp. 14. 26–64 [in Ukrainian].
2. Pyrozhkov, S.I., Bozhok, Ye.V., & Khamitov, N.V. (2021). Natsionalna stiikist (rezylientnist) krainy: stratehiia i taktyka vyperedzhennia hibrydnykh zahroz [National stability (resilience) of the country: strategy and tactics of anticipation of hybrid threats]. *Visnyk NAN Ukrainy*, (8), 74–82. <https://doi.org/10.15407/visn2021.08.074> [in Ukrainian].
3. Bohdanovskyi, S.O., Myloslavska O.V. (2023). Rezylientnist yak skladova psykhičnoi vytryvalosti viiskovosluzhbovtisia [Resilience as a component of mental endurance of a serviceman]. *Psykholohiia natsionalnoyi bezpeky ta bezpeky zhittediyalnosti. Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Seriia: Psykholohiia*. Tom 34 (73). № 1. 197–202. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/32> [in Ukrainian].
4. Hrishyn, E.O. (2021). Rezyliientnist osobystosti: sutnist fenomenu, psykhiadiagnostyka ta zasoby rozvytku [Personality resilience: the essence of the phenomenon, psychodiagnostics and means of development]. *Visnyk KhNPU imeni H.S. Skovorody. Psykholohiia*. Vypusk 64. 62–81. <https://doi.org/10.34142/23129387.2021.64.04> [in Ukrainian].
5. P'iankivska, L.V. (2023). Osoblyvosti proiavu rezyliientnosti u studentiv v umovakh voiennoho chasu [Peculiarities of Resilience in Students in Wartime]. *Perspektyvy ta innovatsii nauky. Seriia «Pedahohika», Seriia «Psykholohiia», Seriia «Medytsyna»*. № 10(28). 623–633. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10\(28\)-623-633](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-10(28)-623-633) [in Ukrainian].
6. Tsiunan, T., Nahula, O., Adamska, Z. (2022). Psykholohichni umovy rezyliientnosti pedahoha v period voiennoho stanu [Psychological Conditions of Teacher Resilience in the Period of Martial Law]. *Pedahohichna osvita: Teoriia i praktyka. Psykholohiia. Pedahohika*. № 38 (2), 83–89. <https://doi.org/10.28925/2311-2409.2022.3813> [in Ukrainian].
7. Balakhtar K.S. (2022). Rezyliientnist vykladacha ZVO v umovakh viiskovoho stanu [Resilience of a university teacher under martial law]. *Visnyk Natsionalnoho aviatsiinoho universytetu. Seriia: Pedahohika. Psykholohiia: zbyrnyk naukovykh prats*. Kyiv: Natsionalniy aviatsiinyy universytet, Vyp. 1(20). 55–62 [in Ukrainian].
8. Masten, A.S. (2001). Ordinary Magic: Resilience Processes in Development. *American Psychologist*, 56 (3), 227–238. Retrieved from: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0003-066X.56.3.227> [in English].
9. Rutter, M. (2012). Resilience as a Dynamic Concept. *Development and Psychopathology*, 24(2), 335–344. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0954579412000028> [in English].
10. Bonanno, G. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59 (1), 20–28. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.59.1.20> [in English].
11. Fletcher, D., Sarkar, M. (2013). Psychological Resilience: A Review and Critique of Definitions, Concepts, and Theory. *European Psychologist*, 18(1), 12–23. <http://dx.doi.org/10.1027/1016-9040/a000124> [in English].
12. Southwick, S.M., Bonanno, G.A., Masten, A.S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience Definitions, Theory, i Challenges: Interdisciplinary Perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*. Vol. 5. Issue 1. Article 25338. <https://doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338> [in English].
13. Windle, G. (2011). What is Resilience? A Review and Concept Analysis. *Reviews in Clinical Gerontology*, 21(2). P. 152–169. <https://doi.org/10.1017/S0959259810000420>.

14. De Dreu, C.K., & Gelfand, M.J. (2008). Conflict in the Workplace: Sources, functions, and dynamics across multiple levels of analysis. *The Psychology of Conflict and Conflict Management in Organizations*. 512 p. <https://doi.org/10.4324/9780203810125> [in English].
15. Deutsch, M. (1973). *The Resolution of Conflict, Constructive and Destructive Processes*. Yale University Press, New Haven. Vol. 17. Issue 2, <https://doi.org/10.1177/000276427301700206> [in English].
16. Afzalur Rahim, M. (2002). Toward a theory of managing organizational conflict. *International Journal of Conflict Management*, Vol. 13. No. 3, P. 206–235. <https://doi.org/10.1108/eb022874> [in English].

Науковий журнал

*Журнал сучасної психології*

*№ 1 (32), 2024*

Комп'ютерна верстка – А.О. Марєєва  
Коректура – І. М. Чудеснова

Підписано до друку: 28.02.2024.  
Формат 60x84/8. Гарнітура Times New Roman.  
Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 15,58.  
Замов. № 0424/262. Наклад 100 прим.

Видавництво і друкарня – Видавничий дім «Гельветика»  
65101, Україна, м. Одеса, вул. Інглєзі, 6/1  
Телефон +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08  
E-mail: mailbox@helvetica.ua  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
ДК № 7623 від 22.06.2022 р.