

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІЖНАРОДНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



МАТЕРІАЛИ
МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ
ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ
КРИЗИ, ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ЦИФРОВОЇ
ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬНОГО ЖИТТЯ

14-15 вересня 2023 року

Одеса – 2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МІЖНАРОДНИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ



Факультет лінгвістики та перекладу
Кафедра педагогіки та психології

МАТЕРІАЛИ
МІЖНАРОДНОЇ
НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ

ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ В
СУЧАСНИХ УМОВАХ КРИЗИ, ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ЦИФРОВОЇ
ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬНОГО ЖИТТЯ

14-15 вересня 2023 року

Одеса – 2023

В збірнику наведені матеріали, які докладалися на Міжнародній науково-практичній конференції «Психологія життєвого простору особистості в сучасних умовах кризи, глобалізації та цифрової трансформації суспільного життя» (м.Одеса, 14-15 вересня 2023р.), висвітлюються: результати науково-практичної діяльності Міжнародного гуманітарного університету й інших ЗВО та організацій України і зарубіжжя.

Психологія життєвого простору особистості в сучасних умовах кризи, глобалізації та цифрової трансформації суспільного життя: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції, (14-15 вересня 2023р.), м. Одеса. – Міжнародний гуманітарний університет. 338 с.
URL: <http://surl.li/lsnqld>

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Голова редакційної колегії

Ківалов Сергій Васильович - Президент Міжнародного гуманітарного університету, академік НАПрН України, доктор юридичних наук, професор.

Заступники голови редакційної колегії:

Громовенко Костянтин Вікторович – ректор Міжнародного гуманітарного університету, професор, доктор юридичних наук, заслужений юрист України;

Лефтеров Василь Олександрович – перший проректор Міжнародного гуманітарного університету, професор, доктор психологічних наук.

Секретар редакційної колегії

Бедан Вікторія Борисівна – начальниця відділу аспірантури та науково-дослідної роботи Міжнародного гуманітарного університету, в. о. завідувача кафедри педагогіки та психології, доцент, кандидат психологічних наук.

Члени редакційної колегії:

Адамова Ганна Володимирівна – декан факультету лінгвістики та перекладу, Міжнародний гуманітарний університет;

Боринштейн Євген Рувалович. доктор філософських наук, професор, завідувач кафедри філософії, соціології та менеджменту соціокультурної діяльності; Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського».

Волощенко Борис Олексійович, викладач кафедри педагогіки та психології Міжнародний гуманітарний університет;

Єрмакова Світлана Станіславівна – професор кафедри педагогіки та психології, доктор педагогічних наук, професор Міжнародний гуманітарний університет;

Жигалкіна Наталія Віталіївна – доцент кафедри педагогіки та психології, кандидат психологічних наук, Міжнародний гуманітарний університет;

Іванова Оксана Станіславівна - кандидат філософських наук доцент, Міжнародний гуманітарний університет.

Казанжи Марія Йосипівна – професор кафедри педагогіки та психології, доктор психологічних наук, професор, Міжнародний гуманітарний університет;

Кічук Надія Василівна - дійсний член Академії вищої освіти України та Міжнародної академії педагогічних і соціальних наук, доктор педагогічних наук, професор, декан Педагогічного факультету, Ізмаїльський державний гуманітарний університет.

Косенко Корнелія Артурівна – професор кафедри педагогіки та психології, доктор медичних наук, Міжнародний гуманітарний університет;

Максименко Юрій Борисович - доктор психологічних наук, професор, Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського»;

Поплавська Єва Вадимівна – доцент кафедри педагогіки та психології, кандидат психологічних наук Міжнародний гуманітарний університет;

Райчева Лариса Іванівна – начальниця навчального відділу, кандидат економічних наук, доцент, Міжнародний гуманітарний університет;

Тімченко Олександр Володимирович - доктор психологічних наук, професор, головний науковий співробітник навчально-наукової лабораторії екстремальної та кризової психології, Національний університет цивільного захисту України.

Рекомендовано до друку Вченою Радою МГУ
(Протокол № 1 від 21 вересня 2023р.)

Тези доповідей надруковано в авторській редакції. Автори матеріалів несуть відповідальність за вірогідність наведених відомостей, точність даних за цитованою літературою та за використання даних, що не підлягають відкритій публікації.

Адамова Г.В.

*декан факультету лінгвістики та перекладу,
Міжнародний гуманітарний університет*

МОВЛЕННЄВІ ДОМІНАНТИ ЯК СКЛАДОВІ НООСФЕРНОГО МИСЛЕННЯ

Ноосферний рівень як організуюча та об'єднуюча сила планетарної людської свідомості є базисним для когнітивної діяльності та концептуалізації світу, а когнітивно-семантичний континуум — джерелом мовної діяльності, а отже можливою системою посередником між мовами світу, будучи скарбницею загальних ментальних смислів, які містить Всесвіт. Проте спроби безпосередньої матеріальної репрезентації когнітивно-семантичного континууму даремні, адже це метафізичний спосіб буття свідомості, де ключовим моментом є розуміння наявності ментально-інформаційного поля всесвіту.

Аналізуючи той доказовий факт, що мови репрезентують значну частину спільного для всього людства когнітивно-семантичного континууму, вважаємо за доцільне припущення - *сфера людського розуму на ноосферному рівні, та мовна семантика оперують* принципово, а не формально, *спільними змістовими одиницями і категоріями*. У зв'язку з цим *квантами ментальної інформації є змістові мовні одиниці та їх угруповання, які за принципами будови, системною ієрархією на всіх рівнях (слівна, лексико-семантичних груп, мовних картин світу) є симетричними, або ізоморфними загальному устрою світу, космосу, ноосфері [1].*

Вище зазначене цілком узгоджується з ідеєю взаємної подібності будови та організації мови, біологічних та всіх інших систем, що існують на нашій планеті і в космосі - законом симетрії, - адже *атомарними змістовими одиницями когнітивно-семантичного простору* логічно визнати *семи* (грец. *sema* — знак) — найдрібніші компоненти значень слів та інших семантичних одиниць мови.

Так, найперша аргументована європейська концепція про існування першоелементів світу та *єдність структури мислення* всіх людей сягає вроджених ідей Платона, вчення Аристотеля про спільність людських понять та аналогічних давньогрецьких філософських суджень. Саме з єдності структури мислення виникають *культури* — різні *варіанти світу смислів*, однак у стихійному людському розумінні, яке зберігає його ментальна скарбниця — *мова*. До того ж ця ідея висловлена ще в космогонічних міфах, які відтворюють перші спостереження людини над світокосмосом, перші спроби пояснити творіння світу та його устрій. У них стверджується думка про виникнення космосу з хаосу під дією регулювальної сили — логосу (слова, Божественної думки, світла). Так, найдавніші міфи про виникнення Всесвіту — це вчення про чотири першоелементи буття: воду, вогонь, землю, повітря — і стихії: простір, час, душу, розум.

Вивчаючи взаємодію значень слів індоєвропейських мов, мовознавці доводять, що ці стихії співвідносні з *першоелементами буття*: час співвідноситься із землею, простір — з водою, душа — з вогнем, розум — з повітрям. Кожний з цих елементів поводить по-різному, що також відображено у мові [3].

Так, наприклад, *час* давні люди уявляли то як рідину (час тече), то як еластичну річ (час тягнеться), то як істоту, що може літати (час летить), то як іншу живу субстанцію (час не чекає, поспішає, жене...). Подібні давні мовні метафори є *константами* майже всіх сучасних *європейських мов*.

До того ж європейські та інші мови мають величезну кількість *сталих* порівнянь, *метафор*, які яскраво характеризують вподобання людей тих часів, наприклад, поклоніння сонцю. Принагідно зауважимо, що більшість мов зберігає стерту персоніфікацію сонця, яка для давніх людей була абсолютно природною і щирою: сонце встає, сідає, пригріває, іде на літо, сходить, заходить; і більш сучасні: сонце посміхається, обіймає теплом; або з англ. «sun» «smiles», «embraces with warmth». Сонце - це символічний центр і серце космосу у більшості культур — провідник енергії сили. У світі артефактів також існує

безліч «земних» утілень сонця: від форми тарілок, млинців, прикрас — до курганів, що мали бути круглими, як сонце, або навіть планування цілих міст. Так, архетипи (праобрази) характеризують особливості сприймання та осмислення світу на елементарному і водночас фундаментальному рівні людської свідомості. Саме тому, мовні народні символи продовжують втілюватися в символах нових епох і світобачень.

Отож, *символи як константні сутності ментальності є* втіленням архетипів та *культурні алгоритми*, які діють у мовах і культурах і сучасного світу.

Аналогічні міркування містяться й у працях інших вітчизняних та зарубіжних лінгвістів. Однак будь-які спроби формально обмежити результати ментально-мовної діяльності закритим набором семантичних одиниць приваблюють, проте приречені на невдачу, принаймні на сучасному етапі наукових знань та можливостей. До того ж Дж. Лайонз вважав, що накопичені емпіричні дані щодо набору універсальних компонентів радше спростовують, ніж підтверджують цю гіпотезу.

Таким чином, *метамову семантичної інтерпретації змістового плану природних мов* слід сприймати лише як засіб представлення результатів аналізу, тому її не варто спеціально створювати. Метамова має бути просто достатньою для фіксації всіх відмінних і спільних ознак порівнюваних мов. Тобто можна використовувати звичні семи (на практиці — матеріальні оболонки слів природних мов) і описувати семантичні обсяги лексем та інших змістових одиниць однієї або різних мов. Алгоритми та методи опису різнитимуться залежно від мети дослідження, обсягу матеріалу, кількісно-якісного складу мов тощо.

Найбільш плідним, в усіх концепціях про семантичні примітиви (кварки, множинники, конструкти тощо), для визначення еталона міжмовного порівняння є припущення про *існування загального концептуального базису*, який у кожній мові має своєрідне втілення і власне *вербальне обличчя*. Наявність такого загальномовного базису виражає давню та спільну практично для всіх

філософських і теософських теорій ідею про *єдність космосу, фізичного і метафізичного світів*, ідею про Абсолют у кантівському розумінні як необмежене буття і першооснову світу [5].

Отже, універсальні смислові першоеlementи існують, створюють неповторні поєднання, в призмі яких виникають мовні одиниці, слова, культурні коди, картини світу. Виявити їх можна, спираючись на аксіому співвідношення макро та мікросвітів. *Рівень макрокосмосу (ноосфери, втіленням якої є когнітивно-семантичний континуум у вигляді універсальних квантів інформації) та мікрокосмосу (у вигляді мовної свідомості носіїв конкретних національних мов)*, за законами космології та метафізики, перебувають у ізоморфних відношеннях: «земний», фізичний вимір речей є *зменшеним дзеркальним відображенням будови універсуму*. Причому найбільш прозоро загальну будову найвищого рівня у зменшеній копії нижчого можна побачити на початковому, неускладненому етапі розвитку мікрокосму. Саме тому зрізи клітин та ембріонів використовують для унаочнення схем їхньої подібності до будови багатьох інших субстанцій, включаючи Сонячну систему і Всесвіт.

Так зникає відмінність між верхом і низом у світі невагомості, між північчю і півднем як крайніми точками географічних координат, які є взаємовимірними абсолютами. Склад і змістове наповнення універсальних семантичних елементів мають бути схожими для протокультур і прамов як *початкових базисів розвитку мов і культур* та для когнітивно-семантичного континууму як цілісного та одвічного інформаційного поля на ноосферному рівні існування. Це те, що з'єднує, робить принципово однаковим і неподільним найнижче і найвище, початок і кінець, діахронію і синхронію мовної свідомості як феномену усвідомленої реальності, що також існують як симбіоз, тобто неподільне ціле.

Відтак, смислові нюанси, відмінності та подібності між спорідненими словами та їхні похідні в різних індоєвропейських мовах — це окремі мінімапи фрагментів мовних картин світу, *основою яких є ключові смисли* (архетипні системи концептів) базисних семантичних полів: протокультурного і водночас ноосферного, відкритого для збагачення, поглиблення та розширення за рахунок

розвитку людства. Саме у цьому напрямі фіксується і семантичний розвиток давньоукраїнських та сучасних східнослов'янських відповідників на позначення архетипних систем мовних концептів.

Таким чином, семи виконують функцію кварків (у фізиці — складники елементарних часток, що беруть участь у сильних взаємодіях) у самій системі мовної семантики, коли встановлюються смислові містки між різними мовними одиницями і між мовами світу та когнітивно-семантичною сферою у вимірі планетарної свідомості.

Комбінаторика сем видозмінює семантику мовних одиниць, слугуючи основою будь-яких семантичних змін у мовах, подібно до хромосомної комбінаторики на рівні ДНК, що доводить спільність законів, які діють у природі. Проте, кількісну обмеженість елементарних семантичних одиниць і найпростіших ментальних концептів не варто сприймати буквально, адже підрахувати можна те, що має певні межі. Можливо лише обчислити семний склад виокремлених мовних зон: лексем, тематичних і лексико-семантичних груп, полів, і то приблизно — без точного урахування імпліцитних або інших «блукаючих» сем. Однак це також будуть базові семантичні одиниці, якими оперує мова і свідомість. Отже, першоеlementи смислів людських мов перетинаються у ноосферному та протокультурному вимірах, але вони по-різному структуруються, комбінуються у різних національних культурах залежно від особливостей концептуального світосприйняття. Аналогічно до того як структура молекули відображає структуру всесвіту, так і семантична будова окремих слів, семантичних груп мовних одиниць віддзеркалює загальні принципи мови та смислової організації інформаційного поля планети.

Отож, на всьому шляху розвитку людства, від найменшого до найбільшого — моделі відтворення, смисли смислів роблять людей різними і водночас єдиними в усі часи та в усіх способах за рахунок мовної діяльності. А найважливішим завданням сучасності є збереження народного духу, ментальної своєрідності, що виражається в усій палітрі концептосфер націй і слугує

основною силою для створення розмаїття мов і культур у загальнолюдській єдності.

Список використаної літератури

1. Вернадский В. И. Мысли о ноосфере / В. И. Вернадский // Биосфера и ноосфера / В. И. Вернадский. — М. : Наука, 1989. — С. 178—242
2. Голубовська І. О. Етнічні особливості мовних картин світу : монографія / І. О. Голубовська. — К. : Логос, 2004. — 284 с.
3. Манакін В. М. Про «семантичні примітиви» та еталон порівняння в зіставному мовознавстві / В. М. Манакін // Мова, людина, світ : зб. наук. ст. / відп. ред. О. О. Тараненко. — К.: Вид. центр КНЛУ, 2006. — С. 204—212.
4. Приходько А. М. Концепти і концептосистеми в когнітивно-дискурсивній парадигмі лінгвістики / А. М. Приходько. — Запоріжжя : Прем'єр, 2008. — 332 с.
5. Bonvillain, Nancy. Language, culture, and communication: the meaning of messages / Nancy Bonvillain. — 3rd edition. — NJ : Prentice Hall, Inc., 2000. — 266 p.

Astakvov V.M.,
MD, DSc, Professor,
Professor of the Department of Obstetrics and Gynecology,
Donetsk National Medical University

Batsylyeva O.V.,
DSc in Psychology, Professor,
Professor of the Department of Human Health,
Rehabilitation and Special Psychology,
H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University

Puz I.V.,
PhD in Psychology, associate professor,
Donetsk National Medical University

MENTAL SELF-REGULATION AS A MEANS OF PRESERVING AND RESTORING PERSONAL WELL-BEING AT THE TIME OF MODERN CONDITIONS OF MARTIAL LAW

Numerous transformations determining the development of modern society are reflected in various spheres of human life activities. It is common knowledge that an individual's well-being depends on a number of factors, the leading one being health, which is a rather complex and multifaceted phenomenon, which, according to WHO recommendations, is defined as a state of complete physical, mental and social well-being hence not only the absence of illnesses or disorders. In turn, a person's health depends on many factors. Thus, one of the destructive factors affecting one's health and well-being is being in stressful, tense situations (especially for a long time or permanently), which is one of the signs that society is in crisis. A person faces various stressors at different stages of one's life, which could affect his/her well-being, hinder the self-actualization. In modern conditions of martial law, the very act of living

becomes an exceptionally potent stressogenic factor, imposing extraordinary demands on both the body and the individual as a whole. In our opinion, one of the effective ways to preserve individual well-being can be mental self-regulation as a system of tools helping to effectively resist various negative factors, regulate one's physical and mental condition, properly utilize inner resources.

The purpose of the paper is to analyze the features of mental self-regulation as a method of preserving individual well-being of modern conditions of martial law.

The paper established that the inability to control one's emotions and feelings, adapt to new requirements and conditions are significant obstacles to success intentions, causing the emergence and development of various neuropsychiatric and psychosomatic disorders and diseases. Mental self-regulation is considered one of the effective solutions involving individual's ability to control one's own psycho-emotional state using several methods, including imaginary images, words, actions. It should be noted that effective mental self-regulation prevents the accumulation of overexertion, helps to restore health and strength, stabilizes psycho-emotional background, enhances control over one's emotions and behavior in general, reduces the risk of traumatic factors causing adverse effects, improves mood and mental performance.

The most basic and accessible tools of mental self-regulation are methods of positive thinking; observing something beautiful; viewing photos; caring for plants and animals; walking in the fresh air in parks or woods; listening to one's favorite music, engaging in moderate physical activity, etc. Following aspects should be considered when using mental self-regulation: first, it is a precaution against negative emotional states; secondly, it reduces the intensity of already existing destructive conditions.

Analysis of existing methods and techniques of mental self-regulation indicates their diversity, so for their more convenient use, experts often divide them into different groups or classify according to different criteria. The majority of mental self-regulation methods are performed at voluntary and conscious levels. Techniques of mental self-regulation can be divided into two groups: psychophysiological and psychological. Psychophysiological methods of mental self-regulation are based on the relationship

of mental and physiological functions, and therefore involve influencing the emotional state through the arbitrary control of one's own breathing, movements, usage of temperature stimuli and more. Accordingly, the following are distinguished: muscular techniques, characterized by reduction of muscle tension leading to calmness, relaxation, while the increase of such tension – to the activation of nervous system and mobilization of human inner resources; breathing techniques based on the relationship of emotional state with the type of breathing (calming or mobilizing); techniques based on the use of temperature stimuli are based on the notion that low temperatures invigorate and empower the human body, while warm – soothe and relieve stress.

The essence of psychological techniques of mental self-regulation is the interaction between emotions and mental, cognitive and volitional processes, along with interaction with different emotions. According to the type of mental process being used as a leader in the process of exercising the necessary self-influence, we can distinguish volitional, rational, mnemonic and other techniques based on imagination and attention, emotional stress and behavioral techniques. Thus, volitional methods of self-regulation are based on volitional effort and are aimed at overcoming difficulties on the way to achieving the goal. Rational techniques involve reducing stress effects by logical thinking, appeals to reason. Imagination-based techniques aimed at reducing psycho-emotional stress by activating the imagination and creating the right images through self-suggestion, modeling the future situation, using the right image, and so on. Mnemonic techniques involve purposeful activation of the necessary positive memories and experiences in the memory. Techniques based on switching attention involve the development of an ability to switch attention from something unpleasant to pleasant or neutral things or actions. Emotional stress techniques include those methods aimed at causing a person to feel eustress. Most of these techniques are based on the activation of individual's creative potential, which involves production of creative objects, creative communication with nature, engagement in various kinds of arts, travel, search for inspiration in everyday life. Behavioral techniques include self-regulation methods improving the psycho-emotional state due to the implementation

of certain forms of behavioral activity through a person's awareness of what brings her/him anxiety and excitement.

Given the variety of the above-mentioned methods of mental self-regulation, it is important to consider person's age, current state of health and individual psychological characteristics before applying these techniques.

Thus, we can conclude that mental self-regulation is one of the effective means of preserving the individual's well-being, which will certainly contribute to its harmonious functioning. Comprehensive mastery of mental self-regulation techniques will reduce the manifestation of destructive psycho-emotional states and feelings that may arise in individuals as a result of the action of various stressors typical for a life in modern conditions of martial law.

Асєєва Ю.О.

*доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри
мовної та психолого-педагогічної підготовки*

Одеського національного економічного університету

ПРОГРАМИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я В УКРАЇНІ ПІД ЧАС ПОВНОМАСШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ

Нестабільна політична ситуація, спочатку загроза територіального вторгнення, а потім повномасштабне вторгнення в державу, ведення активних бойових дій на території деяких областей держави, в край негативно впливають на емоційні стани населення під загрозою не лише фізичне, а і психічне та психологічне здоров'я. У зв'язку з цим кількість досліджень присвячених проблемам збереження фізичного та ментального здоров'я зростає як серед вітчизняних так і серед зарубіжних науковців. Проблематикою впливу воєнних дій на здоров'я мирних громадян майже століття, займаються науковці всього світу: Аймедов К. В., Александров Ю. В., Богданова І. Є., В'юн В. В., Волощук А. Е., Воронова Ю. В., Джонс Л., Зеленська К. О., Карвасарський Б. Д., Кожина Г. М., Кожин М. І., Лакшмінараяна Р., Люстіг С. Л., Мозгова Т. П., Моріна Н., Мурті С. С., Скрипніков А. М., Сміт Д., Толмачов О. А., та інші [1-7].

Незважаючи на велику кількість наукових надбань із цієї проблематики, вона залишається актуальною і сьогодні, оскільки воєнні події продовжуються, що неминуче впливає на ментальне здоров'я нації. Сьогодні не лише науковці, а і Перша Леді опікується психічним здоров'ям нації, створено Всеукраїнську програму ментального здоров'я. У межах цієї програми 10 травня 2023 року відбулося розширене засідання Міжвідомчої координаційної ради з питань охорони психічного здоров'я та надання психологічної допомоги особам, які постраждали внаслідок агресії проти України. Створено: «Національну програму психічного здоров'я та психосоціальної підтримки»; «Міжвідомчу координаційну раду з питань охорони психічного здоров'я та надання

психологічної допомоги»; на базі МОЗ сформовано проєктний офіс, який відповідає за розробку та втілення «Національної програми психічного здоров'я та психосоціальної підтримки»; МОЗ та НСЗУ запровадили пакет «Супровід і лікування дорослих та дітей з психічними розладами на первинному рівні медичної допомоги» у межах «Програми медичних гарантій»; оперативну дорожню карту «Пріоритетні багатосекторні заходи із психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в Україні під час та після війни»; проведено аудит потреб населення у послугах зі сфери психічного здоров'я тощо.

Також розпочато комунікаційну кампанію, яка повинна сформувати у суспільстві культуру турботи про ментальне здоров'я та подолати стигму – «Ти як?». Впроваджується програма mhGAP, яка спрямована на подолання прогалів у сфері психічного здоров'я під егідою ВООЗ.

Поступово формуються центри підтримки цивільного населення при обласних військових адміністраціях, створення яких передбачено відповідним проектом постанови Кабінету Міністрів. Такі центри мають на меті забезпечити ефективну взаємодію та координацію з органами виконавчої влади, правоохоронними та іншими державними структурами, місцевим самоврядуванням, громадськими організаціями і розбудувати дієвий механізм адміністрування потреб, ресурсів та послуг.

Воєнний стан спричиняє безліч травматичних подій, люди постійно стикаються з численними стресовими факторами, такими як втрата близьких, руйнування будинків, непередбачуваність та страх за своє життя і життя своїх рідних. Все це може викликати не тільки фізичні але й емоційні та психологічні травми, тривогу, депресію та інші психічні розлади. Тривалість впливу цих факторів може спричиняти такі розлади, як пролонгований стрес, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), які проявляються у відчутті тривожності, страху, постійним переживанням болючих спогадів та іншими симптомами.

На сьогодні вже 94 % молодого покоління знаходяться за межами нормального рівня тривожності, серед підлітків значно підвищено рівень страху

хвороби близьких людей – 68 %, зростає страх щодо прояву агресивних дій відносно близьких – у 24 %, з'являється суттєвий відсоток прояву страхів перед майбутнім – 48 %, страх бідності – 37 %, посилюється страх смерті – 32 % та страх стати жертвою насильства, злочинних дій – 31 %. Важливою частиною допомоги в таких умовах є підтримка від сім'ї, друзів та спільноти. Отож, гостро зростає потреба у професійному психологічному супроводі та психокорекції.

Загальний стан психологічного здоров'я нації під час воєнних дій вимагає комплексного підходу та уваги до потреб і психічного стану всіх громадян. Удосконалення психологічної практики та розвиток системи психологічної допомоги населенню України під час воєнних дій є важливим завданням, яке може включати наступні заходи:

- Навчання та підготовка психологів та фахівців з психічного здоров'я: забезпечення високоякісної освіти та навчання для психологів та інших фахівців, що працюють у галузі психічного здоров'я, яке охоплюватиме навчання практичним навичкам: по роботі із посттравматичним стресовим розладом, розкриватиме особливості роботи з ветеранами, дітьми та сім'ями, які потерпіли від воєнного стану.

- Забезпечення доступу до психологічної допомоги більш доступнішим для населення, що включатиме розширення мережі центрів психологічної допомоги та готовність надавати дистанційну допомогу через інтернет.

- Створення та організація груп підтримки для тих, хто пережив втрату, чи переживає фруструючі стани що пов'язані із полоном близьких людей, чи об'явленням їх безвісті зниклими. Такі групи допомоги надають можливість таким людям відчувати підтримку спільноти та отримати додаткову практичну інформацію від тих хто ділиться своїми власним досвідом переживання таких станів.

- Активна співпраця з міжнародними організаціями які мають досвід у психологічній підтримці військових конфліктів, для обміну найкращими практиками та ресурсами.

– Неспинно продовжувати заходи щодо профілактики психологічних проблем у військових та цивільного населення.

– Продовжувати проводити дослідження та моніторинг психологічного стану населення під час війни, щоб зрозуміти потреби та ефективність заходів психологічної допомоги.

– Ці заходи можуть сприяти покращенню психологічної допомоги населенню України під час воєнних дій та сприяти збереженню і відновленню психічного здоров'я тих, хто постраждав внаслідок конфлікту.

Список використаної літератури

1. Аймедов К.В., Волощук А.Е., Асєєва Ю.О., Толмачов О.А., Сучасна діагностична концепція посттравматичного стресового розладу. *Архів психіатрії* 2016., Т.22,№2. С.128-129

2. Александров Ю. В., Богданова І. Є., Воронова Ю. В.. Екстремальна та кризова психологія: термінологічний словник.; за заг. ред. О. В. Тімченко. Харків: ХНАДУ; НУЦЗУ, 2010. 291 с.

3. Охорона психічного здоров'я в умовах війни: у 2 т./ пер.з. англ. Семигіна Т., Павленко І., Овсянєнкова Є., Тєслєнко О., К.: Наш формат, 2017. – 1 том., 568 с.

4. Kozhyna, H.M., Zelenska, K.O., Viun, V.V., Khaustov, M.M., & Asieieva, Yu.O. (2021) Clinical specifics of stress-related disorders in volunteers whose activities are related to Joint Forces Operation. *Amazonia Investiga*, 10(45), 141-147. DOI: <https://doi.org/10.34069/AI/2021.45.09.15>

5. Mozgova T.P., Skrypnikov A.M., Vyun V.V., Asieieva Y.O., Leshchyna I.V., Kozhyn M.I., Khaustov M.M. (2021) Folate cycle drugs in the complex preventive therapy for the miscarriage. *World of Medicine and Biology*. №2 (76) P.98-103 DOI: 10.26724/2079-8334-2021-2-76-98-103

6. Price J.H., Khubchandani J. (2019) The changing characteristics of african-american adolescent suicides, 2001–2017. *Journal of Community Health* 1–8.URL: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10900-019-00678-x>

7. Joshi P.T. and Deborah O'Donnell (2003) Consequences of child exposure to war and terrorism. *Clinical Child and Family Psychology Review* 6(4):279-291.

Барко В.В.,

*кандидат педагогічних наук, старший дослідник,
провідний науковий співробітник
лабораторії психологічного забезпечення
Державного науково-дослідного
інституту МВС України*

Барко В. І.,

*доктор психологічних наук, професор;
головний науковий співробітник
лабораторії психологічного забезпечення
Державного науково-дослідного
інституту МВС України*

СИСТЕМНИЙ ПІДХІД У ВИВЧЕННІ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ

В умовах війни постає необхідність вдосконалення інструментарію, який застосовується з метою психодіагностичного вивчення персоналу поліції. Зростає потреба у розробці й оптимізації методів дослідження психологічної готовності особи до дій в особливих умовах, здійснення ефективного добору персоналу і призначення на посади Національної поліції України [1].

Теоретичним підґрунтям такої оптимізації методів дослідження особистості може стати реалізація системного підходу, який:

А) ґрунтується на конвергенції біогенетичних і соціокультурних теорій дослідження особистості (згідно з концепціями ортогенезису і теорії інтегральної індивідуальності С. Максименка, В. Мерліна), відповідно до яких усі природні та соціальні якості в людині щільно пов'язані. Індивідуальні та особистісні риси не протиставляються, а здійснюється пошук механізмів їх координації і субординації. Так, ми розглядаємо індивідуальність як унікальну,

неповторну, автономну біосоціальну систему, що саморозвивається і саморегулюється; включає в себе багатомірні і багаторівневі зв'язки, що охоплюють ієрархічно підпорядковані властивості всіх ступенів розвитку матерії – фізичних, біохімічних, фізіологічних, соціально-групових та суспільно-історичних [2]. Зважаючи на неоднорідність характеристик інтегральної індивідуальності, можливо уявити її трирівневу структуру. Нижній рівень – біологічний базис, який складається з формально-динамічних ознак – стать, темперамент, задатки тощо. Другий рівень – предметно-змістовні якості, які включають в себе риси характеру, здібності, типи особистості, стильові характеристики діяльності. Третій, верхній рівень – духовно-світоглядні характеристики, власне особистісні властивості (спрямованість, цінності, переконання, установки). За такого підходу, індивідуальність – це продукт злиття соціального і біологічного в індивідуальному розвитку людини, який спрямовує розвиток індивіда, особистості і суб'єкта, стабілізує його, пов'язує властивості і є важливим чинником життєстійкості. Особистість є складовою індивідуальності, її характеристикою як суспільного індивіда, об'єкта і суб'єкта історичного процесу. Якщо особистість – це вершина усієї структури людських властивостей, то індивідуальність – це глибина особистості і суб'єкта [2].

Б) зважає на доцільність поєднання позитивних сторін номотетичного й ідеографічного підходів у дослідженні особистості. Номотетичний напрям у психології означає вивчення загальних (спільних) закономірностей психічної діяльності людини. Теоретично з такий погляд на особистість до певної міри виправданий, але на практиці він не завжди корисний. У роботі психолога з конкретними людьми необхідний також ідеографічний, індивідуально-особистісний підхід, який пояснює наявність різних індивідуальних властивостей у людей, які виховані в одній культурі, але по-різному проявляють себе при виборі професії, друзів, сфери інтересів, способів соціальної активності. Не випадково, прихильник ідеографічного підходу Г. Олпорт розмежовував *загальні рис та індивідуальні*. Перші включають будь-які характеристики, властиві людям у межах даної культури. Це категорія рис, що унікальна для

кожної конкретної людини, вони найточніше відображують її особистісну структуру. Згідно з Олпортом, особистість адекватно можна описати лише шляхом вимірювання її індивідуальних рис, з використанням таких методів, як клінічний опис випадку, щоденник, листи та ін. [3].

В) підтверджує доцільність побудови діагностичного інструментарію на базі *ортогональних моделей* особистості. Першу таку модель надав К. Юнг, який описав інтроверсію та екстраверсію - найважливіші типологічні характеристики індивідуального типу реагування. Юнг також розглядав ще чотири полярні психічні функції (мислення-почуття; сенсорні відчуття-інтуїція), розробив варіант ортогональної моделі особистості і типологію індивідуальних особливостей. Г. Айзенк запропонував свій варіант ортогональної схеми, який також є дихотомічним: інтроверсія - екстраверсія, нейротизм, протиставивши нестійкий, невротизований тип сталому, стабільному і створив нову типологію індивідуальних властивостей людини.

Ортогональні моделі особистості відображують фундаментальні закони всесвіту. У природі всі організовані структури в значній мірі підкоряються закону симетрії. Тому використання ортогональних моделей особистісних властивостей цілком виправдано, оскільки вони протиставляють протилежні, сильно виражені характеристики і дозволяють орієнтуватися в складному світі індивідуальних властивостей людини.

Згідно з ортогональними моделями, тип реагування в значній мірі визначається типом вищої нервової діяльності. Сучасна ортогональна типологія починається з конституційно заданих властивостей, продовжується в індивідуально-психологічних і особистісних особливостях, вона може бути представлена схемою, в якій фундаментальні ортогональні ознаки інтроверсії - екстраверсії і тривожності – агресивності доповнені протиставленими одна одній ригідністю - лабільністю і сензитивністю - спонтанністю. Численні дослідження підтвердили важливе значення вроджених властивостей у формуванні особистості і показали, кожна людина притаманним їй способом сприйняття вибирає і освоює певну інформацію. Дослідники вважають, що в

основі такого індивідуально-окресленого стилю сприйняття, переробки і відтворення інформації про пізнаваний світ, лежить так звана *провідна тенденція*, яка пронизують всі рівні особистості: найнижчі, біологічні; характерологічну структуру, а також найвищі рівні особистості, якими є соціальна спрямованість і ієрархія цінностей людини [2].

Поняття «провідна тенденція» більш ємне і динамічне, ніж «риси», «властивість», «стан»: воно їх усіх об'єднує, це ніби узагальнена риса. Дана дефініція включає в себе і умови формування певної особистісної властивості, і саму властивість, і predisпозицію до того стану, який може розвинути під впливом середовища. Наприклад, підвищена тривожність як конституційна властивість веде до формування підвищеного рівня тривожності як індивідуально-особистісної риси і легко переростає в стан тривоги при несприятливій ситуації.

Ми дотримуємось позиції, згідно з якою «особистість» слід розуміти як цілісне утворення, відкриту зовнішньому досвіду саморегулюючу систему, в якій на всіх рівнях проявляється провідна тенденція, що надає індивідуальне забарвлення таким структурним компонентам, як мотиваційна спрямованість, емоційна сфера, стиль мислення і спосіб спілкування. Якщо трактувати особистісний конструкт, ґрунтуючись на провідних тенденціях, то з'явиться той стрижень, який надає індивідуальний стиль всім особистісним аспектам. Базові характеристики темпераменту (характеру), виявлені відповідними тестами, знайдуть своє продовження в індивідуальних і особистісних особливостях, виявлених іншими методиками, зверненими до більш високих рівнів розвитку особистості. Саме провідні тенденції лежать в основі спонтанної, непередбачуваної поведінки в складних ситуаціях і в стресі.

Можливо підсумувати, що розглянуті підходи дозволять збільшити точність психологічного діагнозу. Використання системного підходу, ортогональних моделей дозволяє психологу підбирати оптимальні діагностичні методики і за результатами їх використання доповнювати і уточнювати отримані результати щодо оцінки і вимірювання індивідуальних особливостей особи.

Власні дослідження показали, що адаптовані україномовні варіанти зарубіжних методик, які засновані на ортогональних моделях, мають високі показники критеріальної валідності і ретестової надійності. Так, наприклад, комплексне використання Індивідуально-типологічного опитувальника (ІТО), Опитувальника Великої П'ятірки (ОВП), «Міні-Мульт» дають можливість швидко визначити типологічні особливості поліцейського (екстраверсію, нейротизм, ригідність, лабільність), встановити тип реагування (провідні тенденції), характерологічні властивості (сумлінність, поступливість, відкритість досвіду), причому між шалами зазначених опитувальників виявлено значущі кореляційні зв'язки, що уможливило підтвердження (або заперечення) отриманих психологом результатів і збільшення точності прогнозу і ефективності діяльності персоналу. Названі методики реалізують номотетичний психодіагностичний підхід, дозволяють ранжувати респондентів за рівнем розвитку певної психологічної властивості, визначати більш і менш придатних осіб тощо. Посилити прогностичну точність діагнозу можливо за рахунок використання методів ідеографічного дослідження особистості, які дозволять визначити деякі унікальні психологічні особливості людини (наприклад, проєктивні тести Г. Роршаха і Л. Сонді).

Список використаної літератури

1. Про Національну поліцію: Закон України від 10.12.2015 № 889-VIII // Відомості Верховної Ради України. 2015. № 40–41 (від 09.10.2015). СТ.379. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19> (дата звертання 21.01.2019).
2. Барко В.В., Барко В.І. *Психологічне вивчення індивідуальних особливостей працівників Національної поліції України з використанням адаптованого зарубіжного психодіагностичного інструментарію (за заг. ред. доктора психологічних наук, професора О.О. Євдокімової) : монографія*. Харків : Факт, 2022. 272 с.
3. Allport G.W. (1981). *Personality and Social encounter. Selected essays*. Chic., L.:Univ. of Chic. Press. 388 p.

Башиєй О. О.

практичний психолог,

викладач соціальних дисциплін,

Черкаський фаховий коледж харчових технологій та бізнесу

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА У ПРОЦЕСІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА КОЛЕДЖУ

Одним з основних завдань фахової передвищої освіти на сьогоднішні є формування психолого-педагогічної компетенції студентів коледжу. Педагогіка як наука, що бурхливо розвивається в останні 10-15 років, є потужним інструментом дослідження професійних компетенцій студентів у галузі вивчення предметів психолого-педагогічного циклу [3, с. 58].

Досвід роботи у Черкаському фаховому коледжі харчових технологій та бізнесу свідчить, що для вчорашнього випускника школи, а сьогодні студента коледжу, змінюються умови життя та морально-психологічний клімат.

Вибір способу життєдіяльності студента проходить через процес соціалізації особистості шляхом самовдосконалення.

На основі аналізу психолого-педагогічної та методичної літератури, враховуючи вікові та індивідуальні особливості студентів навчального закладу І рівня акредитації, зазначимо, що студентство є особливою соціальною групою в процесі соціалізації. Кожна вікова група студентської молоді має свої, притаманні тільки їй, особливості розвитку та інтереси [2].

Слушною є думка Л. Виготського, який наголошує, що проблема інтересів у підлітковому віці є «ключем до всієї проблеми розвитку підлітка». Тому слід зауважити, що протягом цього періоду відбуваються численні психологічні зрушення, зіткнення із освітнім середовищем коледжу, при чому проходять ці процеси по-різному, залежно від соціокультурних умов, які притаманні суспільству. При цьому головним завданням соціалізації студента, що

забезпечує багатогранний розвиток є формування системи потреб у процесі самовдосконалення особистості та їх прояв у стилі життєдіяльності підлітка.

Для студентської молоді коледжу найбільш ефективним є період від 15 до 19 років. Саме такі вікові межі покладені в основу дослідження проблеми соціалізації студентської молоді в умовах освітнього середовища коледжу [1].

З метою виявлення рівнів соціалізації студентів у процесі експериментального дослідження було проведено анкетування в студентських групах I–III курсів. У опитуванні взяло участь 80 респондентів.

Аналіз проведеного анкетування свідчить про те, що : – для студентів I курсу характерним є низький рівень соціалізації і це є природно, бо вони ще не вплилися в освітнє середовище коледжу; – для студентів II курсу характерний середній рівень соціалізації, тому з цією категорією молоді необхідно проводити роботу з формування самовдосконалення особистості; – студентам III курсу притаманний високий рівень соціалізації. Це свідчить про те, що за роки навчання студенти успішно соціалізуються в коледжі.

Активізації процесу соціалізації студентської молоді шляхом самовдосконалення сприяють: – своєчасне усвідомлення студентом необхідності ґрунтовного оволодіння навчальною діяльністю; – розуміння студентом сутності, змісту й особливостей процесу соціалізації в умовах освітнього середовища коледжу; – доброзичливе товариське ставлення викладачів до студентів, ненав'язливий обмін з ними власним педагогічним досвідом.

Діяльність щодо організації процесу соціалізації студентської молоді повинна мати комплексний характер та являти собою координацію всієї різноманітної педагогічної діяльності викладачів коледжу : – використання взаємопов'язаних методів, об'єднаних однією метою; організаційні рекомендації, з метою виявлення особливостей соціалізації студентів в освітньому середовищі коледжу; – врахування у навчально-методичних документах уточненого змісту понять «соціалізація студентської молоді», «професійне самовдосконалення»; – визначення рівня професійного самовдосконалення студентської молоді, використовуючи розроблені у

науковому дослідженні показники, для більш глибокого вивчення особистісних особливостей студента; – проведення дискусій, семінарів, тренінгів зі студентами з проблеми соціалізації студентської молоді та їх професійного самовдосконалення на початковому етапі навчання. Це допоможе формувати колектив з певними груповими цінностями, нормами, цілями; – включити питання з організації процесу соціалізації студентської молоді шляхом самовдосконалення до змісту навчальних занять; – створити базу даних про студентів, побудовану за принципами єдності і наступності виховних впливів викладачів коледжу, що дозволить підвищити ефективність активізації процесу соціалізації студентської молоді; – систематично обмінюватися з педагогами коледжу педагогічним досвідом освітньої діяльності щодо організації процесу соціалізації студентської молоді.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми формування особистості студента у процесі соціалізації в умовах освітнього середовища коледжу. Подальшого дослідження потребує проблема взаємодії системи «студент – освітнє середовище» у процесі соціалізації в умовах коледжу.

Список використаної літератури

1. Ковальчук Н.П. Формування особистості студента у процесі соціалізації в умовах освітньо-виховного середовища педагогічного коледжу. С.1 – 6. URL : <https://core.ac.uk/download/pdf/12082706.pdf> (дата звернення: 18.08.2023).
2. Коробкіна О.Г. Психологія розвитку та формування особистості дитини: реком. бібліогр. покажч. Харків : ХНПУ, 2018. 76 с.
3. Хачатурян К.Р. Педагогічні технології формування готовності студентів коледжу до професійної діяльності. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. № 83, 2022. С.58 – 61. <http://www.pedagogy-journal.kpu.zp.ua/archive/2022/83/9.pdf> (дата звернення: 18.08.2023).

Бедан В. Б.

*кандидат психологічних наук, доцент,
завідувачка кафедри психології та педагогіки
Міжнародний гуманітарний університет*

Єрмаков М. О.

*студент I курсу Фахового коледжу
Міжнародний гуманітарний університет*

СТРУКТУРНІ СКЛАДОВІ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ФАХІВЦІВ ІТ-СФЕРИ

Відбулися зміни у сфері затребуваності професій. Так, ІТ-індустрія за останнє десятиліття стала одним із найбільших динамічних секторів життя людства. На сьогодні жодна з професій не обходиться без комп'ютерних технологій, відповідно стрімко зростає попит на висококваліфікованих фахівців у галузі інформаційних технологій (ІТ). Аналіз експертних оцінок роботодавців, які аналізують *професійно-важливі якості ІТ-фахівців*, які набуті ними у якості компетенцій дає підстави стверджувати, що вже на етапі навчання майбутнього фахівця ІТ галузі варто орієнтуватися на задоволення потреби стейкхолдерів та суспільства [4]. Відтак, для чіткого визначення системи формування професійно-психологічного благополуччя фахівців визначальним є актуалізація відповідних вимог до професіографічного профілю фахівця ІТ сфери, чому передуює визначення функціонального профілю професії.

Принагідно зауважимо, що до останнього часу існував стереотип, що всі айтишники – це програмісти, але це не так. ІТ-галузь об'єднує в собі досить багато різнопланових професій, в тому числі й «нетехнічних». Серед них такі як-от[1]: тестувальник (QA-інженер), менеджер проєкту (Project Manager), бізнес-аналітик, системний адміністратор, дизайнер, тімлід (Team Lead), архітектор

(Software Architect), програміст., web-програміст, дослідник (Researcher), продавець (business development executive/inside salesman), тощо.

Саме тому, перед науковцями стоїть питання не лише віднайти сучасні ресурсні інструменти з підбору висококваліфікованих фахівців зазначеної сфери, але й забезпечити їх надійними інструментами підтримки професійного здоров'я, подолання негативних наслідків професійного стресу.

Відтак, за останні роки фахівці різних наукових шкіл присвятили свої дослідницькі пошуки у цій сфері, зокрема: Colin K, Herranen S, Poloniemi S. дослідили вплив окремих особистісних якостей фахівців ІТ сфери на їх ефективність роботи, зокрема на прикладі лідерських і творчих здібностей [2]. Hendon M. у співавторстві у статті «Рівні емоційного інтелекту та комунікації фахівців з інформаційних технологій», довів позитивний зв'язок між емоційним інтелектом і комунікативною адаптивністю професіоналів сфери інформаційних технологій [3].

Отже, мета нашого дослідження власне і полягає у тому, щоб за допомогою професіографічного аналізу діяльності фахівців ІТ сфери визначити професійно-важливі якості фахівців, сформувати найбільш значущі компоненти, що впливають на ефективний розвиток фахівців у професіогенезі, та сформувати програму з підтримки та розвитку професійного здоров'я працівників ІТ-сфери.

Проведений аналіз наукових джерел, зокрема фахівців, що досліджували проблеми формування професійно-важливих якостей фахівців ІТ сфери дають нам підстави стверджувати, що до найбільш значущих фахівців у галузі ІТ належать: «емоційний інтелект» (52,4%); «здатність до усвідомленого активного самовдосконалення» (37,6%); «здатність розв'язувати виробничі проблеми» (32,9%); «лідерство» (18,8%). Не менш важливими є «вміння співпрацювати в команді», «уміння налагоджувати комунікації» (32,9%); «комунікабельність» (28,2%). Окрему групу утворили когнітивні показники (мислення, пам'ять, увага, уява) і темперамент (37,6 – 9,4 %); креативність (28,2%); педантичність і уважність до деталей 28,2%); гнучкість (лабільність) та адаптивність (23,5%) також мають професійне значення для успішної діяльності фахівців ІТ сфери.

Здатність до стратегічного планування (9,4%) дещо поступається у значенні для побудови його професійної кар'єри в ІТ-сфері. Частина фахівців вважають фізичні кондиції (18,8%) та психофізичні якості (4,7–9,4%) цінними для високої продуктивності праці ІТ-фахівців. Чесність, самоврядування, самовпевненість, міцну робочу етику та вміння керувати своїм часом визначили як важливими (4,7%) фахівців.

Таким чином, факторний аналіз та ранжування найбільш професійно значимих якостей за ваговими коефіцієнтами дали змогу виокремити як найважливіші якості, такі як емоційний інтелект; здатність до активного самовдосконалення. Усі групи професійно-важливих якостей були умовно розподілені на п'ять груп: емоційний інтелект і активне навчання (52,4 – 37,6%); комунікативність у поєднанні з самостійністю (автономністю) (32,9 – 28,2%); Когнітивні (37,6 – 9,4%); психофізичні (18,8 – 4,7%); групи якостей: лідерство, гнучкість, адаптивність, креативність / винахідливість, уважність до деталей (18,8 – 28,2%).

Список використаної літератури

1. Андрес А., Федак О. Максим'як Я. Професійно важливі якості фахівців галузі інформаційних технологій та їх формування засобами фізичного виховання. Спортивна наука України. 2019. №1 (89) С. 3–11.
2. Collin K, Herranen S, Paloniemi S, et al. Leadership as an enable of professional agency and creativity: case studies from the Finnish information technology sector. International journal of training and development. 2018. 22 (3). 222–32.
3. Хендон М. , Л. Пауэл, Х. Уиммер Уровни эмоционального интеллекта и общения у специалистов по информационным технологиям. Компьютеры в человеческом поведении. 2017. Том 71, С. 165–171.
4. Робота в ІТ: Перші кроки до популярної професії. URL: <https://itcluster.lviv.ua/robota-v-pershi-kroky-populyarnoyi-profesiyi/>

h
t
t
p
s
d
o
i
o
r
g

Бедан В. Б.

*кандидат психологічних наук, доцент
завідувач кафедри педагогіки та психології
Міжнародний гуманітарний університет*

Осадчук В.

здобувачка 3 курсу першого (бакалаврського) рівня зі спеціальності 053

Психологія

Міжнародний гуманітарний університет

САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ У СОЦМЕРЕЖАХ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Онлайн-спілкування відрізняється від спілкування віч-на-віч у багатьох аспектах. Через ці відмінності тривають дебати щодо того, чи люди розкривають своє справжнє я в соціальних мережах, чи вони представляють ідеалізовану чи соціально прийнятну версію себе. У той час як деякі особливості онлайн-комунікації (такі як анонімність і знижена насиченість інформацією) стверджували, що сприяють саморозкриттю, існують інші особливості (такі як асинхронність, численні аудиторії та зворотний зв'язок аудиторії), які сприяють самопрезентації.

Крім анонімності, існує багато відмінностей між спілкуванням в Інтернеті та спілкуванням віч-на-віч, що призводить до триваючих дебатів щодо того, чи люди розкривають своє справжнє я в Інтернеті, чи вони представляють себе ідеальним чи найкращим.

З одного боку, анонімність і відсутність невербальних сигналів, які надають соціальні медіа, можуть сприяти більшому розкриттю людини [4]. З іншого боку, вищий рівень контролю, який надає онлайн-комунікація, дає людям час подумати та переглянути свої відповіді, щоб представити себе в найбільш позитивному світлі [2,3]. Крім того, люди можуть представити себе більш

ідеальним в Інтернеті, оскільки в Інтернеті існує менше обмежень, накладених реальністю, ніж у спілкуванні віч-на-віч [3]. Наприклад, люди можуть публікувати інформацію та зображення брендів класу люкс, навіть якщо вони не можуть дозволити собі ці бренди в реальному житті [4]. Дійсно, люди частіше публікують у Facebook позитивну інформацію про себе, ніж негативну, що може викликати заздрість у тих, хто читає такі публікації [4].

Чи сприяють соціальні мережі саморозкриттю чи самопрезентації? Саморозкриття визначається як «усна передача особистої інформації про себе іншій особі» і відображає передачу фактичної репрезентації себе, незалежно від того, як це впливає на її публічний образ себе. На відміну від цього, самопрезентація визначається як «цілеспрямована діяльність контролю інформації, спрямована щоб вплинути на враження, сформовані аудиторією про себе» [1]. Наприклад, люди, які дуже відкриті до досвіду, можуть публікувати більше фотографій себе під час пригод, тоді як ті, хто є дуже екстравертними, можуть публікувати більше подій і фотографій, на яких вони розважаються або «тусуються» з іншими.

Саморепрезентація підлітків в Інтернеті також має свої відмінні риси. Вони більш розкуті, часто більш епатажні і менш соціально сприятливі у порівнянні зі справжнім образом. Це пояснюється особливостями віку закономірностями розвитку, але й не сформованим ставленням до світу та рішучістю стати дорослим. Ця рішучість може проявлятися в епатажній поведінці як у реальному житті, так і у віртуальному та анонімному просторі Інтернету. Віртуальна самопрезентація, яка відрізняється від реальної, створюється підлітком з метою отримання нового життєвого досвіду. Це пов'язано з бажанням відчувати щось нове і пов'язане з самопізнанням [1].

Для перевірки нашого припущення проведено діагностику за допомогою методики «Шкала вимірювання тактик самопрезентації» (Self-Presentation Tactics Scale, SPTS) яка призначена для вивчення самопрезентаційних тактик, що застосовуються у міжособистісному спілкуванні. Методика визначає п'ять типів захисних та шість типів асертивних тактик. В дослідженні на умовах

добровільності та конфіденційності взяли участь 28 осіб віком від 17 до 28 років різної статі.

Виходячи з отриманих даних, ми можемо сформувати профіль за тактиками самопрезентації, що найчастіше використовуються молодими людьми для формування враження про себе в соціальних мережах. Результати діагностики тактик сампрезентації у віртуальному просторі надано на рис. 1; 2.

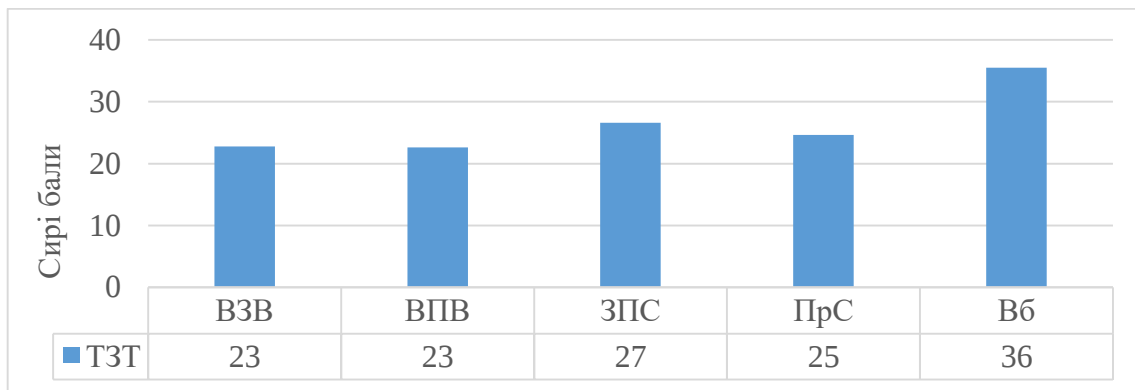


Рис. 1. Результати діагностики виміру захисних тактик самопрезентації (С. Лі, Б. Куіглі)

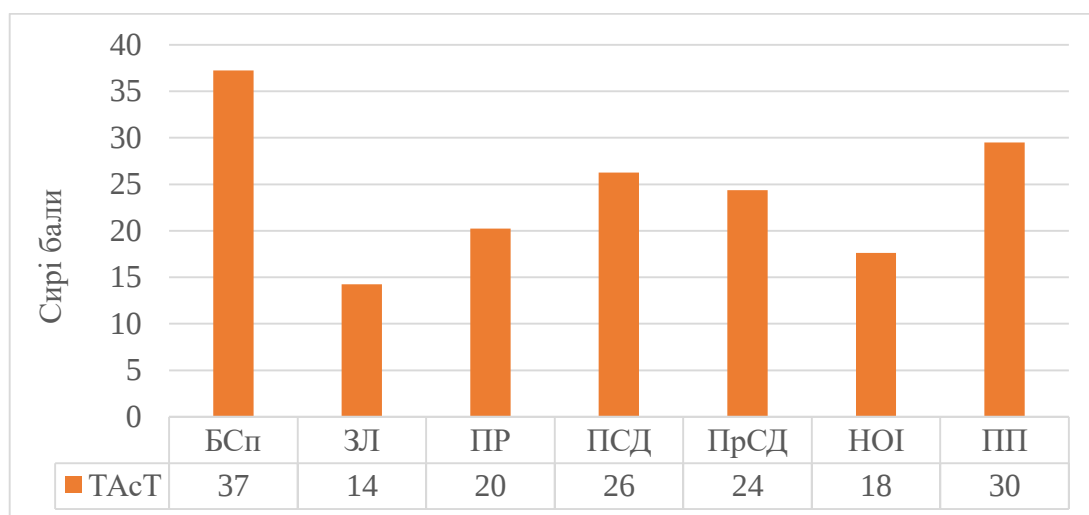


Рис. 2. Результати діагностики виміру асертивних тактик самопрезентації (С. Лі, Б. Куіглі)

Примітки. 1) Умовні скорочення шкал тактик захисного типу: ВЗВ - виправдання з запереченням відповідальності, ВПВ - виправдання з прийняттям відповідальності, ЗПС – зречення, ПрС - перешкодження самому собі, Вб - вибачення; 2) Умовні скорочення шкал тактик асертивного типу: БСп - бажання/старання сподобатися, Зл – залякування, Пр - прохання/мольба, ПСД - приписування своїх досягнень, ПрСД - перебільшення своїх досягнень, НОІ - негативна оцінка інших, ПН - приклад для наслідування

Отже, як видно з рис. 1 серед тактик асертивного типу на першому місці за частотою використання - тактика «бажання/старання сподобатися» (БСп=37), що вказує на те, що молоді особи для формування враження найчастіше роблять дії, що викликають симпатію в об'єкта самопрезентації, причому, при використанні тактики суб'єкт може переслідувати мету отримання певної вигоди. Найменш вираженими виявилися тактики «залякування» (Зл=14), «негативна оцінка інших» (НОІ=18) та «прохання/мольба» (Пр=20). Таким чином, молоді люди при формуванні враження про себе під час спілкування у віртуальному просторі найрідше вдаються до демонстрації власної безпорадності та залежності, до висловлювання загроз для страху в об'єкта самопрезентації, до висловлювання негативних оцінок на адресу оточуючих людей. Також, у даних осіб превалює захисна тактика «вибачення» (Вб=36), що можна розглядати як визнання відповідальності за будь-які образи, шкоду, заподіяну суб'єктом іншим, або за негативні вчинки. Вербальні та невербальні вирази каяття та провини, що зазвичай виявляються як норма ввічливості.

Таким чином, проведене дослідження надало можливість визначити, що самопрезентація визначається як усвідомлюваний і постійно здійснюваний у міжособистісній взаємодії процес пред'явлення Я-інформації у вербальній і невербальній поведінці суб'єкта взаємодії з урахуванням специфіки соціальної ситуації. Соціальні медіа дають користувачам можливість контролювати те, як вони представляють себе своїй аудиторії. Зазвичай люди вибирають ідеальний образ себе в соціальних мережах.

Список використаної літератури

1. Баранова Ю.М.. До питання інформаційно-психологічної безпеки дітей та підлітків в Інтернеті. Соціальна психологія і суспільство, 4. 2012. С. 122–129
2. Бедан В.Б., Григорьева К.О., Івасенко Д.С., Цибульська Н.В. Особливості рольової віктимності користувачів соціальних мереж. *The 1st International scientific and practical conference “Eurasian scientific discussions” (February 13-15, 2022) Barca Academy Publishing, Barcelona, Spain. 2022. P.368-375*
3. Бедан В.Б. Тернавская А.О., Тишиневич М.О. Віртуальний простір як сфера самопрезентації і самоствердження особистості. *The VI International Scientific and Practical Conference «Innovations technologies in science and practice», February 15 – 18, 2022, Haifa, Israel. P. 430-435*
4. Кондрашкін А. В.. Вплив Інтернету на розвиток сучасних підлітків. Психологічна наука і освіта, № 2. 2014. С. 114–134.

Бедан К. В.

*здобувач другого освітнього
магістерського рівня зі спеціальності Психологія
Міжнародного гуманітарного університету*

ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА СХИЛЬНОСТІ ДО ДЕСТРУКТИВНОГО СПІЛКУВАННЯ У СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ

Інтернет-сайти соціальних мереж (далі - SNS), такі як Facebook, Instagram, Twitter та ін. стають все більш популярними у представників різного віку та статі. Лідер ринку Facebook був першою соціальною мережею, яка перевищила один мільярд зареєстрованих облікових записів і наразі має понад 2,9 мільярда активних користувачів щомісяця. Meta Platforms володіє чотирма найбільшими платформами соціальних мереж, кожна з яких має понад один мільярд активних користувачів щомісяця: Facebook (основна платформа), WhatsApp, Facebook Messenger та Instagram. В останньому кварталі 2022 року Facebook повідомила про понад 3,7 мільярда користувачів основного продукту. Провідні соціальні мережі, як правило, доступні кількома мовами та дозволяють користувачам спілкуватися з друзями чи навіть незнайомими людьми через географічні, політичні чи економічні кордони. За оцінками, у 2022 році кількість користувачів соціальних мереж досягне 3,96 мільярда користувачів, і очікується, що ці цифри будуть зростати, оскільки використання мобільних пристроїв і мобільних соціальних мереж дедалі більше набирають популярності на раніше недостатньо охоплених ринках [5]. Станом на 2022 рік середнє щоденне використання соціальних мереж Інтернет-користувачами в усьому світі становило 151 хвилину на день, порівняно зі 147 хвилинами в попередньому році.

Наразі рівень проникнення глобальних соціальних мереж становить майже 54 відсотки. Західна Європа мала 79-відсотковий рівень проникнення соціальних мереж, очолюючи світовий рейтинг використання соціальних мереж за регіонами. Східна та Середня Африка замикають рейтинг із 10 та 8%

використання відповідно. Люди звертаються до соціальних медіа з різних причин. Користувачі люблять знаходити смішний або розважальний вміст і насолоджуватися обміном фотографіями та відео з друзями, але в основному використовують соціальні мережі, щоб залишатися на зв'язку з друзями, щоб отримувати інформацію стосовно поточних подій [5].

Використання SNS може бути корисним, оскільки дозволяє спілкуватися з іншими людьми у всьому світі зручним способом. Дослідники повідомили про докази широкого спектру переваг для молодих людей, пов'язаних із використанням SNS, таких як медіаграмотність, креативність, позитивні результати в освіті, громадянська участь і благополуччя [3]. Є також емпіричні дослідження, які показують, що підтримка та соціальні зв'язки, доступні через соціальні мережі онлайн, можуть зменшити симптоми депресії.

Однак інтенсивна участь у соціальних мережах підвищує ризик розвитку проблемного використання SNS або залежності від соціальних мереж (далі - *social networking addiction, SNA*). Існує багато доказів того, що залежність від соціальних мереж може призвести до різноманітних негативних психосоціальних і фізичних наслідків [1; 2]. Зарубіжні дослідники також виявили, що підлітки особливо сприйнятливі до SNA через їхні унікальні особливості розвитку [4]. Тому розуміння того, як розвивається СНС у підлітків, і пов'язаних із цим факторів є надзвичайно важливим для ефективного вирішення цієї проблеми.

Залежність від соціальних мереж визначається як «надмірне занепокоєння про SNS, кероване сильною мотивацією входити в систему або використовувати SNS, а також приділяти стільки часу та зусиль SNS, що це погіршує іншу соціальну діяльність, навчання/роботу, міжособистісні стосунки та/або психологічне здоров'я та благополуччя». Д. Кусс і М. Гріффітс [4] описали SNA як неконтрольовану поведінку в соціальних мережах онлайн з шістьма основними характеристиками поведінкової залежності: «виразність», «зміна настрою», «толерантність», «відмова», «рецидив» і «проблеми виникають як наслідок компульсивного використання SNS». Хоча DSM-5 не включає SNA як

офіційний діагноз, зростає кількість доказів того, що SNA пов'язана з багатьма негативними наслідками, включаючи академічну дисфункцію, безсоння, погіршення міжособистісних стосунків, низька самооцінка та задоволеність життям, а також проблеми з психічним здоров'ям, такі як тривога та депресія.

Нами проведено дослідження спрямоване на визначення схильності до деструктивного спілкування у підлітків у соціальних мережах. Вибірку досліджуваних склали 40 осіб, підлітки віком від 14 до 18 років різної статі. Діагностика проводилась в режимі онлайн на платформі Onlinetestpad із застосуванням методики визначення схильності до деструктивного спілкування у підлітків. Було виділено групи з високим ($n=12$) і низьким ($n=7$) рівнем схильності до деструктивного спілкування у підлітків. На рис. 1 надано результати діагностики схильності до деструктивного спілкування у підлітків у соціальних мережах.

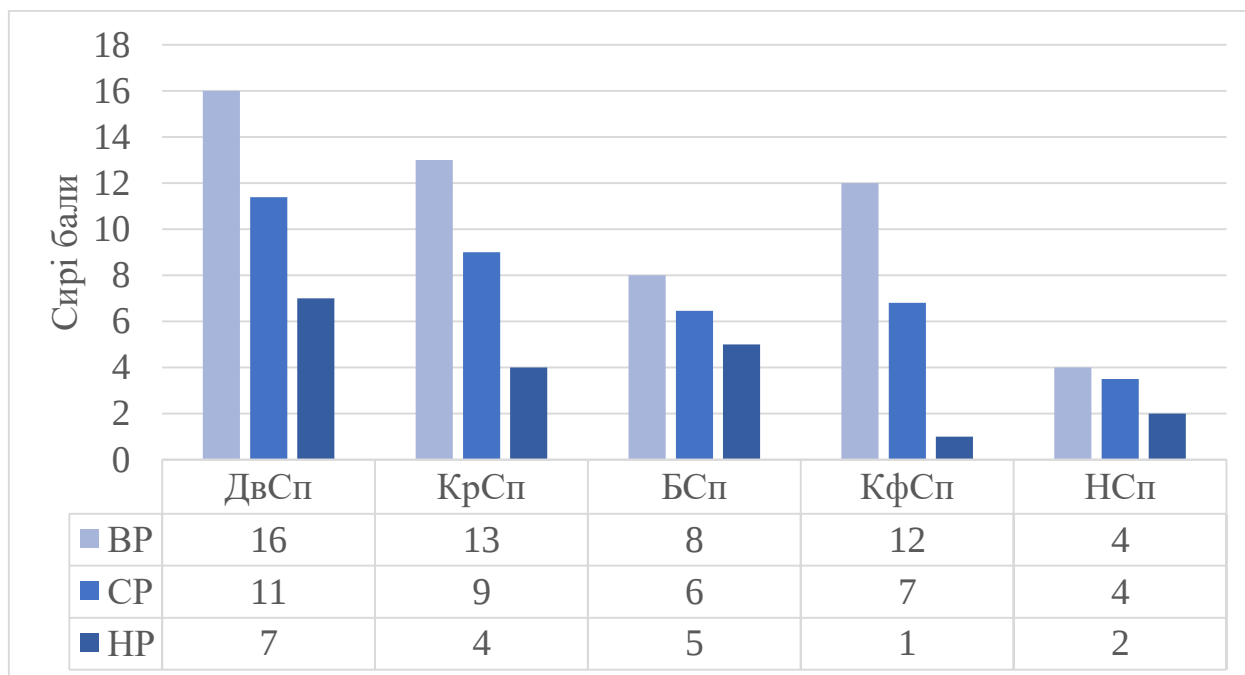


Рис. 1. Результати діагностики схильності до деструктивного спілкування у підлітків у соціальних мережах

Примітки. Умовні скорочення шкал: ДвС – девіантне спілкування, КрСп – корисне спілкування, БСп – бар'єрне спілкування, КфСп – конфліктогенне спілкування, НСп – нарцисичне спілкування

Отже, як видно з рис.1 в групі осіб з **високим рівнем** схильності до деструктивного спілкування у підлітків у соціальних мережах домінуючим є девіантне спілкування, що вказує на прояв агресивності авторитарності, егоїзму і криміногенності. Такі особи у спілкуванні демонструють владолюбство, прагнення отримати контроль над іншими людьми, нездатність визнати свою неправоту, демонстративність, грубість. Сприймають оточуючих як засоби для досягнення власних цілей, можуть виявляти мстивість, ворожість, у мовленні часто використовує докори та погрози, нецензурну лексику, корисливі форми деструктивного спілкування такі як брехня, обман. Їм притаманна заздрість, у процесі взаємодії з людьми відчують ворожі почуття до успіхів, популярності інших.

Для осіб з **низьким рівнем** характерне прагнення відповідати нормам поведінки у спілкуванні. Вони демонструють прямотинійність, простуватість у спілкуванні з людьми, неприйняття брехні, нездатність відстоювати та захищати свої інтереси в момент образи, зневаги з боку оточуючих.

Таким чином, проведене дослідження показало, використання SNS пропонує підліткам нові та зручні можливості для дослідження інших. Діти, яким незручно спілкуватися з однолітками віч-на-віч, швидше за все, залучатимуться до надмірного онлайн перебування у соціальних мережах, щоб задовольнити свої соціальні потреби, оскільки Інтернет є безпечнішим і звичним місцем для взаємодії. Також зрозуміло, що підлітки мають відносно низький рівень самоконтролю над своєю поведінкою, схильність розширювати межі дозволеного аж до антисуспільної поведінки, ворожість, агресивну поведінку, нездатність визнати свою неправоту, егоїстичність, нав'язливість та прийняття кримінальних цінностей.

Враховуючи ці характеристики та надзвичайну популярність SNS серед молоді, дослідники попереджають, що SNA у молоді стала актуальною проблемою для охорони здоров'я.

Список використаної літератури

1. Бедан В., Кокірце А. Аналіз взаємовпливу SNS-залежності та самотності у підлітків. The V International Scientific and Practical Conference «Trends of modern science and practice», February 8-11, 2022, Ankara, Turkey. p. 532-537
2. Бедан В.Б., Корниенко Т.О., Карагяур Д.В. Особливості схильності особистості до деструктивного спілкування в інтернет-просторі. Modern problems in science. Proceedings of the X International Scientific and Practical Conference. Vancouver, Canada. 2022. P.261-265
3. Collin P, Richardson I, Third A. (2011) *The Benefits of Social Networking Services*. Cooperative Research Centre for Young People, Technology and Wellbeing. https://www.uws.edu.au/_data/assets/pdf_file/0003/476337/The-Benefits-of-Social-Networking-Services.pdf
4. Kuss D.J, Griffiths M.D. Social networking sites and addiction: ten lessons learned. Int J Environ Res Public Health. (2017) 14:311. doi: 10.3390/ijerph14030311
5. Statistical Facts on Social Networks. Медіавикористання в інтернет-хвилині URL: <https://www.statista.com/statistics/report-content/statistic/433871>

Блінов О.А.

*доктор психологічних наук, професор
професор кафедри соціальних технологій
Національного авіаційного університету*

ІНТЕГРАТИВНА МЕТОДИКА УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ (ІМУС-ІМСМ) У ГОСПІТАЛЬНІЙ ПРАКТИЦІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ

Актуальним напрямком роботи фахівців є надання психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах військового госпіталю. Наявність змістовних психологічних проблем в учасників бойових дій вимагає використання сучасних методів психологічної психотерапії [1; 2].

Показниками для роботи з пацієнтами служать: гостра реакція на стрес, розлади адаптації, посттравматичний стресовий розлад, різноманітні форми деформації особистості пацієнтів, їх поведінки, психосоматичні захворювання, психічні стани після перенесених гострих стресових впливів та ін.

В умовах військової лікувальної установи під психологічною реабілітацією поранених та інвалідів ми розуміємо діяльність суб'єктів психологічної роботи щодо відновлення психічних функцій, якостей, особистісних властивостей і системи відносин особистості військовослужбовця, що дозволять йому успішно функціонувати у мирному соціумі [9].

Це комплекс організаційних та психологічних заходів, які спрямовані на повернення свідомості людини до звичного для неї способу життя та праці, створення сприятливих умов для розвитку та самореалізації особистості.

В умовах військового госпіталю процес психологічної психотерапії має свої особливості, які полягають в наступному:

- всі пацієнти мають медичні показники для проходження курсу лікування;
- різні категорії пацієнтів мають різні індивідуально-психологічні особливості, різний рівень потреби в психологічній психотерапії;

- встановлено, що потребують психотерапевтичної роботи 90-95% військовослужбовців учасників бойових дій, від їх загальної кількості що проходять лікувальний госпітальний курс.

- психологічної психотерапії потребують всі військовослужбовці, яким була надана травматологічна і хірургічна допомога, незалежно від важкості травми, віку і специфіки службової діяльності.

При проведенні психологічної психотерапії з військовослужбовцями основна увага приділяється в першу чергу емоційному стану в якому знаходиться пацієнт. Основними орієнтирами для постановки діагнозу і подальшої роботи з хворим є – важкість захворювання, гострота протікання і тривалість проявів наслідків травматичного стресу, термін часу після критичного інциденту під час служби.

Позитивно зарекомендували в роботі з пацієнтами авторські психодіагностичні опитувальники для визначення рівню бойового стресу (ОБСБ) та скринінгу посттравматичного стресового розладу (ОС ПТСР) та ін. [1-4].

Практичний досвід роботи з психологічної реабілітації дав змогу розробити модель психотерапевтичної роботи з пацієнтами. Вона складається з 3-х рівнів і знайшла своє відображення у вигляді *Інтегративної методики управління стресом (ИМУС-IMSM)*. Провідним фактором розподілу за рівнями є важливість психологічних проблем пацієнта та час, який необхідно витратити на їх вирішення:

1. На першому рівні здійснюється знайомство з пацієнтом, під час бесіди встановлюються його проблеми та намагаємося здійснити стабілізацію його емоційного стану за допомогою вербальних впливів. Здійснюється робота з метафоричними асоціативними картами (наприклад з авторськими колодами МАК «Стресс-стоп!», «Компас выбора профессии», «Вальс эмоций», «Струны души» та ін.), а також використовується потенціал музикальної терапії, мандалотерапії, арт-терапії та ін. [5-8].

2. На другому рівні використовується комплекс заходів психотерапевтичної роботи за допомогою проведення аутогенного тренування та медитативних практик, психом'язових вправ і дихальних практик, а також трансформаційних психологічних ігор, наприклад, використання гри-тренінгу «12 Законів Всесвіту» та ін.

3. На третьому рівні здійснюється психологічна інтервенція у вигляді поглибленої психотерапевтичної роботи з лікування наслідків прояву психічних травм за допомогою сучасних психологічних методів, а саме: емоційно-образної терапії, когнітивно-поведінкової терапії та інших методів і методик.

У залежності від сили прояву психологічних проблем пацієнтів визначається і застосовується відповідний рівень ІМУС-ІМСМ.

Індивідуальна та групова робота психолога з пацієнтами здійснюється як в умовах медичних палат так і в окремих обладнаних кабінетах. Проведення трансформаційних психологічних ігор і поглиблена психотерапевтична робота здійснюється або в спеціалізованих приміщеннях, або тих, у яких обладнання дозволяє це робити.

Особливістю групової роботи є кількість пацієнтів, які залучаються до її проведення. Практика показала, що в умовах палати максимальну кількість пацієнтів може становити 3-4 людини, в умовах окремого приміщення робочий максимум до 10-12 осіб, з тяжкопораненими військовослужбовцями (з ампутованими кінцівками) – до 3-4 осіб.

Таким чином, широкий спектр психологічних проблем у пацієнтів військового госпіталю, необхідності ефективної психотерапевтичної роботи, вимагає використання сучасних методів психологічної реабілітації.

Показниками для роботи з пацієнтами служать наявність гострої реакції на стрес, розлади адаптації, посттравматичний стресовий розлад, різноманітні форми деформації особистості пацієнтів, їх поведінки, психосоматичні захворювання, негативні психічні стани після перенесених гострих стресових впливів та ін.

Позитивно зарекомендувала себе організація роботи психолога в лікувальному процесі військовослужбовців учасників бойових дій за допомогою «Інтегративної методики управління стресом» (ІМУС-ІМСМ). Методика дозволяє комплексно на 3-х рівнях вирішувати проблеми пацієнтів.

Список використаних літератури

1. Блінов О. А. Бойова психічна травма : монографія. Київ : Талком, 2019. 700 с.
2. Блінов О. А. Інноваційний психологічний інструментарій діагностики, психотерапії та психокорекції бойового стресу : навч.-метод. посібник. Київ : Талком, 2020. 130 с.
3. Блінов О. А. Опитувальник бойового стресу Блінова О.А. (ОБСБ) : наук.-метод. видання. Київ : Талком, 2019. 36 с.
4. Блінов О. А., Максименко С. Д., Черненко І. О. Опитувальник скринінгу посттравматичного стресового розладу (ОС ПТСР) : наук.-метод. видання. Київ : Талком, 2019. 23 с.
5. Блинов О. А. Метафорические ассоциативные фотокарты «Стресс-стоп!» : метод. реком. Київ : Талком, 2015. 24 с.
6. Блинов О. А. Метафорические ассоциативные карты «Компас выбора профессии» : метод. реком. Київ : Талком, 2016. 15 с.
7. Блинов О. А. Метафорические ассоциативные карты «Вальс эмоций». Методические рекомендации. К.: Талком, 2021. 14 с.
8. Блинов О. А. Метафорические ассоциативные фотокарты «Струны души». Методические рекомендации. К.: Талком, 2021. 12 с.
9. Блінов О. А. Військово-психологічний словник. К. : Талком, 2023. 30 с.

Блінов О.А.

*доктор психологічних наук, професор
професор кафедри соціальних технологій
Національного авіаційного університету*

Мороз І.В.

*старший викладач
кафедри військової підготовки
Національного авіаційного університету*

САМООСВІТА ТА ПСИХІЧНА САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК РЕСУРСИ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ

У сучасних складних умовах життєдіяльності громадян України першочерговим постає вирішення питання нужди. Кожна людина по-своєму вирішує це питання виходячи з власного рівня задоволеності життям, забезпеченням своїх потреб. У більшості людей недостатньо вже бути ситим, пристойно одягненим і мати власну домівку. Сучасна людина намагається розвиватися, йти «в ногу» з науково-технічним прогресом. Вона хоче жити зараз, а не завтра [1-3].

Життя сучасної людини сповнене стресами, тривогами, у зв'язку з загрозою для життя відбувається порушення адаптації до соціального середовища. Для того щоб вижити в сучасному світі людина повинна постійно вдосконалити свої знання, вміння та навички, тому вона повинна постійно вчитися, вдосконалити свій багаж знань.

Щоб підтримувати на оптимальному і позитивному рівні свої функціональні та психічні стани людина має використовувати різні способи психічної саморегуляції. Знання основ психорегуляції допомагає досить швидко регулювати негативні психічні стани, поповнювати життєву енергію та сили.

Існують апробовані прийоми психічної саморегуляції, які дуже добро зарекомендували себе на практиці. Їх використання дозволяє цілеспрямовано покращувати психічні стани людини, спонукає до розв'язання та профілактики конфліктів, а саме:

1. Звільнення від роздратування. Вирішальним кроком для виходу з будь-якого конфлікту і відновлення гарних стосунків є звільнення від роздратування обох учасників конфлікту. Це можна розглянути на прикладі тривалих стосунків. Так відбувається з подружжям чи друзями, що довго живуть разом. Наприклад, вони в розбраті, і в одного з них чи в обох нарастає роздратування у зв'язку з чим-небудь, зробленим у минулому. Для розв'язання безпосереднього конфлікту чи звільнення від роздратування не допоможе «випустити пару». Усе це може закінчитися сваркою. Оскільки кожний може бути в подібній ситуації, треба зрозуміти, що розв'язати проблему ви зможете тільки заспокоївшись.

2. Дати вихід своєму гніву. Один зі способів позбутися власного роздратування – це звільнитися від нього внутрішньо за допомогою візуалізації чи ритуалу звільнення. Цей підхід особливо ефективний, якщо ви не можете дозволити собі вилити своє роздратування (наприклад, на начальника) чи, якщо ви припускаєте, що ваш гнів тільки погіршить і без того напружену ситуацію.

3. Рятування від гніву за допомогою «заземлення». При цьому ви уявляєте гнів, що входить у вас, як пучок негативної енергії від людини чи енергії, яка народжується в конфліктній ситуації. Потім ви уявляєте собі, що ця енергія проходить через вас і спокійно йде в землю.

4. Очищення вашої енергетичної оболонки для того, щоб скинути із себе гнів. Третій спосіб рятування від гніву чи інших негативних емоцій – це очищення енергетичного поля чи аури навколо вас. Для цього встаньте чи сядьте рівно і потріть руками над головою, представляючи собі, що цими рухами ви читаєте енергетичну оболонку навколо цієї частини тіла. При тому змусьте себе відчувати, що ви витягаєте із себе роздратування чи інші негативні емоції і потім скидаєте їх із себе.

5. Звільнення від гніву через зменшення в рості людини, що викликає цей гнів. Ви можете також позбутися від гніву, що викликає у вас окрема людина, уявивши її набагато нижчою за вас ростом, так, щоб вона стала малозначимою для вас. Цей спосіб може бути особливо придатним для того випадку, коли ви зосередили свою увагу на якійсь людині і перебільшуєте її значення у вашому житті.

Кожний із цих способів можна використовувати повторно, якщо пам'ять повертає вас до якоїсь ситуації або людини. Може знадобитися кілька повторень, перш ніж ваш гнів, викликаний цією ситуацією, не послабшає. Але якщо ви будете ретельно використовувати описані вище прийоми, гнів і гіркота, що ви відчували, залишать вас. Людина чи ситуація можуть здатися вам навіть смішними.

Таким чином, самоосвіта та психічна саморегуляція є змістовним ресурсом розвитку людини. Вони спонукають до активної участі у формуванні власного життєвого шляху і виступають потенціалом її подальшого розвитку.

Список використаної літератури

1. Блінов О. А. Інноваційний психологічний інструментарій для вимірювання та корекції наслідків впливу бойового стресу та особливості його застосування. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології: монографія. Том II / за заг. ред. В. П. Садкового, О. В. Тімченка; НУЦЗУ. Х.: ФОП Панов А.М., 2022. С. 328-344.

2. Блінов О. А., Тімкін І. Ф. Соціальна робота з пораненими військовослужбовцями в військовому госпіталі. Соціальна та освітня інклюзія: історія, сучасність, перспективи розвитку: колективна монографія у 2-х частинах. Частина 1. Інституційні та особистісні аспекти впровадження в Україні / за ред. С. П. Миронової, Л. Б. Платаш. Чернівці : Технодрук, 2021. С. 266-279.

3. Максименко С.Д. Генезис существования личности. К.: Изд-во ООО «КММ», 2006. 240 с.

Борінштейн Є. Р.

*доктор філософських наук, професор,
завідувач кафедри філософії, соціології, та менеджменту соціокультурної
діяльності,
Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського»*

ПСИХОЛОГІЧНІ ІМПЕРАТИВИ СОЦІАЛЬНОЇ ПОЛІТИКИ

Соціокультурна спрямованість соціальних змін і соціальних процесів докорінно вплинула на перетворення акцентів у суспільному розвитку людства. Увага сучасних дослідників все більше акцентується на соціокультурній діяльності, що становить основу всього людського буття. Сучасний світ представляється як *соціокультурний взаємозалежний простір*, в якому розгортається життєдіяльність людського універсуму нового типу, заснованого на цінностях глобалізації, мультикультуралізму, творчості самореалізації.

Першим, хто зрозумів нову спрямованість людського буття, був П. Сорокін. Він запропонував нові можливості вивчення соціального простору, «за рахунок» збільшення його «розмірності» шляхом приєднання категорії «культурне». Таким чином, одну і ту ж людину, одну і ту ж особу, групу, спільність, соціум ми можемо побачити під різними кутами зору, а соціокультурні процеси можуть бути і повторюваними, і унікальними в залежності від кута заломлення [1, с. 101-105]. Отже, *категорія «соціокультурне»* постає як зв'язок понять, що перетворює її на універсальну соціально-філософську категорію, що ідеально підходить для аналізу процесів, що відбуваються у сучасному суспільстві. Вона включає у собі різні аспекти життя суспільства (економічну, політичну, педагогічну, духовну, мовну та ін.).

До того ж сучасні зміни соціального порядку в пострадянських суспільствах призвели до серйозних *трансформацій у життєдіяльності* соціальних інститутів, громадських структур, груп українського суспільства. У такій

ситуації важливий не лише аспект змістовних змін, що відбуваються у соціумі, а й сам факт «зламу» старого устрою. Такі процеси не можуть відбуватися безболісно, не зачіпаючи сутнісні, глибинні елементи людської природи і соціального устрою. Значна зміна підстав життєдіяльності, трансформація самої екзистенції існування людини в державах «пострадянського простору», спроби пошуку себе у суспільстві, що трансформується, наближеному до хаотичного, світі - ось *визначальна характеристика суспільства* подібного типу. Проблемою є знаходження балансу між старим і новим, між усіма верствами суспільства, щоб численні трансформації, навіть набуваючи флуктуаційний характер, були якомога більш безболісними для людини. Рішення можливо у вигляді перетворення ціннісної системи розвитку особистості.

Отож видається можливою легітимація соціокультурної системи сучасного українського суспільства на основі духовності, яка має різні грані тлумачення і розуміння серед науковців. Авторське розуміння духовності представляється яскраво вираженою діяльністю свідомості, спрямованої на пошук змістовних орієнтирів, самореалізації себе, визначення критеріїв Добра і Зла для оцінювання подій і ситуацій у сучасному суспільстві. *Духовність* як смисложиттєвий орієнтир передбачає орієнтацію людини на надіндивідуальні цінності, пріоритети гуманізму і морально-етичної особистості.

Підставою глобалізації інтеграційних процесів духовності у суспільстві є - *ноосферна економіка і соціальна політика*, що працюють на засадах планетарного ресурсу. В умовах наявних проблем по забезпеченню сталого соціально-економічного інноваційного розвитку України виключно ноосферна економіка і соціальна політика в стані виконувати функції системного інтелектуального імператива цивілізаційного прогресу.

На тлі процесу глобалізації і загострення соціокультурних, економічних і політичних антагонізмів звернення до творчості В. І. Вернадського має безліч сенсів з їх інтенціями в майбутнє. Головний із них – пошук *ноосферної моделі майбутнього* для людства. Це має свої підстави та передумови. До них належать не лише вся творча спадщина В. І. Вернадського і досвід історії людства в ХХІ

ст., але й той науково-теоретичний потенціал сучасного розвитку вчення про ноосферу, який виступає своєрідним результатом «Вернадскіанської революції» в системі наукового світогляду [3].

Нове розуміння ноосферогенезу в ХХІ ст. пов'язане з моделлю ноосфери як керованої соціоприродної еволюції на базі громадського інтелекту і освітнього суспільства. Освітнє суспільство і є тією *моделлю ноосферного суспільства*, в якій освіта стає «базисом базису» духовного і матеріального відтворення, що забезпечує *випереджаючий розвиток якості людини*, громадського інтелекту і освіти як головної умови моделі ноосфери [4]. *Соціальний інтелект* при цьому розуміється як інструмент управління майбутнім з боку суспільства, як єдність науки, культури та освіти, що забезпечує високу якість такого управління.

Проблема *управління соціоприродною динамічною гармонією* – провідна в проблематиці ноосферогенезу ХХІ ст. [5]. Вона може бути вирішена лише з-за умов домінування в спільному виробництві планово-економічних засад, суспільної власності, глобальної соціальної справедливості у розподілі ресурсів. При цьому керованість не заперечує розквіт творчості людей, а навпроти, її припускає. Відтак, *ноосферизм* – не лише нова модель буття, соціоприродного гомеостазу, але і нова філософія, нова наукова картина світу, нова якість людини; це система філософсько-наукових, соціологічних, науково-економічних поглядів, що розкриває закони і закономірності, принципи і імперативи становлення соціоприродної гармонії у формі керованої еволюції на базі громадського інтелекту і освітнього суспільства.

Шлях розвитку ноосферної економіки і соціальної політики забезпечить подальший науково-технічний прогрес країни на засадах формування ноосферного світосприйняття, що і є *імперативом наукової системи*.

У цій філософії розуміння природи як Природи, що самовідтворюється, Природи – творця, розуміння не лише буття людини, але і буття взагалі, як креативного буття стає найважливішою *онтологічною основою доктрини ноосферизму*. «Пасивний Всесвіт не здатний породжувати Всесвіт, що творить». Так, історія задає «тест» людському розуму, який В. І. Вернадський дуже

глибоко усвідомлював, як і ту міру мужності, яка потрібна інтелекту для пошуків істини і правди: людство зможе врятувати тільки мужність його розуму [2].

Таким чином наведені аргументи дають можливість стверджувати, що «ноосферна парадигма» наукового мислення є запорукою сталого людського розвитку країни, яка базується на використанні людського інтелектуального ресурсу, що переважає інші види матеріальних ресурсів і має бути головним чинником при плануванні та реалізації соціально-гуманітарної політики держави.

Список використаної літератури

1. Сорокин П. А. Социальная и культурная динамика / Питирим Александрович Сорокин. - М.: Астрель, 2006. - 1176 с.
2. Вернадский В. И. Жизнеописание. Избранные труды. Воспоминания современников / Владимир Вернадский. – М. : Современник, 1993. – С. 6–15.
3. Вернадскианская революция в системе научного мировоззрения – поиск ноосферной модели будущего человечества в XXI веке : [монография] / под науч. ред. А. И. Субетто. – СПб. : Астерион, 2003. – 592 с.
4. Субетто А. И. В. И. Вернадский: от начала ноосферноориентированного синтеза наук – к вернадскианской революции в системе научного мировоззрения и к становлению ноосферизма. (Серия: «Истоки Ноосферизма») / А. И. Субетто. – Кострома : КГУ им. Н. А. Некрасова, 2007. – 106 с.
5. Субетто А. И. Ноосферизм. – Т. 1: Введение в ноосферизм / А. И. Субетто. – СПб., 2001. – 504 с.

Борисова О.О.

*кандидат юридичних наук, магістр психології, практичний психолог,
кейс-менеджер мультидисциплінарної
команди з психореабілітації військових і членів їх родин*

КЛАСИФІКАЦІЯ БОЙОВИХ ТРАВМ УКРАЇНСЬКИХ ЗАХИСНИКІВ БАТЬКІВЩИНИ: НАРИСИ З КАБІНЕТУ ПСИХОРЕАБІЛІТАЦІЇ

Жорстока війна, яка триває в Україні вже чимало років, після повномасштабного вторгнення 24 лютого 2022 року принесла ще більш тяжкі руйнування наших міст, сіл, інфраструктури, економіки, соціального життя і людської психіки. Ці обставини ставлять нові задачі перед всіма науковими напрямками, а особливо – перед психологічною наукою, якій зараз буде відведено одну з головних ролей, та яка має задовільнити очікування та потреби українського суспільства. А саме: швидко та ефективно відреагувати на потреби часу, надавши чіткі і сталі моделі як теоретичного сенсу (відносно концепцій, доктрин, статей, монографій, які будуть пояснювати та розкривати багаточисельні феномени психологічних станів та реакцій), так і практичного змісту. Адже ступінь психотравмативного впливу бойового досвіду на ментальне здоров'я осіб, які приймають участь в захисті Батьківщини, сягає найвищого рівня.

Психологічні травми почали досліджуватись активно та прицільно, в першу чергу – представниками медичних професій, в періоди світових війни. Після Першої світової війни був запропонований термін «контузія» і відзначено, що емоційний стрес солдатів може викликати невротичний синдром, або бойовий розлад [1, с.185].

Подальший розвиток медичної науки та відокремлення від неї психологічного напрямку, який взяв на себе вивчення і дослідження людської душі, залишивши медицині тіло, привів до формування різноманітних концептів, підходів та поглядів на природу внутрішніх, «душевних» травм. В сучасному

науковому полі точаться дискусії щодо співвідношення понять «психологічна травма» та «психічна травма» [2].

В різних дослідженнях психічну травму/психотравму розділяють як: подію, патогенний вплив, зовнішній подразник, переживання безпорадності, пригнічуючи переживання, нестерпні руйнівні переживання; психологічний стрес; критичний стан; травма минулим [3, с. 52].

При цьому, в науці висловлюються думки, що психотравму може викликати не обов'язково (та не тільки) подія, яке несе пряму загрозу життю, травмувати може також подія, яка з точки зору стороннього спостерігача не є жахливою, але для окремої особи може мати великий вплив на емоційно-моральну сферу та викликати стресову або навіть гостру стресову реакцію. А скласти повний і вичерпний перелік психотравмівних подій чи ситуацій – не передбачається можливим.

Вірність цієї позиції підтверджують чисельні історії, які звучать в психологічному кабінеті і засвідчують унікальність сприйняття світу кожною окремою людиною, в залежності від її внутрішньої психічної конструкції, яку було сформовано сукупністю чинників – генетичних, біологічних, трансперсональних, соціальних, особистого досвіду тощо.

В процесі надання психологічних послуг військовим, які приймали участь в бойових діях на фронтах, впродовж 2022-2023 років, було виявлено/складено перелік фактів травматичного досвіду, про які отримувачі послуг розповідають під час психореабілітаційного процесу. Неодноразово фіксується емоційне та когнітивне перевантаження психіки бійців великою кількістю тяжких вражень, що створює в людей відчуття внутрішньої плутанини, знесилення, безсилля. Травмівні спогади з'являються у вигляді флешбеків та румінацій, отримувачі послуг описують свій стан як «застрявання в урагані картинок різноманітних подій» які траплялись з ними під час знаходження в зоні бойових дій. Нижче буде наведено скорочений перелік психотравм, про які йде мова в кабінеті психореабілітації.

Травма втрати побратима/ів – найбільш розповсюджена. Абсолютно всі отримувачі послуг, з якими працювали члени мультидисциплінарної команди, відзначили як драматичну і болісну подію, загибель бойових товаришів. Згадки про це найчастіше визивають емоційну реакцію, яка висловлюється через сльози, важке дихання, тремтіння в голосі. Є нагальна потреба в розробці ефективних протоколів психотерапевтичного лікування та/або супроводження таких травм. Військовослужбовці потребують зрозумілої та адаптованої спеціально для них моделі проживання втрати побратима/побратимів, розробленої з врахуванням обставин сьогодення: брак вільного часу (служба не чекає), відсутність вільного планування, фізичні навантаження або щільний графік фізичної реабілітації, можлива наявність постійного болю після фізичної травми чи поранення, повернення в зону бойових дій після відпустки чи лікування.

Травма відняття життя – так ми умовно називаємо комплекс болісних спогадів та когнітивно-емоційний реакцій, який супроводжує інформаційний матеріал про процес знищення ворогів, під час зачисток або в боях. Варто відзначити, що переважна більшість отримувачів послуг були цивільними людьми до початку повномасштабного вторгнення російської федерації, не проходили тривалої воєнної підготовки перед отриманням бойового досвіду і, після його отримання, проживали адаптацію до нових обставин свого життя самотужки. Під час роботи ми не використовуємо слово «вбивство» в контексті результатів виконання бойових завдань, ми кажемо про «ліквідацію» та «знищення» ворога. Оскільки в цивільному житті вбивство людини є злочином, за який передбачено покарання Кримінальним кодексом України, табування цього вчинку на психічному рівні здорової людини досягає максимального рівня. Але війна перевертає шкалу добра і зла, змушуючи людей робити те, чого б вони не зробили в мирному житті. Найчастіше про неприємні враження від знищення ворога говорять особи старшого віку (за 40 років).

Травмівними часто є стосунки солдата з командиром свого підрозділу, в діях та наказах якого отримувачі послуг вбачають несправедливість, неповагу, погане ставлення до себе, невиправданий ризик. Умовно цю сукупність

трамвійних вражень ми називаємо «командирська травма». Відсутність допомоги в оформленні документів, які фіксують отримане бойове поранення, а іноді, відвертий саботаж, також викликає обурення та чинить істотний вплив на психо-емоційний стан Захисників та Захисниць, викликаючи агресію та дратівливість, розчарування, відчуття безсилля та зустрічі з несправедливістю. Що негативно впливає на бойовий дух та мотивацію.

Окремим видом психологічних травм можна назвати травми, отримані під час надання медичної допомоги, або «травми медичної сфери» – важкого змісту історії, які приносять в кабінет психолога отримувачі послуг, стосуються як надання первинної медичної допомоги на місці бою (медична допомога низької якості, відсутність необхідних засобів та препаратів, браковані турнікети), так і процесу надання медичних послуг в закладах охорони здоров'я (неуважне ставлення медичного персоналу, ігнорування скарг на погане самопочуття, недостатнє обстеження, відсутність своєчасного призначення реабілітації, не екологічне спілкування та ін.). Існує невтішна тенденція – в медичних картках солдат не фіксуються контузії. Якщо отримувач послуг проходив лікування, наприклад, в травматології і під час знаходження в стаціонарі неодноразово скаржився на головний біль, погіршення слуху та зору, запаморочення, суттєве погіршення пам'яті, лікування від невролога не призначалось.

Сьогоднішній досвід, який отримує Україна і всі її мешканці, які продовжують жити і працювати в воюючій країні, є, водночас, жахливим і унікальним. Стресові обставини вимагають швидких та дієвих рішень, і примушують адаптуватись до нових викликів. Українські психологи наразі створили і тримають свій психологічний фронт, який має посилюватись власною спеціальною зброєю – ефективними автентичними методиками, протоколами та моделями психологічної та психотерапевтичної роботи з нашими людьми, які страждають від наслідків війни.

Список використаної літератури

1 - Христук О. Л. Теоретико-методологічний аналіз вивчення проблеми психологічної травми: від історії до сучасності. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. 2017. № 2. С. 183-191.

2 - Паливода Л.І. Проблема визначення понять «психічна травма», «психологічна травма» і «травма втрати» у психологічних проекціях. Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія. 2021. Том 32 (71)№ 6. С. 68-72.

3 - Семенова Ю. С. Психотравма (психологічна травма): дискусійні питання медицини та психології. Актуальні проблеми сучасної медичної психології: матеріали V науково-практичної конференції (м. Київ, 11–12 травня 2011 р.). К., 2011. С. 50–54.

Босько В. І.

аспірант, НУЦЗУ супервізор УСП,

психотерапевт ЄАП,

керівник центру «Дао», м. Одеса,

МЕТОДИ САМОПІЗНАННЯ І САМОДОПОМОГИ

Н. ПЕЗЕШКІАНА – ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ПСИХОЛОГІВ

Одним з найефективніших психологічних методів профілактики та усунення емоційного вигорання в сучасних умовах вважаються психологічні тренінги, які з огляду на методичну універсальність, практичну спрямованість і доступність поширюються сьогодні для розвитку, психокорекції та психотерапії особистості і груп. Загалом тренінгові технології є дієвими та визнаними у світі формати і методами підготовки персоналу в різних галузях професійної діяльності, сприяють інтенсифікації самої діяльності і організаційному розвитку в цілому. Окрім того, що тренінги сьогодні є складовою особистісного і професійного удосконалення людей, вони також є засобом виправлення певних особистісних і поведінкових вад, зцілення від різних психологічних розладів.

На підставі результатів проведеного емпіричного дослідження розроблена тренінгова програма «Профілактика емоційного вигорання екстремальних психологів з використанням методів самопізнання і самодопомоги Н. Пезешкіана». Методологічну основу тренінгу склали теоретичні положення щодо вивчення й аналізу синдрому емоційного вигорання, а також особливості професійної діяльності та емоційного вигорання екстремальних психологів. Метою тренінгу є опрацювання питань щодо походження, чинників розвитку та шляхів подолання синдрому емоційного вигорання, формування у екстремальних психологів професійно-психологічних навичок і вмінь щодо запобігання та корекції проявів СЕВ під час їх професійної діяльності з використанням методів самодослідження і самодопомоги позитивної

психотерапії Н. Пезешкіана, формування загальної психологічної стійкості і толерантності до деформуючих впливів роботи і сучасного життя.

Концептуальною ідеєю запропонованого тренінгу є те, що основним інструментом роботи психолога є його власна особистість. Для ефективної роботи важливо, щоб цей інструмент був у бездоганному стані. В позитивній психотерапії Н. Пезешкіана розроблена модель, яка дає змогу виявити рівень стресостійкості та конфліктності людини в екстремальній ситуації, а також виявити і структурувати причини порушень, що витікають з життєвої ситуації, сім'ї, культури. Конфлікти і стреси проявляються в особливостях особистості і виникають в процесі міжособистісної взаємодії. Незважаючи на неповторність кожної окремої людини, всі люди при вирішенні своїх проблем вдаються до типових форм реагування на конфлікт [2]. Дослідження Н. Пезешкіана привели до формулювання наступних «чотирьох сфер вирішення конфлікту» через: 1) тіло (за допомогою відчуттів); 2) діяльність (за допомогою свідомості); 3) контакти (за допомогою традиції); 4) фантазію (за допомогою інтуїції) [3].

Тривалість тренінгу залежить від психологічної підготовленості учасників, рівня їх емоційного вигорання, в також від об'єктивних чинників наявності часу. Доцільно організовувати його проведення безперервно протягом 1-2 днів.

Завдання і вправи, запропоновані програмою даного тренінгу, базуються на трьох принципах позитивної психотерапії Н. Пезешкіана: принцип Надії, принцип Балансу, принцип Самодопомоги, а також на теорії актуальних здібностей і впливу розвитку здібностей людини на її комунікативність і стресостійкість [1].

Експериментальна апробація тренінгу «Профілактика емоційного вигорання екстремальних психологів з використанням методів самопізнання і самодопомоги Н. Пезешкіана» вперше відбулась у вересні 2022 року на базі Міжнародного гуманітарного університету м. Одеса (<http://surl.li/exgns>). Участь у тренінгу взяли 25 осіб, серед яких керівники і працівники психологічних служб, підрозділів і управлінь Національної поліції України, Державної служби України з надзвичайних ситуацій, Державної прикордонної служби України

Одеського регіону, а також психологів Національної гвардії України з Києва, Львова, Дніпра, Харкова та Миколаєва.

Для проведення емпіричного дослідження ефективності тренінгу застосовувались авторська анкета з вивчення проявів емоційного вигорання. Психодіагностичне дослідження проводилось з використанням методик «Діагностика рівня емоційного вигорання» В.В. Бойка, «Методика діагностики оперативної оцінки самопочуття, активності і настрою (САН)» та «Вісбаденський опитувальник до методу позитивної психотерапії та сімейної терапії (WIPPF)». Емпіричне дослідження за зазначеними методиками проводилось в три етапи: 1) констатуючий експеримент – тестування до тренінгу; 2) та формуючий експеримент – проведення тренінгу; 3) тестування досліджуваних після їх участі в тренінгу.

За результатами проведеного емпіричного дослідження особливостей і профілактики емоційного вигорання екстремальних психологів було встановлено, що більшості досліджуваних доводилось працювати в умовах екстремальних ситуацій, зокрема, переважна кількість цих екстремальних ситуацій пов'язана із війною, бойовими діями. З'ясовано, що 95 % досліджуваних екстремальних психологів мали досвід психологічної роботи з учасниками бойових дій, іншими категоріями людей, які перебували в екстремальних ситуаціях. Майже дві третини досліджуваних на даний час визначають рівень свого навантаження як високий і надмірний, внаслідок чого вони часто відчують втомленість, неможливість повноцінно відновитися. Це зумовлює у екстремальних психологів психосоматичні відхилення, як то зниження фізичного життєвого тону, регулярне фізичне нездужання, часті захворювання тощо. Крім цього, у значної кількості досліджуваних констатовано підвищену або надмірну роздратованість та тривожність, зменшення або суттєве скорочення останнім часом соціально-комунікативних контактів, усамітнення і соціальну ізолюваність, незадовільні настрої та самопочуття, наявність песимістичних настроїв та прояви байдужості до багатьох сфер професійного та особистого життя, недостатнє розуміння сенсу і цілей життя.

В цілому за результатами емпіричного дослідження встановлено, що більше третини досліджених екстремальних психологів виявили різні прояви емоційного вигорання, а майже 20% досліджуваних мають виражені ознаки синдрому емоційного вигорання і потребують психологічної допомоги та професійного психологічного втручання.

Результати експериментальної апробації тренінгу «Профілактика емоційного вигорання екстремальних психологів з використанням методів самопізнання і самодопомоги Н. Пезешкіана» засвідчили його ефективність щодо зниження показників і симптомів емоційного вигорання у екстремальних психологів. Так, після участі в тренінгу у них знижуються показники за всіма фазами формування вигорання методики «Діагностика рівня емоційного вигорання» В. Бойка.

Після тренінгу зменшилась частка досліджуваних з високим (сформованим) рівнем синдрому емоційного вигорання та збільшилась кількість досліджуваних із середнім (на стадії формування) та низьким (не сформованим) рівнями СЕВ. Виявлено поліпшення загального емоційного фону досліджуваних, зокрема зростання показників самопочуття та настрою.

Встановлено, що в результаті участі в тренінгу у екстремальних психологів зменшується прихована агресія на соціум, нетактовність і зухвалість, вони стають більш терплячими, здатними чекати, незважаючи на сумніви. Участь у тренінгу сприяє розвитку комунікативних здібностей, пошуку спілкування та близькості з іншими людьми, спроби вирішити проблеми за допомогою творчого підходу, а також зменшує надмірні намагання досконалості та максимальної самовіддачі в роботі. Доведено, що екстремальні психологи із рисами педантичності, акуратності, оптимізму, орієнтацією на майбутнє, здатністю приділяти собі та іншим достатню кількість часу, схильністю до глибокої віри, а також із властивостями неслухняності, впертості, помірної обов'язковості та сумлінності, тренуваності і фізичної активності – мають більшу здатність до навчання під час тренінгу засобом профілактики і корекції симптомів емоційного вигорання.

В цілому після тренінгу екстремальні психологи почали цілісно та об'єктивно сприймати дійсність, застосовувати прийоми і методи самопізнання, знаходити справжні причини втрати емоційної рівноваги та проводити діагностику власного повсякденного життя на предмет збалансованості, розвивати актуальні здібності, необхідні для конструктивного вирішення проблем як в роботі, так і у власному житті, навчились зберігати власний психологічний ресурс, здійснювати профілактику та корекцію негативних емоційних станів і особистісних деструкцій, викликаних впливом професійної діяльності.

Список використаної літератури

1. Peseshkian, Nossran (2016): Positive Psychotherapy of Everyday Life. Author House UK. 204 p
2. Peseshkian, Nossran (1987): Positive Psychotherapy. Theory and Practice of a New Method. Springer-Verlag Berlin Heidelberg. ISBN 0-387-15794-8
3. Peseshkian, Nossran (2016): In Search of Meaning. Author House UK. ISBN 978-1524631611

Bykova S.V.,

Candidate of Psychological Sciences,

Associate Professor of the Department of Philosophy,

Political Science, Psychology and Law

Odessa State Academy of Civil Engineering and Architecture

THE IMPORTANCE OF MOTIVATION IN THE SUCCESS OF STUDENTS' LEARNING ACTIVITIES

The efforts expended and the results obtained by the student, their ratio and the prevalence of results are one of the determining factors that motivate learning, so in order to improve the success of educational activities in psychology and pedagogy, there is a constant search for conditions that would ensure it. Among them, in our opinion, motivation occupies a prominent place.

Determining the ratio of effort and results, receiving rewards, and satisfaction from the result are real motivators. The relevant expectancy theory states that if each of these factors is insignificant, then the motivation for learning will be insignificant. How can you motivate in the classroom? It is advisable to use the method of introspection and determine the meaningfulness of the work in the classroom, their independence, activity, general degree of interest, etc. Based on these results, it is possible to plan areas for further work with motivation, and if "problem areas" are identified, it is with them that you need to work. The results of the research showed that in the middle years of university, students' professional motives for learning are predominant, and therefore they are successful in studying the disciplines of specialization [2].

It is worth noting that it is important to understand what to define as success and what to define as success.

The correlation between the concepts of "academic success" and "academic performance" is the subject of research by many scholars, the vast majority of whom consider academic success to be a narrower definition in contrast to academic

performance. Disbelief in oneself, in one's own success, the desire to avoid failure, anticipation of a negative outcome, and the experience of negative emotions lead to the choice of tasks that do not correspond to the student's existing capabilities, but are too difficult or easy. A person's past experience is important. If there was a success, they are more focused on experiencing success, achieving it, and therefore make more efforts, are ready to wait longer for the result and not be disappointed after the first failures. If the reaction to failure is constructive, it reduces motivation and may even increase it. Other factors that influence success have also been studied. In particular, foreign scientists have noted that the order of birth in a family affects a person's success: firstborns are more focused on success and achievement [4].

Despite a significant number of different studies, the study of academic performance is an urgent task for science and practice, especially in the context of Ukraine today. Ukrainian students have always been active in all matters of social, socio-political, professional and other vectors of development, so their orientation to success is an important task for higher education in Ukraine [1].

It is possible to influence a person's motivation and thus increase his or her predictable success through the realization of the real benefits to society of the work that a student will do in the future (professional activity), through the development and formation of personal responsibility for successful work, through a stable readiness to overcome difficulties in professional activity. It is important to work towards, especially in socio-economic professions, general altruistic and civic aspirations, towards improving professional skills, innovation in their implementation and organization, and the formation of responsibility for professional duties and requirements. Work with a personality can be conducted in the context of professional aptitude and self-assessment, so it is worth focusing on self-knowledge, its deficit and elimination of the lack of professional information [3].

The psychological attributes of academic performance are important, as students' interests, attitudes toward learning (actual behavior), emotional characteristics (including stress and anxiety), volitional qualities (ability to self-regulate, etc.), etc. are motivators for academic performance [4]. Therefore, it is in this direction that we plan

to continue our work – to identify personal motivators, conditions, mechanisms and prerequisites for students to achieve success.

List of references:

1. Єльчанінова Т., Ткачова Є. Мотивація досягнення успіху студентів з активною життєвою позицією: сиблінговий аспект. Український науковий журнал. Освіта регіону. Політологія, психологія комунікації. 2013. №2. URL: <https://social-science.uu.edu.ua/article/1074>
2. Коваленко Н.П., Боброва Н.О., Ганчо О.В., Зачепило С.В. Мотивація студентів як запорука успішного професійного розвитку. *Медична освіта*. 2020. №3. С.43-48. DOI: <https://doi.org/10.11603/me.2414-5998.2020.3.11440>
3. Літинська В.А., Мельник І.В. Формування професійної мотивації студентів до успішної фахової діяльності. *Економіка та управління підприємствами*. 2017. Випуск 14. С.151-154.
4. Alyahyan, E., Düşteğör, D. Predicting academic success in higher education: literature review and best practices. *Int J Educ Technol High Educ* 17, 3. 2020. <https://doi.org/10.1186/s41239-020-0177-7>

Войтенко Н.С.

*старший викладач Фахового коледжу
Міжнародний гуманітарний університет*

Єрмакова А. Ю.

*студентка III курсу Фахового коледжу
Міжнародний гуманітарний університет*

ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ

Конкурентоспроможність випускника сучасного вишу вимагає не лише професійних знань, але і спеціальних здатностей особистості, які забезпечують їй динамізм професійної поведінки, самостійність у пошуках та засвоєнні нової інформації, адекватних рішень в «нестандартних ситуаціях». Тому на сучасному етапі розвитку системи вищої освіти для того щоб сформувати продуктивну професійну позицію молодого фахівця актуальним і необхідним постає розвиток саме емоційного інтелекту.

Загалом дослідженням емоційного інтелекту займалися такі зарубіжні вчені, як Д. Гоулман, Р. Бар-Он, Дж. Майєр, П. Селовей, Д. Карузо та інші. У вітчизняній психології ідею єдності афективних та інтелектуальних процесів розробляли Л. Виготський, С. Рубінштейн, Д. Люсін, І. Андрєєва, С. Дерев'янка, Е. Носенко, І. Аршава та інші.

Емоційний інтелект у самому широкому розумінні поєднує в собі здатність особистості до ефективного спілкування за рахунок розуміння емоцій оточення і вміння підлаштовуватися під їхній емоційний стан. Таке вміння володіти собою й грамотно організовувати взаємодію виявляється незамінним, якщо мова йде про сферу діяльності, що припускає безпосереднє спілкування з навколишніми, що є основним у роботі психолога.

Після впровадження авторської програми «Психологія здоров'я» на базі Фахового коледжу Міжнародного гуманітарного університету в ЕГ підвищились показники ідентифікації емоцій. Кількість респондентів з високим рівнем цього показника зросла у десять разів (від 3,45% до 34,48%), а середній і низький рівні знизились (від 89,66% до 65,52% та від 6,87% до 0,00% відповідно). Такі результати вказують на те, що майбутні психологи навчилися більш точно визначати емоційні стани оточуючих за рахунок усвідомлення існування їхнього широкого спектру, розуміння на які саме фізіологічні та поведінкові зміни слід звертати увагу з метою правильної ідентифікації емоцій, що їх провокують, а також більш комплексного осмислення виявів почуттів, що дозволяє респондентам ефективніше перевіряти їхню щирість. Зафіксовано суттєві позитивні зміни розвитку емоційної фасилітації майбутніх психологів, які брали участь у дослідженні. Кількість обстежуваних з високим рівнем зазначеного показника зросла з 0,00% до 20,69%, з середнім – зменшилась з 86,21% до 75,86%, з низьким – з 13,79% до 3,45%. Це означає, що респонденти навчилися свідомо викликати у себе емоційні стани з метою кращого засвоєння інформації та підвищення продуктивності виконуваної діяльності. До того ж значно розвинулась гнучкість їхньої емоційної сфери, що дозволяє швидко змінювати емоційний стан для більш ефективного пристосування до контексту ситуації, що, у свою чергу, є вкрай важливими вміннями для майбутньої професійної діяльності обстежуваних. У КГ суттєвих змін емоційної фасилітації не відбулось.

Формувальний експеримент позитивно вплинув і на розуміння емоцій майбутніми психологами, про свідчить зростання високого рівня цього показника (з 0,00% до 24,14%) та зниження середнього (з 82,76% до 72,24%) і низького (з 17,24% до 3,45%). Респонденти ефективніше розрізняють не лише прості, а й переважно більшість складних емоційних комплексів, розуміють причини їхньої появи та потенційні наслідки для самої особистості, що їх переживає, а також для її партнерів по міжособистісній взаємодії. Вони краще почали аналізувати емоційні стани інших без безпосереднього спостереження за ними і спілкування, а отримуючи інформацію з інших джерел, що відбулось

завдяки усвідомленню механізмів появи і розвитку багатьох емоцій і почуттів, особливостей їхніх взаємозв'язків. Значних подібних змін у КГ не констатовано.

Управління емоціями як показник розвитку емоційного інтелекту майбутніх психологів також продемонстрував позитивні тенденції внаслідок впровадження авторської програми дослідження. Кількість обстежуваних з високим рівнем збільшилась з 0,00% до 10,34%, з середнім – з 68,96% до 82,76%. Низький рівень навпаки зменшився з 31,03% до 9,68%. Хоча цей показник зазнав найменше позитивних змін порівняно з іншими, оскільки розвивається в онтогенезі в останню чергу, такі результати вказують на те, що респонденти покращили свої навички свідомо нейтралізувати негативні емоції у партнерів по спілкуванню та активізувати їхні позитивні емоційні стани. Ці вміння є визначальними для набуття ними професіоналізму, адже вони забезпечують можливість побудови довірчих і конструктивних взаємовідносин з майбутніми клієнтами, які звертаються за психологічною допомогою й емоційною підтримкою до практичних психологів. Представники КГ продемонстрували незначну негативну тенденцію розвитку управління емоціями.

Відтак, у результаті проведення соціально-психологічного тренінгу загальний рівень емоційного інтелекту майбутніх психологів відчутно підвищився. Показники високого рівня зросли з 0,00% до 20,69%, середнього – знизались з 82,76% до 75,86%, низького – з 17,24% до 3,45%. Представники ЕГ продемонстрували більш гармонійно розвинені складові досліджуваного особистісного утворення, ніж до початку їхньої участі у дослідженні. Вони стали більш уважними до невербальних поведінкових виявів оточуючих, почали враховувати контекст ситуації, що дозволило їм точніше визначати емоційні стани інших. Також респонденти навчились осмислювати власні емоції і почуття, аналізувати причини їхнього виникнення та можливі наслідки, що сприяло підвищенню ефективності цілеспрямованого впливу на них з метою підвищення креативності й продуктивності виконуваної діяльності. В обстежуваних з'явилось розуміння того, що немає хороших і поганих емоцій і почуттів, оскільки усі вони мають певну мету та сповіщають про конкретну

потребу або ж її незадоволення. Це розуміння допомогло їм краще аналізувати складні емоційні комплекси, їхні причини, зміни й взаємозв'язки. Майбутні психологи стали почувати себе більш впевнено у міжособистісних взаємодіях, навчились співпрацювати під час виконання різноманітних завдань, набули навичок мотивувати оточуючих досягати означених результатів.

Варто відзначити, що у результаті впровадження авторської програми найбільш позитивних змін зазнала така складова емоційного інтелекту обстежуваних як ідентифікація емоцій, а найменшого – управління емоціями, що можна пояснити тим, що остання є складнішою, оскільки вимагає достатнього рівня розвитку попередніх складових, а тому вимагає більше часу для повноцінного розвитку.

Таким чином, можна стверджувати, що у результаті формувального експерименту у майбутніх психологів відбулась позитивна динаміка усебічного розвитку емоційного інтелекту. Так, суттєво підвищились загальні показники високого рівня досліджуваного особистісного утворення та, у свою чергу, знизились показники середнього і низького рівнів. Усі складові, які характеризують його особистісний та міжособистісний аспекти, а саме: ідентифікація емоцій, емоційна фасилітація, розуміння емоцій та управління ними, продемонстрували позитивні тенденції розвитку.

Значний розвиток зафіксовано щодо рівня емпатійності й емоційної врівноваженості обстежуваних. Завдяки виконанню практичних завдань протягом дослідження майбутні психологи змогли підвищити рівень власної конфліктної компетентності, на що вказують частіші обрання ними таких конструктивних способів вирішення суперечливих ситуацій як співпраця та компроміс, а також зменшення переважання суперництва і пасивних поведінкових стратегій як уникання та пристосування. Усе перераховане вище є свідченням успішного впровадження авторської програми розвитку емоційного інтелекту майбутніх психологів в процесі професійної підготовки

Joana Berger-Estilita,

Prof., Dr., Institute of Anaesthesiology and Intensive Care, Salem Spital, Hirslanden Hospital Group, Bern, Switzerland; Institute for Medical Education, University of Bern, Bern, Switzerland.

UNDERSTANDING AND MITIGATING PROFESSIONAL BURNOUT SYNDROME: A COMPREHENSIVE EXPLORATION.

Professional Burnout Syndrome (PBS) is a pervasive and complex phenomenon affecting individuals across various industries and occupations. This abstract offers a comprehensive exploration of PBS, its causes, consequences, and potential mitigation strategies. As we grapple with the evolving dynamics of work in the 21st century, understanding and addressing PBS has become an imperative for individuals, organizations, and policymakers alike.

PBS is a multifaceted construct encompassing emotional exhaustion, depersonalization, and reduced personal accomplishment. It emerges when the demands of a profession consistently outweigh an individual's ability to cope, leading to a state of physical and emotional depletion. This phenomenon not only undermines the well-being of employees but also poses substantial challenges for organizational performance, resulting in increased absenteeism, decreased productivity, and high turnover rates.

This abstract examines the root causes of PBS, emphasizing the interplay of individual and organizational factors. It delves into the role of excessive workload, unrealistic expectations, and lack of autonomy as primary contributors to burnout. Moreover, it highlights the impact of workplace culture, inadequate support systems, and the erosion of work-life boundaries in exacerbating burnout. By elucidating these causal factors, this abstract provides a foundation for tailored interventions and prevention strategies.

The consequences of PBS extend beyond the individual to encompass organizational dynamics. In this context, we explore how burnout can lead to

diminished creativity, poor decision-making, and weakened team dynamics. Additionally, it has a substantial financial toll on organizations due to increased healthcare costs and reduced productivity. Understanding these ramifications underscores the urgency of addressing PBS as a systemic issue, requiring collective efforts from both employees and employers.

Mitigating PBS necessitates a multifaceted approach that integrates individual and organizational interventions. On an individual level, fostering emotional intelligence, resilience, and self-care practices is crucial. Equipping employees with stress management techniques and encouraging them to seek support when needed can mitigate the effects of burnout. Additionally, promoting a culture of psychological safety and open communication enables employees to voice their concerns and seek help without fear of repercussions.

Organizations play a pivotal role in addressing PBS by implementing policies and practices that prioritize employee well-being. This abstract discusses the importance of promoting work-life balance, setting realistic goals, and offering flexible work arrangements. Creating mentorship programs, providing access to mental health resources, and conducting regular check-ins can also help employees feel supported and valued. Moreover, redesigning job roles to reduce excessive workload and ensure a better fit between job demands and employee capabilities is essential.

We emphasise the significance of leadership in combating PBS. Effective leaders are attuned to the well-being of their teams and actively work to create an environment that fosters engagement and job satisfaction. They lead by example, demonstrating healthy work habits and promoting a culture of empathy and understanding. Leadership development programs incorporating emotional intelligence and stress management training can equip leaders with the skills to proactively address burnout.

Furthermore, this abstract underscores the role of policy and regulation in mitigating PBS. Governments and regulatory bodies can enact and enforce labour laws that protect employee rights, such as setting limits on working hours, promoting paid time off, and ensuring access to mental health services. Additionally, incentivising

organizations to prioritize employee well-being through tax incentives or certification programs can encourage proactive measures against burnout.

In conclusion, Professional Burnout Syndrome is a pervasive issue with far-reaching consequences for individuals, organisations, and society. This abstract provides a comprehensive overview of PBS, its causes, consequences, and potential mitigation strategies. By understanding the complex interplay of individual and organisational factors contributing to burnout, stakeholders can collaboratively work towards its prevention and mitigation. Addressing PBS requires a multifaceted approach encompassing individual well-being, organisational policies and practices, leadership development, and regulatory measures. As we navigate the evolving work landscape, combating burnout has become an imperative for a healthier and more productive workforce. This abstract serves as a call to action, urging all stakeholders to prioritise the well-being of professionals and work collectively to mitigate the impact of PBS.

Гарькавець С. О.

*доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри психології та соціології
Східноукраїнський національний
університет ім. Володимира Даля*

Волченко Л. П.

*кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології та соціології
Східноукраїнський національний
університет ім. Володимира Даля*

ДО ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Найбільш актуальним суспільно-значущим завданням, на тепер, є психологічний супровід особистості в умовах глобальних змін, що відбуваються під впливом воєнної агресії російської федерації проти суверенної України.

Такий супровід стосується українських громадян, які стають вимушеними переселенцями, які перебувають під постійною загрозою рашистських обстрілів, які є жертвами війни, які перебувають в контактах з ними, й навіть тих, хто надає жертвам війни посильну допомогу.

Взагалі, під психологічним супроводом ми розуміємо комплекс заходів, що спрямовані на надання психологічної допомоги індивідам, які зазнали психічного травмування або перебувають у складних життєвих обставинах, що можуть стати причиною їхньої майбутньої психотравми.

Дана проблема є не тільки актуальною в українському соціальному просторі, а й вийшла далеко за межі України, яка боронить свою незалежність понад півтори року від рашистських загарбників.

Отже, виникає запитання, як продуктивно здійснювати психологічний супровід особистості за таких умов її існування.

Ми вважаємо, що попри існуючий світовий досвід подолання таких деструкцій, й відповідно до того, що українська кризова ситуація не є унікальною, ексклюзивність соціально-психологічної проблеми має наявний вимір. Він полягає у тому, що вперше після Другої світової війни, у Європі, була розв'язана війна, що має загарбницький характер. Більше того, розв'язана путінською росією війна спрямована на знищення української державності, позбавлення України міжнародної суб'єктності. А за великим рахунком – знищення українців, української культури та української спадщини, що є нічим іншим, як екзистенційною війною проти української нації.

Визначено, що основний зміст *екзистенційною загрози складають соціально-психологічні чинники та умови, що ставлять під сумнів подальше повноцінне існування індивіда, його спроможність долати, чинити супротив і знаходити вихід з ситуацій, у яких він виявляється потенційно не спроможним врятувати своє екзистенційне «Я»*. Всі соціальні ситуації екзистенційною загрози поєднуються в одному – загрозі фізичного існування індивіда як біологічної істоти.

Таким чином, психологічний супровід особистості в умовах потенційної загрози її фізичному та психічному існуванню, акцентовано, полягає у такому.

1. Підвищення життєспроможності особистості за рахунок реалізації її внутрішніх потенціалів (розвиток резильєнтності, стресостійкості, флексибільності тощо).

2. Набуття навичок подолання психологічної травми, емоційного та професійного вигорання.

3. Формування комунікаційних зв'язків особистості з конструктивним соціальним середовищем, з метою позбавлення її потенційних загроз десоціалізації та соціальної депривації.

4. Розвиток навичок продуктивного вербального та невербального поводження з іншими.

5. Підвищення порогу віктимогенної уразливості особистості, формування навичок безпечної поведінки дітей та молоді.

6. Розвиток навичок щодо опанування панічних станів та їх похідних.

7. Проведення освітніх психологічних занять, що передбачають подолання та усунення дефіциту знань щодо негативного впливу стресу та його наслідків, а також шляхів його переборення.

8. Застосування психотерапевтичних заходів (КПТ, логотерапія, арт-терапія, музикотерапія тощо), що спроможні забезпечити позитивне зростання пізнавальних, емоційних і поведінкових компонентів самосвідомості особистості, перебудову її найважливіших властивостей та спроможностей.

9. Проведення фармакотерапії, що спрямована на тамування проявів тривожності, психовегетативної та астенічної симптоматики під наглядом лікарів-психіатрів.

10. Подолання чотирьох типів непродуктивної орієнтації (рецептивну, експлуататорську, накопичувальну, ринкову) та формування продуктивної орієнтації або схильності індивіда до біофілії (вміння виокремлювати «соціальну саркому»).

Треба пам'ятати, що в індивідів, які пережили певну трагедію (наприклад, загибель рідних або близьких), або виявилися свідками загибелі інших людей, або тривалий час знаходилися під тиском життєво-небезпечних обставин (наприклад, обстрілами, переховувалися у бомбосховищах тощо) з'являються нав'язливі страхи, що слабо, або взагалі не контролюються, але, які суттєво обмежують їхню повноцінну життєдіяльність. Все це тисне на їхню соціальну активність та взаємовідносини з оточуючими, що може призводити, як нетривалих непорозумінь, так й тривалих конфліктів з іншими людьми.

Таким чином, психологічний супровід особистості в умовах воєнного часу виявляється багатомодальним і високоамплітудним процесом, що потребує, як професійної підготовки тих, хто його здійснює, так й внутрішнього сприйняття індивідом власного бажання впоратися з фізичними та психічними небезпеками, та не втратити себе.

АКТУАЛЬНИЙ СТАН НОРМАТИВНО-ПРАВОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГЕНДЕРНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ

На сучасному етапі політика України спрямована на входження до Європейської співдружності, що створює передумови для вдосконалення вітчизняної освіти в контексті відповідності вимогам європейського освітнього простору і впровадження гендерних підходів у навчанні і вихованні підростаючого покоління. Важливо, що прийняття європейських цінностей передбачає реалізацію принципів гендерної рівності у всіх сферах життя, забезпечуючи рівний доступ обох статей до виробничих, культурних, освітніх ресурсів. В такому контексті, особлива увага приділяється створенню однакових умов для представників обох статей як рівних у своїх правах і можливостях.

Аналіз наукової літератури показує сучасний стан розробленості питання нормативно-правового забезпечення гендерного виховання учнів. Зокрема, різні аспекти нормативно-правового забезпечення гендерного виховання учнів розглядали І. Бех [1], С. Вихор [2], та ін. Не заперечуючи важливості указаних досліджень та наукових праць, ступінь розробки проблеми нормативно-правового забезпечення гендерного виховання учнів є недостатнім.

Збройна агресія російської федерації, ставши каталізатором змін в секторі безпеки та оборони України, посприяла прийняттю стандартів та цінностей євроатлантичної спільноти, серед яких – принцип гендерної рівності. Так, 20 грудня 2022 р. КМУ схвалено Стратегію впровадження гендерної рівності у сфері освіти до 2030 року і затверджено операційний план з її реалізації на 2022-2024 роки [14]. Вказана Стратегія визначила базові принципи, стратегічні завдання і цільові групи із забезпечення рівних прав та можливостей чоловіків

та жінок у сфері освіти. Завданням аналізованого нормативного документа визначено також запобігання дискримінації для всіх учасників освітнього процесу та на всіх рівнях освіти. Зауважимо, що документ розроблено на виконання Плану заходів з реалізації зобов'язань у межах міжнародної ініціативи «Партнерство Біарріц» з утвердження гендерної рівності, який затверджено розпорядженням КМУ від 16 грудня 2020 р. № 1578-р. [11].

Стратегічною для досягнення гендерної рівності в Україні, враховуючи фемінізацію освітньої сфери, є ратифікована 20 червня 2022 року Конвенція Ради Європи про запобігання насильству щодо жінок і домашньому насильству (Стамбульська конвенція) [5]. Це перший міжнародний законодавчий акт, який передбачає захист жінок від усіх форм насильства та дискримінації, боротьбу за рівність між жінками й чоловіками, розроблення політики й заходів для захисту і надання допомоги жертвам насильства. Ратифікація аналізованої конвенції запровадила механізми запобігання і протидії насильству: створення притулків, надання компенсацій і допомоги постраждалим, організацію «гарячих» телефонних ліній, криміналізацію насильства та ін.

Що стосується українських нормативних документів, то насамперед виділимо питання Державної соціальної програми запобігання та протидії домашньому насильству та насильству за ознакою статі на період до 2025 року, затвердженої Постановою КМУ від 24 лютого 2021 р. № 145 [8]. Метою програми визначено вдосконалення шляхів запобігання і протидії домашньому насильству й насильству за ознакою статі в умовах децентралізації, а також підвищення ефективності взаємодії органів влади і громадськості із вказаної проблематики.

Важливими для організації гендерного виховання учнів в умовах збройної агресії є законодавчі акти про освіту. Так, відповідно до Закону України «Про освіту» [12], в Україні створюються рівні умови доступу здобувачів до освіти, а право на освіту гарантується незалежно від статі, віку, раси, інвалідності, громадянства, стану здоров'я, національності, а також політичних, релігійних чи інших переконань. Стаття 53 Закону визначає право здобувачів освіти на захист

від дискримінації за будь-якою ознакою, а також від будь-яких форм насильства та експлуатації. У статті 15 Закону України «Про повну загальну середню освіту» від 16.01.2020 № 463-IX [13] стверджується, що у закладах освіти виховний процес має ґрунтуватися як на загальнолюдських цінностях, так і культурних вартостях нашого народу, а також принципах громадянського суспільства і верховенства права. Законом України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» від 18.12.2018 № 2657-УШ [9], до повноважень органів управління освітою віднесено контроль виконання плану заходів, спрямованих на протидію і запобігання булінгу в закладі освіти, а також розгляд скарг про відмову у реагуванні на випадки булінгу.

Деякі питання гендерного виховання здобувачів освіти визначено у Державному стандарті базової середньої освіти, затверджену постановою КМУ від 30 вересня 2020 р. №898 [3]. У документі стверджується, що реалізація мети базової середньої освіти ґрунтується на повазі до особистості учня та визнанні пріоритету його інтересів, власного вибору, досвіду, прагнень. Гарантується забезпечення рівного доступу учнів до освіти, відсутність будь-яких форм дискримінації здобувачів та створення освітнього середовища із домінуючою атмосферою довіри і недискримінації. Забезпечується також утвердження людської гідності, доброти, справедливості, чесності, милосердя, співпереживання, взаємодопомоги, а також поваги до прав і свобод людини і громадянина. Рекомендується системне впровадження гендерної складової до змісту визначених освітніх галузей.

В сучасних умовах чинною залишається Концепція «Нова українська школа» [7], відповідно до завдань якої відбувається реформування сфери виховання, щоб забезпечити формування всебічно й гармонійно розвиненої, творчої й активної особистості здобувачів освіти. Відповідно до Концепції НУШ, виховання як невід’ємна складова освітнього процесу є наскрізним, охоплює усі сфери шкільного життя та ґрунтується на цінностях. Важливо, що документи НУШ, у тому числі, підручники, проходять антидискримінаційну експертизу та

коригуються із урахуванням гендерного компоненту. Концепція НУШ спонукає учнів засвоювати матеріал через застосування наближених до реальних умов життя форм, технологій та методів роботи у поєднанні із гендерним компонентом.

Важливим керівництвом для досягнення гендерної рівності у сфері виховання є Програма «Нова українська школа» у поступі до цінностей, розроблена під керівництвом І. Беха [1]. Згідно Програми, виховання учнів на основі цінностей актуалізується існуючими викликами щодо збереження цілісності й державності України, військовою загрозою, завданнями консолідації суспільства. У зв'язку з цим, в НУШ особливого значення набуває виховання учнів на основі цінностей, однією з яких є рівність. Базовими ж духовно-моральними цінностями визнаються також любов, повага до інших, гідність, відповідальність, совість, толерантність, свобода, справедливість, рівноправ'я, ініціативність. У здобувачів освіти виховується повага до гідності, прав, свобод людини, забезпечується формування доброти, толерантності, милосердя, терпимості, а також відповідальності у цих сферах.

Також залишаються чинними вимоги проведення гендерного аудиту в закладах освіти, визначені Наказом Міністерства освіти і науки України «Про затвердження Методології та критеріїв проведення гендерного аудиту закладів освіти» від 5 листопада 2021 р. № 11822 [10]. Метою проведення гендерного аудиту визначено оцінювання актуального стану забезпечення рівних прав і можливостей чоловіків й жінок у закладах освіти, передбачено виявлення існуючих проблем в забезпеченні гендерної рівності, а також підвищення обізнаності педагогічних працівників із напрямками застосування гендерного підходу в їхній освітньо-виховній діяльності.

В реаліях воєнного стану в Україні, у відповідності до листа Міністерства освіти і науки України від 10.08.2022 №9105-22 «Інформаційні матеріали щодо організації виховного процесу в закладах освіти у 2022/2023 навчальному році» [4], рекомендується об'єднати зусилля педагогічної і громадської спільнот для захисту прав та свобод здобувачів освіти, а також оволодіння дітьми

універсальними цінностями і моделями поведінки на засадах взаєморозуміння та співробітництва. Також пропонується перешкоджати проявам расизму, шовінізму, приниженню гідності іншомовних людей, підкреслювати моральний наратив демократії, толерантності, прав людини та верховенства права, єдності народів України.

Загалом можна констатувати, що ухвалені документи створюють належне нормативне підґрунтя для розв'язання проблеми гендерної дискримінації в освітній сфері. Проте система освіти залишається недостатньо чутливою до проблем гендерної рівності, відтворюючи асиметричну гендерну схему на організаційному та процесуальному рівнях. Так, гендерна стратифікація педагогічної діяльності, внутрішні організаційні практики, а також педагогічний склад відображають гендерну сегрегацію та стереотипізацію освітньої установи. На організаційному рівні зберігається як значна фемінізація галузі й ригідність гендерно стереотипізованих уявлень, так і непропорційне представлення жінок в управлінському апараті освітніх установ [6]. На процесуальному рівні також наявні «приховані» і «відкриті» елементи гендерної дискримінації. Йдеться про гендерні взаємини в педагогічному колективі, зміст навчальних предметів, особливості викладання, стиль педагогічного спілкування, а також упередженість щодо оцінювання навчальних результатів здобувачів освіти [2]. Недосконала ж гендерна статистика не дозволяє провести моніторинг рівності в доступі здобувачів до якісної освіти, можливості її для особистісного розвитку, професійного самовизначення та кар'єрного зростання [7].

Отже, нормативно-правове забезпечення гендерного виховання учнів визначається низкою нормативних документів. Так, стратегічними в аспекті гендерної модернізації національної системи освіти є затверджена КМУ 20 грудня 2022 року Стратегія впровадження гендерної рівності у сфері освіти до 2030 року, ратифікована Стамбульська конвенція та Державна соціальна програма запобігання та протидії домашньому насильству та насильству за ознакою статі на період до 2025 року. Важливими для впровадження принципів гендерної рівності в освіту є Концепція Нової української школи, Програма

«Нова українська школа» у поступі до цінностей, положення Державного стандарту базової середньої освіти, Наказ МОН України «Про затвердження Методології та критеріїв проведення гендерного аудиту закладів освіти», а також документ МОН України «Інформаційні матеріали щодо організації виховного процесу в закладах освіти у 2022/2023 навчальному році» та ін. Вказані документи удосконалюють освітню державну політику у напрямку забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків. Проте, хоча в нашій державі створено належну нормативно-правову базу стосовно утвердження гендерної рівності в освітній сфері, проте заклади освіти залишаються недостатньо чутливими до проблем гендерної рівності, відтворюючи асиметричну гендерну схему на організаційному та процесуальному рівнях.

Список використаної літератури

1. Бех І. Д. Програма «Нова українська школа» у поступі до цінностей. Київ : Інститут проблем виховання НАПН України, 2018. 40 с.
2. Вихор С. Законодавче забезпечення гендерної рівності в освітньому просторі України. *Сучасні стратегії гендерної освіти в умовах євроінтеграції* : збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції, 10–11 вересня 2020 р. Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка ; за заг. ред. В. П. Кравця, О. М. Кікінежді. Тернопіль : ТНПУ ім. В. Гнатюка, 2020. С. 10-13.
3. Державний стандарт базової середньої освіти : затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 р. № 898. URL : <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/nova-ukrayinska-shkola/derzhavnij-standart-bazovoyi-serednoyi-osviti>.
4. Інформаційні матеріали щодо організації виховного процесу в закладах освіти у 2022/2023 навчальному році : додаток 1 до листа Міністерства освіти і науки України від 10.08.2022 №9105-22. URL : <file:///C:/Users/Андрій/Downloads/62f4c1f2d9a1d274700929.pdf>.
5. Конвенція Ради Європи про запобігання насильству стосовно жінок і домашньому насильству та боротьбу із цими явищами (Стамбульська конвенція)

: ратифікована Законом України №2319-IX від 20.06.2022 р. URL : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/994_001-11.

6. Мартинець Л.А. Управлінська діяльність керівника навчального закладу : навч. посіб. Вінниця, 2018. 196 с.

7. Нова українська школа : poradnik dla vchytelja / za red. H. M. Bibik. Київ : Літера ЛТД, 2018. 160 с.

8. Питання Державної соціальної програми запобігання та протидії домашньому насильству та насильству за ознакою статі на період до 2025 року : постанова Кабінету Міністрів України від 24 лютого 2021 р. № 145. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/145-2021-p>.

9. Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню) : Закон України від 18.12.2018 № 2657-УІІІ. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text>.

10. Про затвердження Методології та критеріїв проведення гендерного аудиту закладів освіти : наказ Міністерства освіти і науки України від 5 листопада 2021 р. № 11822. URL : <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-metodologiyi-ta-kriteriyiv-provedennya-gendernogo-audituzakladiv-osviti>.

11. Про затвердження плану заходів з реалізації зобов'язань Уряду України, взятих в рамках міжнародної ініціативи «Партнерство Біарріц» з утвердження гендерної рівності : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 16 грудня 2020 р. №1578-р.

12. Про освіту : Закон України № 2145-VIII від 05.09.2017 р. URL : <https://osvita.ua/legislation/law/2231>.

13. Про повну загальну середню освіту : Закон України від 13 липня 2020 р. №764-IX. URL : http://osvita.org.ua/pravo/law_02/part_01.html.

14. Про схвалення Стратегії впровадження гендерної рівності у сфері освіти до 2030 року та затвердження операційного плану заходів на 2022-2024 роки з її реалізації : розпорядження Кабінету Міністрів України від 20 грудня 2022 р. № 1163-р. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1163-2022-%D1%80#Text>

Горицька О. В.

*кандидат педагогічних наук, доцент,
Міжнародний гуманітарний університет*

Єрмаков М. Ю.

*студент III курсу Фахового коледжу
Міжнародний гуманітарний університет*

ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СУЧАСНИХ ПІДПРИЄМЦІВ ДО УМОВ ВОЄННОГО СТАНУ

Виживання бізнесу в умовах воєнного стану, тобто в екстраординарній ситуації з високим ступенем ризику та невизначеності, можна розглядати як природний експеримент, в якому фактори впливу виникли з незалежних від експериментатора причин. Ми не можемо контролювати чинники, які ускладнили життя людей та діяльність підприємств, але можемо зафіксувати викликані ними ефекти.

В цій ситуації становлять науковий та практичний інтерес психологічні чинники, які впливають на адаптацію до нових умов. Так, вибірку склали 109 осіб віком від 27 до 51 року (в середньому $43,42 \pm 8,40$) з досвідом управління бізнесом не менше трьох років. Серед них 45 фізичних осіб-підприємців, власників мікропідприємств та малого бізнесу, під керівництвом яких знаходилося від 2 до 50 осіб; 18 індивідуальних підприємців, що не мали в керівництві інших людей; 31 керівників середньої та низової ланки – найманих менеджерів; а також 16 топ-керівників і власників середнього бізнесу. У складі вибірки 55,05 % жінок.

Опитування відбувалось за допомогою онлайн-розсилки в жовтні-листопаді 2022 р. Респонденти відповіли на ряд питань стосовно життєвих обставин та професійних справ під час війни. За результатами анкетування більше половини опитаних вказала на погіршення фінансового становища, при

цьому 19,62 % вибірки вказали на значне погіршення, 44,04 % обрали відповідь «трохи погіршилось». На погіршення житлово-побутових умов вказали 32,11 % (збір даних відбувався в кінці жовтня 2022 р., тобто на самому початку бомбардувань, спрямованих знищення інфраструктури мирних міст України). Крім того, 25,69 % респондентів відзначили погіршення соціального середовища та якості спілкування внаслідок війни.

Загалом, більше двох третин вибірки (75 осіб або 68,81 %) зазнали від початку повномасштабної війни важкі потрясіння, що стосувалися зміни життєвого середовища та/або професійної діяльності. Відомо, що ситуація хронічного стресу викликає невідновні втрати психічного й фізичного здоров'я, патологізацію особистості. Серед опитаних 32,11 % відзначили погіршення фізичного і психічного самопочуття, із них у 7,34 % (8 осіб) виникли серйозні проблеми зі здоров'ям.

Окрім інших, анкета включала два відкритих питання для з'ясування життєвої ситуації: – Чи змінили ви місце проживання через війну? Якщо так, напишіть будь ласка, де ви зараз мешкаєте (в Україні або за кордоном) і як довго перебуваєте у вимушеній міграції? – Чи змінити ви роботу через війну? Якщо так, опишіть, будь ласка, ситуацію та ваш поточний професійний статус. Відтак, на момент дослідження 29,36 % респондентів втратили роботу, якою займалися в мирний час. Серед них десятеро (9,17 % вибірки) так і не змогли відновити професійну активність; 20,18 % знайшли роботу, при цьому найчастіше ФОПи і керівники переходили на позицію найманих працівників і були вимушені освоювати нові професії. Серед респондентів, що зберегли роботу, 27,52 % вибірки вказали, що хоча вони працюють на тій самій посаді, умови роботи суттєво змінилися та вони вимушені адаптуватись до них. Більше половини учасників дослідження вимушено покинули власні домівки та змінили місце проживання: 31,19 % вибірки переїхали в різні міста та містечка України, 22,94 % виїхали за кордон. Серед респондентів, які залишилися на постійному місці проживання, шестеро мешкали в тимчасово окупованому Херсоні (місто було звільнено на початку листопада 2022), що також є сильним стресовим фактором.

Отримані відповіді були переведені в кількісні показники відповідно до ступеню виразності життєвих змін, які є джерелом стресових переживань та вимагають напруження адаптаційних ресурсів. Варіанти зміни місця проживання: 1 = респондент мешкає вдома, у звичному середовищі (включаючи тимчасові переїзди на початку війни); 2 = вимушений переїзд в межах України (внутрішньо переміщені особи); 3 = вимушений переїзд в інші країни світу; 4 = тривале проживання в окупації. Варіанти зміни професійної діяльності були оцінені наступним чином: 1 = та сама робота; 2 = людина втратила роботу та знайшла нову; 3 = зупинка чи ліквідація бізнесу, втрата роботи та відсутність професійної діяльності на момент опитування.

Сумарна оцінка «ступінь життєвих змін» може коливатися від 2 до 7 балів; більша оцінка свідчить про вищий ступінь стресогенності. Середні тенденції у вибірці склали $3,32 \pm 1,25$ балів.

Фінальна частина анкети містила перелік питань для оцінки успішності професійної адаптації в екстраординарній життєвій ситуації. Для уточнення даних про робочі справи респондентів було сформульовано сім критеріїв: стан основної діяльності підприємства, умови роботи, втрати клієнтів, втрати соціального капіталу, рух матеріальних активів, ризики майбутніх втрат, можливості планування та розвитку. Учасники оцінювали їх за 5-бальною шкалою, сформульованою окремо для кожного питання: оцінка 1 відображає максимальні та нездолані труднощі; 5 – покращення справ. Частотний аналіз отриманих відповідей дозволив з'ясувати особливості професійної реалізації та стан бізнесу під час війни.

Отриманні данні свідчать, що третина представників малого та середнього бізнесу зазнали значних матеріальних та соціальних втрат, були вимушені суттєво скоротити обсяги діяльності або припинити її зовсім. Близько половини опитаних вказали на погіршення умов роботи, високі або середні ризики майбутніх втрат та складнощі планування.

Сумарний показник «Стан професійних справ» може складати від 7 до 35 балів; високі цифри свідчать про успішну професійну адаптацію людини. У

вибірці отримані оцінки в інтервалі 9–34 бали, середні тенденції склали $23,56 \pm 6,41$.

Окремо зауважимо, що 29,36 % вибірки (32 респонденти) побачили у складній ситуації, яка виникла, можливості для розвитку. А це важливий маркер, який інформує про якісну відмінність реагування на кризу та над-успішність адаптації. Незважаючи на складні умови діяльності під час війни, досить значна частка респондентів не тільки не скоротили бізнес-активність, але й збільшили її. За даними самозвітів 15,60 % вказали на зростання обсягу роботи, 17,43 % найняли нових працівників, 13,76 % збільшили клієнтську базу. Ця тенденція стосується також якості життя: 18,35 % респондентів покращили своє фінансове становище; 7,33 % поліпшили житлові та побутові умови; 27,52 % вказали на покращення соціального оточення, 15,60 % відзначили загальне оздоровлення і гарне самопочуття.

Отримані результати призводять до висновку, що процес і результат адаптації сучасних підприємців під час воєнного стану визначаються не лише діапазоном поганого-гарного пристосування до нових умов (тобто дезадаптація або самозбереження в кризовій ситуації), але містить можливість «стрибка вгору» – прогресивного розвитку, поліпшення життєвої ситуації та професійного зростання. Відсутність значних втрат, стабільність професійних та життєвих показників є свідченням успішної (точніше, нормальної) адаптації.

Самозбереження в умовах війни є основною метою адаптації, досягнення якої зазвичай вимагає чималих внутрішніх та зовнішніх ресурсів. Окремо виділяються особи, котрі не просто успішно пристосувалися, але й поліпшили свої справи, тобто використали кризову ситуацію як поштовх для розвитку та росту. Серед психологічних чинників, які обумовлюють характер адаптації сучасних підприємців у кризових умовах, нас цікавлять особливості прийняття рішень – когнітивні стратегії, що обумовлюють спрямованість активності людини при наявності кількох альтернативних варіантів поведінки. Це складає перспективу подальших досліджень.

Грінько М.М.

полковник служби цивільного захисту,

начальник управління персоналу

Головного управління Державної служби України з надзвичайних ситуацій

в Одеській області

ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПРАЦІВНИКІВ ДСНС ПІСЛЯ ЇХ УЧАСТІ В ЛІКВІДАЦІЇ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

Всесвітня організація охорони здоров'я відносить професію пожежного-рятувальника до десяти найнебезпечніших професій у світі. [1,7] Екстремальні умови діяльності, з якими стикається особовий склад пожежно-рятувальних підрозділів, з психологічної точки зору, характеризується сильними психотравмуючими факторами: безперервною нервово-психічною напругою; постійною загрозою життю та здоров'ю; емоційними та стресовими розладами. Якщо своєчасно не надавати особовому складу психологічну допомогу, це може викликати гострі стресові реакції, депресивні стани, проблеми зі сном, зниження апетиту, постійне почуття втоми, ослаблення пам'яті, зниження концентрації уваги. Що у свою чергу може призвести до підвищення травматизації, посттравматичних стресових розладів, психосоматичних розладів. Таким чином, наявність стрес-факторів негативно позначиться на ефективності діяльності служби, психічному та фізичному здоров'ї рятувальників [7,11,12].

Аналіз окремих результатів досліджень [11,12] свідчить, що психофізіологічний стан особового складу пожежно-рятувальних підрозділів не повністю відновлюється, якщо під час чергувань вони виїзжали на ліквідацію наслідків надзвичайних ситуацій.

Питання особливості збереження психічного здоров'я особистості в кризових життєвих умовах, соціально-психологічної адаптації та реабілітації особистості, яка пережила кризові події, стресові реакції на екстремальну

ситуацію та методи психофізіологічної стабілізації організму після травматичних подій нами досліджуються з 2018 року [9]

У 2018 році нами була розроблена та впроваджена в службову діяльність ГУ ДСНС України в Одеській області анкета «Актуальний психологічний стан особового складу після надзвичайних ситуацій», завдяки якій досліджувалась динаміка психічних станів особового складу та вплив на них надзвичайних ситуацій з загрозою для власного життя та з масовою загибеллю людей. Також досліджувався вплив травматичних подій на сімейні відносини. Ця ж анкета застосовувалась для відслідкування тенденцій змін станів після участі у надзвичайних ситуаціях військового характеру.

За результатами досліджень, в яких прийняли участь біля 2000 працівників ДСНС протягом 5-ти років встановлено, що після ліквідації надзвичайних ситуацій із загрозою для власного життя, більшість особового складу не мали явних ознак стресових розладів. Але, 2-4% працівників відчували деякі з таких ознак, як емоційне збудження, тривога, фізичний дискомфорт, страх, безсоння, безконтрольні спогади, озлобленість, апатію – понад 1 місяця.

Аналіз відповідей рятувальників щодо ознак стресових розладів після ліквідації надзвичайних ситуацій із загибеллю людей, показав, що показник став вище - майже 6% рятувальники мали деякі симптоми понад 1 місяця. Було досліджено, що це в основному це - особовий склад, який мав високу частоту виїздів на ліквідацію надзвичайних ситуацій з масовою загибеллю людей. Також, на стан рятувальників впливав факт загибелі дитини того ж віку, що у сім'ї рятувальника.

Аналіз психічних станів фахівців екстремальних видів діяльності після травматичних подій показав, що одні екстремальні події конкретний суб'єкт не сприймає як травматичні, тобто загрозливі та небезпечні для нього, вони можуть бути нейтральними або позитивними. Інші події фахівці екстремальних видів діяльності сприймають як стресові, але мають достатньо ресурсів та стратегії подолання, щоб справитися з наслідками травматичних подій самостійно. Трет'ї екстремальні події – є травматичними і вимагають психологічної допомоги. Досвід,

який руйнує одну людину, для іншої може бути нейтральним або ефективним для

В цих випадках є умови, які впливають на те, отримає фахівець психологічну травму або ні. По-перше, це - значущість події для індивіда, по-друге, тілесне відпрацювання, вміння вивільнити напругу з тіла, по-третє - психосоціальна підтримка, яку вони отримують в житті.

Згідно нормативних документів особовий склад ДСНС потребує після перебування в надзвичайних ситуаціях та після виконання завдань за призначенням в зоні бойових дій психологічну допомогу, психологічне відновлення, психологічну підтримку, медико-психологічну реабілітацію.

Останні дослідження підтверджують, що будь який стресовий досвід перебуває в континуумі "тіло-свідомість" Травма у фізичній, психологічній, емоційній або міжособистісній сфері неминуче позначається на тілі ДСНС України в Одеській області з напрямку психологічної підготовки психологічні технології щодо психофізіологічної стабілізації організму особового складу.

Важливу роль в психологічному відновленні особового складу ГУ ДСНС України в Одеській області після ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій грає іпотерапія. Особливість впливу іпотерапії полягає в тому, що одночасно релаксуються слабкі м'язи та розслабляються спастичні м'язи. Знижується рівень стресу, підвищується працездатність нервової системи, стресостійкість, увага, розвивається координація та рівновага, поступово відбувається покращення та відновлення втрачених навичок розслаблення.

Надзвичайно важливу роль відіграла не лише їзда на коні, а й безпосередній контакт з твариною. Такий комплекс допомагав усунути стресовий стан, позбутися напруги, почуття страху та тривоги. Особовий склад відчував на собі ефективну дію іпотерапевтичних занять, що допомагало позбутися втоми, заспокоїти нервову систему та покращити самопочуття.

Д
і

В 2020-2021 роках, в рамках спільного проекту МВС України та ОБСЄ нами були отримані знання, практичні навички та сертифікація, в рамках курсу “Психологічний супровід (психологічна реабілітація) в екстремальних ситуаціях” щодо методів Травмофокусованої терапії та методики Trauma Releasing Exercises (TRE) Девіда БЕРСЕЛІ. [2,3,4,13]

З вересня 2021 року, на базі пожежно-рятувальної частини ГУ ДСНС України в Одеській області було впроваджено пілотний проект з використанням методики TRE. Рятувальники виконували систему вправ, метою яких є відновлення природних процесів підтримки психофізіологічного балансу організму.

Методика TRE виходить із передумови, що в тілі людини є природна здатність до відновлення від травматичного досвіду, і тому можна зцілюватися фізично та психологічно від багатьох травматичних переживань самотійно. Згідно Девіда Берселі [13], важлива група м'язів, які приймають на себе основні спазми та напруження під час «втечі або боротьби» - це повздошно-поперекові м'язи. Вони захищають наш центр тяжіння і після травматичного досвіду розслабляються не так легко, як інші м'язи тіла. Поряд з цим, коли, в результаті травматичного досвіду ці м'язи спазмуються, то вони тягнуть тіло вперед. Але ми випрямляємось за рахунок вторинного напруження в інших м'язах, які переплітаються уздовж хребта. Це визиває біль і напруження, в різних частинах тіла. Тіло хоче звільнитися від напруження і розслабитися. Якщо розслабитися не вдається, то напруження переходить у хронічне. А це є основною причиною посттравматичного стресового розладу (ПТСР).[2,3,4,8]

Система вправ TRE запускає «зіпсований» природний механізм звільнення від напруги через неогенне тремтіння. За результатами протоколів, консультацій та спостереження за особовим складом, який приймав участь у пілотному проекті, їх самопочуття і настроїв покращились, вони швидше відновлювались після ліквідації надзвичайних ситуацій.

Іноді людина може і не усвідомлювати того, що вона потребує допомоги або якої саме допомоги, тому робота щодо психологічної допомоги, відновлення та підтримки особового складу ДСНС після перебування в зоні бойових дій є

профілактикою розвитку ПТСР та засобом турботи про фізичне та психічне здоров'я фахівців екстремальних видів діяльності [7].

Список використаної літератури

1. Керівництво МПК з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах надзвичайної ситуації. Навчальний посібник. – Київ, УВ «ПУЛЬСАРИ», 2017, - 216.
2. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 1 / за ред. Н. Пророк — Київ, 2018.- 208с.
3. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 2 / за ред. Л. Царенко — Київ, 2018.- 240с.
4. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник. Том 3/ за ред. Л. Гридковець — Київ, 2018.- 236с.
5. Безпека життєдіяльності. Навчальний посібник. – Київ, НТУУ «КПІ», 2016, - 230с.
6. Психологія праці у звичайних та екстремальних умовах :навч. посіб. / М. С. Корольчук, В. М. Корольчук, С. М. Миронець та ін. – К. : нац. торг.-екон. ун-т., 2015. – 652 с.
7. Афанасьєва Н. Є. Вплив посттравматичного стресового розладу на професійну мотивацію пожежних-рятувальників / Проблеми екстремальної та кризової психології. – 2012. – №11. – С. 9-15.
8. Вебер Томас. Травмофокус. Спеціалізований психотерапевтичний метод для роботи зі стресом, травмою та хронічним болем/ Переклад з німецької: Гладун І.М.- Х.: вид-во “ЛИТЕРА НОВА”, 2020 — 164 с.
9. Грінько М.М. Стресові реакції на екстремальну ситуацію та особливості надання першої психологічної допомоги в умовах надзвичайних ситуацій (подій) на території Одеської області. /Матеріали ІІ міжнародної науково - практичної конференції/ за ред. д.ю.н., проф. Аракелян М.Р.; Національний університет "Одеська Юридична академія". - Одеса: Видавничий дім “Тельветика”, 2020.-316 с.113.

10. Сеймук А. О. Психологічна регуляція та фізичні вправи в процесі напруженої розумової діяльності: навчальний посібник / Дніпропетровськ : Журфонд, 2014. –163 с.
11. Фомич М. В. Психологічні особливості розвитку професійно важливих якостей начальників караулів оперативно-рятувальної служби цивільного захисту : [монографія]/Черкаси : видавець Ю. Чабаненко, 2014. – 166 с.
12. Миронець С. М. Негативні психічні стани рятувальників в умовах надзвичайної ситуації: [монографія] / С. М. Миронець, О. В. Тімченко. – К. :ТОВ «Август Трейд», 2008. – 249 с.
13. David Berceli. Trauma Releasing Exercises (TRE): A revolutionary new method for stress/trauma recovery/David Berceli - BookSurge Publishing, 2005. - 90 p.

Данилюк І. В.,
доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри експериментальної та прикладної психології,
факультет психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Курапов А. О.,
кандидат психологічних наук, асистент,
асистент кафедри експериментальної і прикладної психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка,
постдок дослідник, кафедра психології
Університет міста Зальцбург імені Паріса Лодрона,
(м. Зальцбург, Австрія)

Ягіяєв І. І.,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри експериментальної та прикладної психології,
факультет психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Малишева К. О.,
кандидат психологічних наук, доцент
завідувачка кафедри експериментальної та прикладної психології,
факультет психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

Льошенко О. А.,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри експериментальної та прикладної психології,
факультет психології
Київський національний університет імені Тараса Шевченка

*Литвин С. В.,
доктор філософії в галузі знань 053 Психологія,
асистент кафедри експериментальної та прикладної психології,
факультет психології
Київський національний університет імені Тараса*

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ХЕМОФОБІЇ ТА НЕГАТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВАКЦИНАЦІЇ

Інтерес до вивчення хемофобії суттєво зріс протягом кампанії вакцинації від COVID-19 (хоча хемофобія, звісно, асоційована не лише із вакцинами, а також часто пов'язана із багатьма іншими субстанціями, які оточують людину в повсякденному житті). Хемофобія – це ірраціональний страх перед хімічними речовинами, який стосується переважно тих субстанцій, які, на думку людини, створені штучно [2, 3, 7-9]. Також важливо зазначити, що люди, яким притаманна хемофобія, зазвичай значно менше бояться хімічних речовин природного походження. Попри те, що, з точки зору хімії, природні та штучні речовини є однаково «хімічними» за своїм складом [1], у сприйманні осіб із хемофобією поняття «хімічного» отримує особливі конотації: «неприродне, а отже небезпечне», «таємниче, якому притаманна прихована шкода», тощо. Натомість у сприйманні осіб з хемофобією поняття «природного» часто є позитивною опозицією до негативного «хімічного». Вони оцінюють «природне» як більш «безпечне та зрозуміле» та «корисне (або, принаймні, нешкідливе)» [2, 3, 7-9].

Зусилля хіміків часто спрямовані на вдосконалення вже існуючих речовин чи створення певних субстанцій для потреб людини [1]. Втім, крізь призму хемофобії, вищезгадані «хімічні втручання» є «ризикованими та непередбачуваними», або ж узагалі «умисно шкідливими» [2, 3, 7-9]. Отже хемофобія може також бути асоційована із недовірою та підозрілістю стосовно хімічної промисловості, а також щодо тих галузей, які використовуються

продукти хімічної промисловості (наприклад, медицина). Це настільки суттєвий фактор ставлення до продуктів хімічної промисловості, що часто виникає необхідність вдосконалени чи синтезовані речовини позиціонувати як такі, що містять природні компоненти, аби збільшити їхню привабливість. Ось як пише про це у своїй книзі «Хімія повсякдення» Володимир Саркісян: *«Отже, мицелярна вода за своїми хімічними властивостями ближча до пральних засобів, ніж до мила. У її основі лежить синтетична речовина, і тому будь-які запевнення щодо натуральності тієї чи іншої марки є лише маркетинговим трюком. Вона менш ефективна як засіб для очищення шкіри і від мінеральних, і навіть від жирних забруднень, ніж натуральне мило. Водночас вона вільна і від притаманних милу недоліків.»* [1, с. 48]. Згаданий у цитаті «маркетинговий трюк» – це приклад прагнення запевнити споживача у тому, що покращена чи штучна хімічна речовина має ті самі властивості «безпеки» чи «корисності», які, на думку споживача, притаманні природним речовинам.

У еволюційно-психологічному контексті хемофобію можна розглядати як один із виявів негативно-упередженої легковірності: оскільки при оцінці інформації, яка стосується небезпеки, можлива шкода від помилкової недовіри (невіра в правдиву інформацію) є більшою, ніж від помилкової довіри (віра в неправдиву інформацію), люди під впливом страху частіше припускаються другого типу помилок (інформація, яка потенційно вбереже їх від шкоди, сприймається як така, що заслуговує більшої довіри навіть тоді, коли немає достатніх доказів на користь її істинності) [5].

Брак знань про токсикологічні властивості природних та штучних речовин сприяє розвитку та підсиленню хемофобії, а розуміння ключових закономірностей токсикології зазвичай її ослаблює [2, 3, 7-9]. Так, наприклад, у сприйманні осіб з хемофобією поняття «штучного» зближується за своїм значенням із поняттям «токсичного» («небезпечного»). Це відбувається попри той факт, що токсичні властивості мають як деякі природні речовини, так і окремі синтетичні субстанції. Відповідно до токсикологічних закономірностей, небезпечність певних речовин пов'язана із їхнім хімічним складом та

властивостями і прямо не залежить від природності чи штучності. Проте люди, яким притаманна хемофобія, схильні переоцінювати токсичність штучних хімічних речовин і недооцінювати її при сприйманні природних субстанцій [2, 3, 7-9].

З огляду на вищеперераховані властивості хемофобії, вона постає актуальним конструктом у дослідженнях ставлення до щеплень (як в рамках кампанії вакцинації від COVID-19, так і стосовно інших захворювань). Вакцина є субстанцією, яка належить до штучно створених хімічних речовин. Відтак люди, які схильні до хемофобії, із більшою ймовірністю будуть сприймати вакцину у якості джерела небезпеки (адже вона для них асоціюється із поняттями «штучне» та «хімічне»). А також, можливо, вони будуть недооцінювати ті ризики, які пов'язані з відсутністю вакцинації (адже для осіб, яким притаманна хемофобія, формування імунітету внаслідок захворювання та видужання асоціюється із поняттям «природне», «безпечне»). Можна також припустити, що особи, яким притаманна хемофобія, не будуть сприймати у якості рівноцінних імунітет до хвороби, сформований внаслідок вакцинації («штучний імунітет»), та імунітет до хвороби, сформований внаслідок захворювання і видужання («природний імунітет»). Імовірно вони будуть вище оцінювати (як більш безпечний чи порівняно сильніший) саме «природний імунітет, сформований без втручання хімічних речовин», інтуїтивно приписуючи йому певну сутність [4] чи моральну цінність («здобутий зусиллями, без використання простіших рішень») [6]. Так, наприклад, люди, яким властива хемофобія, часто мають бажання *«жити у світі, вільному від хімічних речовин»*, а також поділяють думку про те, що *«у світі без хімічних речовин не було б екологічних катастроф»* [2, 3, 7-9].

Ще одним важливим аспектом хемофобії, який може впливати на ставлення до вакцин, є міра сприйнятої зрозумілості назв цих речовин. Дослідники хемофобії вказують на те, що люди, яким вона притаманна, частіше погоджуються із твердженням: *«я боюся хімічних речовин, назви яких не можу вимовити»* [2, 3, 7-9]. Отже, з огляду на вищенаведені властивості хемофобії,

доволі важливо підвищувати зрозумілість та прозорість інформації, яка використовується при позиціонуванні вакцин (формуванні їхньої назви та опису, тощо).

Список використаної літератури

1. Саркісян В. Хімія повсякдення. Від шампуню і прального порошку до смаженої картоплі. Київ: Віхола, 2021, 176.
2. Bearth, A., Kwon, S., & Siegrist, M. Chemophobia and knowledge of toxicological principles in South-Korea: perceptions of trace chemicals in consumer products. *Journal of Toxicology and Environmental Health, Part A*, 84(5), 2021, p. 183-195.
3. Bearth, A., Saleh, R., & Siegrist, M. Lay-people's knowledge about toxicology and its principles in eight European countries. *Food and chemical toxicology*, 131, 2019, 110560.
4. Bloom, P. *How pleasure works: The new science of why we like what we like*. W. W. Norton & Company, 2010, 304.
5. Fessler, D. M., Pisor, A. C., & Navarrete, C. D. Negatively-biased credulity and the cultural evolution of beliefs. *PloS one*, 9(4), 2014, e95167.
6. Klerman, G. L. Psychotropic hedonism vs. pharmacological Calvinism. *Hastings Center Report*, 1972, p. 1-3.
7. Saleh, R., Bearth, A., & Siegrist, M. “Chemophobia” today: Consumers’ knowledge and perceptions of chemicals. *Risk Analysis*, 39(12), 2019, p. 2668-2682.
8. Saleh, R., Bearth, A., & Siegrist, M. Addressing Chemophobia: Informational versus affect-based approaches. *Food and Chemical Toxicology*, 140, 2020, 111390.
9. Siegrist, M., & Bearth, A. Chemophobia in Europe and reasons for biased risk perceptions. *Nature chemistry*, 11(12), 2019, p. 1071-1072.

Жусь О. М.

кандидат економічних наук, доцент,

Одеська державна академія будівництва та архітектури

ФІНАНСОВА ГЛОБАЛІЗАЦІЯ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ПЛАНУВАННЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ

В умовах швидкого науково-технічного прогресу і пришвидшення процесів глобалізації традиційні механізми регулювання економіки, орієнтовані на стабільні автономні вітчизняні ринки, перестали бути ефективними. Тому соціально незахищені верстви, усе ж таки частково відлучалися від соціальної допомоги. Як наслідок, формується новий соціальний феномен – прекаріат. Прекаріат – це вид найманої праці, який охопив переважну кількість населення і став невід’ємною частиною усього промислового виробництва, сфери культури, освіти, охорони здоров’я, життєвого світу багатьох людей. Це клас, що формується, який, з одного боку, уособлює соціальні верстви, які мають професійні знання, кваліфікацію, досвід і прагнуть побудувати раціональні взаємозв’язки з суспільством і державою, з іншого – це швидко зростаюча верства працівників нестабільного соціального становища з невизначеним ступенем зайнятості, з нестійкими формами розподілу додаткового продукту та довільною оплатою праці. Працівники не бачать перспектив, які задовольняють їх амбіції у сфері суспільного та приватного життя. Це люди, які мають тимчасову, неофіційну роботу, мігранти, безробітні. До прекаріату належить і частина молоді, яка перебуває у стані невизначеності, погоджуючись на випадкові та непостійні види зайнятості, часто нижче своїх можливостей та виправданих претензій. Прекаріат – це лише складова частина глобальних трансформацій. Розвиток технологій призводить до постійного технологічного заміщення робочої сили, перманентної видозміни всієї системи зайнятості.

Виникнення високопродуктивних платформ, комп’ютеризація, технологічне заміщення живої робочої сили спричинили скорочення масової

праці і стали важливими факторами виникнення рентного суспільства. Рентне суспільство – це суспільство, в якому переважна частина населення є рантиє, що живуть на ренту з науковотехнічного прогресу, який забезпечує саларіат – висококваліфіковані фахівці, які працюють у сфері високих технологій [1].

Рентне суспільство дає звичайній людині лише мінімум, воно вчить її задовольнятися малим, формуючи відповідні установки. Перед рештою перспектив, у яких особистість могла б показати себе з повною силою, таке суспільство зводить непереборну смугу перешкод. У дешевих розвагах долати цю смугу для багатьох стає безглуздо, бо набагато простіше поступово знижувати свої апетити, підлаштовувати їх під потік незароблених благ [1].

Головною колізією глобальної цивілізації початку XXI століття є і те, що поруч із створенням фантастичних (з погляду попередніх епох історії людства) можливостей для гармонійного розвитку особистості, які стали результатом науково-технічного прогресу, розгортаються потужні кризові процеси, які охоплюють практично всі сфери людської життєдіяльності.

Причиною переходу від соціальної держави та суспільства масової праці до суспільства рентного типу є насамперед вичерпання ресурсів у світовому масштабі та технологічне заміщення людини, що веде до зростання соціальних груп, які живуть на різні форми ренти (допомоги, доплати тощо), тоді як у виробництві багатств беруть участь дедалі менше людей. З'являються нові провідні соціальні групи креативного класу, технократії, різке збільшення працівників сфери послуг, ІТ працівників; з'являються і нові форми зайнятості (фрілансери, віддалена робота, проєктні співтовариства).

Стратифікаційний зріз можна представити так: гарантована зайнятість (саларіат); негарантована зайнятість (прекаріат, тимчасово безробітні/зайві) та повна незайнятість («повністю зайві»). Тобто соціальна стабільність, відносна рівність, зростання доходів – за умови сучасної фінансової глобалізації ці механізми перестають діяти.

Серйозною в цьому плані виявляється проблема формування антитрудової («рентної») моралі, коли будь-яка форма суспільно-корисної діяльності

розглядається як «експлуатація» і «пригнічення» «вільної особистості», що породжує ряд етичних установок на «антипрацю».

Специфіка цієї ситуації у тому, що має місце скорочення доходів у всіх груп населення. Через високу нерівність зменшується мобільність. Крім того, низька економічна динаміка останніх півтора десятиліття може спричинити ситуацію, коли нинішні молоді люди можуть виявитися першим поколінням, яке житиме гірше за попередні.

Отже, реалії сьогоденного суспільства несуть дві протилежні тенденції для розвитку життєвих стратегій молоді. З одного боку, цінності кар'єри, успіху, освіти як соціального ліфту, саморозвиток, самореалізація в суспільстві та суспільне визнання, з другого – цінності соціальної пасивності, паразитизму, вимогливості до суспільства щодо забезпечення благами життя без власних зусиль, гедонізм на мінімальному рівні, який забезпечується ззовні (батьками або соціальними інституціями). Фактори економічних криз, вивільнення значної кількості працюючих людей внаслідок технологічних змін, швидка зміна характеру і структури ринку праці, система соціальної та фінансової допомоги в ряді країн, невідповідність освіти запитам ринку праці і ряд інших факторів знижують потребу молоді до активних дій в напрямі професійної самореалізації, висхідної соціальної мобільності.

Таким чином, аксіологічними пріоритетами сучасної молоді можна назвати дві протилежні тенденції для розвитку життєвих стратегій. Це: 1) цінності кар'єри, успіху, освіти як соціального ліфту, саморозвиток, самореалізація в суспільстві та суспільне визнання; 2) набір з цінності соціальної пасивності, паразитизму, вимогливості до суспільства щодо забезпечення благами життя без власних зусиль, гедонізм.

Список використаної літератури

1. Бубенко П.Т. Інституційна динаміка просторової організації економічного розвитку. Монографія. Харків: ХНАМГ, 2008. 295 с.

Загоруйко Н.М.,

викладач вищої категорії, викладач української мови та літератури

КЗ «Уманський гуманітарно-педагогічний фаховий коледж

ім. Т.Г.Шевченка Черкаської обласної ради»

КОЛОРАТИВНІСТЬ ЯК ОБ'ЄКТИВНА РЕАЛЬНІСТЬ ТА ВІДОБРАЖЕННЯ ЇЇ У ПСИХОЛОГІЇ ЛЮДИНИ ТА ЇЇ МОВЛЕННІ

Різнобарвність – ознака об'єктивної реальності. Людина та інші істоти живої природи здатні сприймати й розрізняти кольори. На колірне сприйняття людиною світу впливають чимало чинників: вік, життєвий досвід, професія, стан здоров'я, місце та умови проживання, належність до певної культури, яскравість, насиченість, швидкість зміни кольору тощо.

У певній життєвій ситуації, наприклад, вибір кольору вбрання, кольорової гама інтер'єру, автомобіля тощо ми керуємося додатковими факторами: гармонією наряду та деталей одягу, відповідність кольору інтер'єру житловим призначенням приміщення, і такий вибір повністю обумовлений.

У людини є спеціальні елементи в органах зору для сприймання й розрізнення кольорів. Це має велике практичне та естетичне значення в її життєдіяльності. Людина здатна не лише сприймати кольори реального світу, вона навчилася “розфарбовувати” те, що, здавалося б, не може мати кольору: “рожеві мрії”, “сірі дні”, “чорна заздрість”, “світлий погляд”, “чорні думки” тощо. Тобто вживає цю лексику в переносному значенні, що є свідченням високого розвитку абстрактного мислення.

Симпатія до окремого кольору обумовлена особливостями роботи мозку та функціонуванням систем організму у певний період життя.

Цікаво простежити кроки людського пізнання кольорів світу. У науці є думка, що спочатку для людини все навколишнє було білим і чорним. Тобто сприймалося тільки те, чого немає у сонячному спектрі. Адже чорний і білий

кольори вважаються безколірним, чорно-білим баченням світу. Ці кольори тому в науці й називаються ахроматичними, безколірними.

Панування ахроматичних кольорів у людській свідомості, звісно ж, не було вічним.

Відомо, що до первісної людини далеко не відразу прийшло поняття кольору. Була його передісторія. Наших далеких пращурів насамперед вражало усе яскраве, сяюче, світле.

Давні пращури зелений і жовтий кольори не членували, сприймали їх сукупно. Люди бачили, як листя з ніжно-зеленого ставало зеленим, а потім жовтіло. Це робило ілюзію одного кольору, природної нероз'єднаності обох барв. Але нагромаджувався досвід. Людина від'єднувала від зеленого жовтий колір. Диференціювавши, проникла зором у численні їх відтінки.

Розвиток суспільства, а разом з ним і розвиток мислення, настійно висувають необхідність більш диференційованого позначення якісних деградацій і різних колірних відтінків предметів. У мові в зв'язку з практичними потребами суспільства відбувається інтенсивний процес поповнення групи назв кольорів за рахунок назв, утворених за колірною подібністю.

У звичайних, природних умовах люди бачать кольори тільки в предметах. Колір – це абстрагована й усвідомлена та загальна сторона предмета, яка в ньому знаходить здійснення, але не належить йому неодмінно і, як загальне, може належати всякому явищу чи предмету. Не існуючи сам по собі, колір обов'язково позначається в предметі і може переноситися з предмета на предмет, у чому виявляється його загальне значення. Колір як ознака предметів у назвах барв абстрагується. Кожен предмет, кожне явище навколишнього світу має багато властивостей, і будь-яка з них може бути покладена в основу назви.

Назва кольору будувалася на основі зіставлення з назвою предмета, що має яскраво виражене забарвлення, і лише поступово, з розвитком абстрактного мислення, ця ознака могла відділятися й мислитися окремо.

У сучасній українській мові кольороназви утворюють якісно і кількісно розвинену лексико-семантичну групу, яку складають назви основних кольорів та

безлічі їх відтінків, що вказують на міру вияву колірної якості, на інтенсивність колірного тону, змішування барв, на колірну ознаку, якої набув предмет в результаті певної дії чи процесу, і на ряд інших ознак.

Багатство колірної лексики в мові та постійно зростаюча її кількість має свої підстави в природі так званого колірного зору людини. Його еволюція спричинила те, що нормальне людське око може бачити понад 180 різних колірних тонів, а їх варіантів колірні атласи засвідчують понад 2000 взірців. Жодна мова, в тому числі й українська, не має такої кількості мовних одиниць кольоропозначень, котрі відповідали б усьому розмаїттю природної гами. Слід констатувати існуючу диспропорцію між кількістю кольорів, які розрізняє людське око, і їх назв у мові. Просте арифметичне зіставлення свідчить, що на одну назву припадає декілька тисяч кольорів.

Колористика – наука про колір, що включає крім кольорознавства розділ знань про кольорову культуру, колірну гармонію, колірні переваги, колірну мову. Вона ґрунтується на фізичних основах кольору, психофізіологічному фундаменті його сприйняття, одночасно враховує кольорокультурне уявлення суспільства і тому адресується практично всім сферам його буття.

Існування стійких колірних переваг символізує цілі етапи розвитку культури. Групи кольорів і способи їх гармонізації стають свого роду знаками всередині загальнокультурних явищ. Мова кольору є для людей одночасно художньо-естетичною і функціонально-утилітарною знаковими системами. Перша переважно ґрунтується на символіці кольору, колірній культурі, друга – на психофізіологічних особливостях сприйняття і реакції на колір.

Психологія сприйняття – наука тонка, складна, але шалено цікава. Зовнішні органи чуття, отримуючи сигнали зовні, відправляють їх у мозок. Мозок на рефлекторному рівні співвідносить отримані сигнали з внутрішнім станом організму, обробляє інформацію, видає результат. Таким чином, знаючи, які кольори подобаються людині, можна з легкістю аналізувати не тільки її внутрішньопсихологічний стан, але й фізичне здоров'я.

При психологічному впливі кольору йдеться про почуття переживання, які ми можемо відчувати під впливом певного кольору. Цей вплив дуже тісно пов'язаний з оптичними властивостями кольору.

Відомо, що в багатьох народів склалася своя, притаманна кожній окремій нації, кольорова символіка, яка формувалася протягом століть і використовується певним народом на окремій території.

Поєднання жовтого і блакитного кольорів є логічним для слов'ян-язичників, оскільки ці кольори символізували основні стихії, яким поклонялися наші предки – воду та сонце. До того ж блакитний і жовтий кольори побутують на багатьох символах українських земель: щити бували червоні та жовті, шоломи та рукоятки мечів – сині, списи – чорні та білі. При дослідженні літописних пам'яток визначено, що синій і жовтий кольори були домінуючими на прапорах Київської Русі.

У наш час особливого значення набуло поєднання блакитного (синього) й жовтого кольорів. Жовтий колір – це колір світла, тепла, а для нас українців це ще колір достатку й добробуту. Адже жовтий – це колір достиглої пшениці, хліба – найбільшого багатства української землі. Блакитний колір завжди символізував чисте, безхмарне і мирне небо, а тому поєднання цих двох кольорів лягло в основу нашого національного прапора. Блакитно-жовтий прапор України – це прагнення до мирної праці життя й добробуту.

Єрмакова С.С.

*доктор педагогічних наук, професор,
Міжнародний гуманітарний університет*

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ УПРОВАДЖЕННЯ БІОЕТИКИ В ОСВІТНЮ ПРАКТИКУ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

Людству терміново була потрібна нова мудрість, яка була "знанням про те, як використовувати знання" для виживання людини і поліпшення її життя. Концепція мудрості як керівництво до дії та знання, необхідне для досягнення соціального блага та покращення якості життя, називається наукою виживання. На наш погляд така наука має ґрунтуватися на знанні біології і водночас виходити за межі її традиційних уявлень; включати у сферу свого розгляду найістотніші елементи соціальних та гуманітарних наук, серед яких особливе значення все ж належить філософії, яка розуміється як "любов до мудрості". Сьогодні така наука є, і це біоетика, яка стала не просто науковою галуззю, а новою мудрістю, яка б об'єднала два найбільш важливі і вкрай необхідні елементи - біологічне знання та загальнолюдські цінності [1].

На початку свого виникнення біоетика була багатодисциплінарною галуззю дослідження, наразі вона є повноцінною наукою. По мірі того як біотехнології приходили у життя людства - біоетика розвивалась і виникали питання, пов'язані з її впровадженням [2].

Засновник біоетики американський онколог Ван Ренсселлер Поттер розглядав її як область інтеграції між наукою та системою людських цінностей, природним і гуманітарним знанням, як систему знання та практики, що регулює втручання людини в будь-яке життя в межах біосфери. В умовах сьогодення актуальність біоетичної проблематики, усвідомлення її важливості зумовлені необхідністю повернення до моральних засад духовності, протистояння гіпертрофованому технічному прогресу, в якому технократичний погляд фахівця з домінуванням принципу корисності деформує духовність людини [4].

Методологічний потенціал біоетичної освіти полягає в органічній взаємодії природничого та соціогуманітарного знання; ідеї цінності життя, єдності людини та живої природи, коеволюції суспільства та природи, повноцінної відповідальності майбутнього фахівця перед життям та всесвітом; гармонізації зв'язків природи та соціуму.

Біоетика, як інтегральний міждисциплінарний напрям у сучасній науці, дає інтелектуальне підґрунтя та соціальне оформлення публічним дискусіям, у ході яких суспільство приймає рішення про те, де проходять межі людського існування. Крім того, біоетика, як наука, має особливий статус соціальної відкритості. Це зумовлено невирішеністю багатьох її проблем, які кожного разу потребують конкретних ситуативних рішень щодо морального вибору та особистої відповідальності. Біоетика сконцентрована переважно на аналізі окремих випадків, моральних колізій, казусів, складних з моральної точки зору для прийняття рішень.

З іншого боку, біоетика носить глобальний та універсальний характер, відкриває нову «постлюдяність», висвітлюючи нові моральні норми поведінки, орієнтує людину на відмову від антропоєгоїзму та вчить її проявляти повагу та відповідальність по відношенню до всього природного світу.

Біоетика об'єднує різні системи цінностей : біологічні (фізичне існування, здоров'я людини), особистісні (особиста безпека, самоповага), соціальні (права на достойну якість життя), екологічні (усвідомлення самоцінності природи, її унікальності). Тому вивчення біоетики розширює межі корпоративної свідомості фахівців різних напрямів підготовки, дозволяє перебороти вузькі рамки буденності, готує їх до осмислення глобальних проблем людства, стаючи світоглядною основою всіх видів діяльності людини.

Біоетична освіта, на нашу думку, виконує такі основні функції: аксіологічну – поєднання фахових знань з біоетичними цінностями і мораллю задля досягнення найвищого ступеня екологічної відповідальності фахівця, його активної життєвої позиції; світоглядну – формування біоетичного ноосферного світогляду; превентивну – формування природоохоронних мотивацій,

підготовка до професійної діяльності з позицій моральних норм професійної та наукової діяльності; нормативну – засвоєння моральних принципів, норм і правил – специфічного кодексу етичної відповідальності фахівця певного напрямку підготовки [3,5].

Результатом біоетичного навчання є культура людини. Під біоетичною культурою розуміємо динамічний стереотип діяльності та поведінки особистості, що сприяє здоровому способу життя і визначає дбайливе ставлення до здоров'я оточуючих людей. Відповідно біоетична культура сучасного фахівця – складне інтегральне явище, що характеризує особистість фахівця, ступінь оволодіння ним професійним досвідом, накопиченим у суспільстві та реалізацію його в своїй повсякденній професійній діяльності.

Враховуючи вищезазначене вважаємо, - впровадження біоетики в освітню практику вищих навчальних закладів дозволить сформувати біоетичний світогляд майбутніх фахівців, сприятиме формуванню відчуття повноцінної відповідальності за результати професійної діяльності з урахуванням біоетичних норм і правил.

Список використаної літератури

1. Запорожан В. М., Аряєв М. Л. Біоетика: підручник для вищ. мед. навч. закладів. Київ : Здоров'я, 2005. - 288 с.
2. Пустовит С.В. Глобальная биоэтика: становление теории и практики: [монография]. - Киев, 2009. - 324 с.
3. Хіміч С.Д., Кулик Я.М. Проблеми біоетики при навчальному процесі та дослідженнях з залученням дітей // Біоетика-путь к мировым стандартам //Тезисы докл. 2-го междунар. Симпозиума 4-7 октября 2005г.- Харьков, 2005.- С.189-190.
4. Goldim, J. R. (2009). Revisiting the beginning of bioethics: The contribution of Fritz Jahr (1927). *Perspect Biol Med*, Sum, 377—380.
5. Основи біоетики і біобезпеки : [посібник] / С. Н. Вадзюк, Н. М. Волкова. – Тернопіль : ТДМУ : Укрмедкнига, 2019. – 128 с.

Єрмакова С.С.

*доктор педагогічних наук, професор
Міжнародний гуманітарний університет*

Воронецька Д.О.

*студентка III курсу Фахового коледжу
Міжнародний гуманітарний університет*

ЖИТТЄВИЙ ПРОСТІР ОСОБИСТОСТІ ЯК МОДЕРАТОР ІІ ПРОФЕСІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ

В умовах зростання у суспільстві інформаційного, епідемічного, інтелектуального та емоційного навантаження особливої актуальності набуває проблема обрання сучасною молоддю шляхів майбутнього життя та професійної діяльності у відповідності до здібностей, можливостей особистості, а також потреб суспільства.

Загалом проблема дослідження професійного благополуччя пов'язана з пошуком параметрів і розробкою моделей, завдяки яким можна визначити особливості емоційно-оцінного ставлення особистості до себе як професіонала, до свого професійного середовища та організаційного контексту. Ми проаналізували існуючі моделі і дійшли висновку, що вони часто перевантажені складниками і не завжди мають зрозумілий механізм формування суб'єктивного професійного благополуччя особистості.

Різні підходи щодо визначення змісту поняття свідчать про багатоплановість проблеми дослідження психологічного благополуччя особистості у професійному середовищі. Досить характерними у західній психології є описові визначення, що зводяться до перерахування показників професійного благополуччя, або визначення через протиставлення проявам професійного неблагополуччя (Warr, 1990; Bakker & Oerlemans, 2012).

Як показало наше дослідження, більшість авторів сходяться в тому, що професійне благополуччя особистості – складна комплексна структура переживання суб'єктом окремих аспектів своєї професійної діяльності і життя в цілому, що діє за акумулюючим принципом і має позитивну або негативну модальність.

У конструюванні моделей професійного благополуччя найбільш популярним є багатовимірний підхід з використанням різних показників, при цьому дослідники пропонують моделі різної розмірності (Warr, 1990; Van Horn et al., 2004; Schultz, 2008). Ці моделі пов'язують досягнення професійного благополуччя з реалізацією прагнення до особистісного саморозвитку та самостійності (Schultz, 2008) за умови професійної компетентності (Warr, 1990) та сприятливих емоційних та психосоматичних станів, що переважають у комфортному робочому середовищі (Van Horn et al., 2004). Багатовимірний підхід дозволяє досить точно оцінювати рівень професійного благополуччя працівника, аналізувати його природу, причини і наслідки.

Існують дані також і про зв'язок професійного благополуччя з багатьма об'єктивними параметрами. Так, фактором, що сильно підриває професійне здоров'я і благополуччя були визнані «плітки на робочому місці» (Aghbolagh et al., 2021). Професійне благополуччя пов'язане й з індивідуальними характеристиками роботи, зокрема з автономністю (Van Horn et al., 2004; Schultz, 2008; Warr, 1990).

Кожен працівник переживає професійне благополуччя в контексті власної здатності виконувати професійну діяльність, тобто в контексті особистісних властивостей і можливості їхньої реалізації у професійній діяльності. Показано, що вклад об'єктивних факторів в оцінку професійного благополуччя опосередковується індивідуально-психологічними характеристиками особистості, зокрема рівнем соціальної інтеграції (Maslow, 1970). До того ж низка досліджень доводить, що ставлення до роботи, і зокрема задоволеність роботою, є не лише диспозиційною або ситуаційною функцією, але також є відповідністю між ними в таких аспектах, як задоволення потреби індивіда у

винагороді за роботу, задоволення очікувань, бажань, пов'язаних із роботою (Locke, 1976; Hulin & Smith, 1967; Sirgy, M. et al., 2001). Так, модель Sirgy M. зі співавторами (QWL) доводить, що якість робочого життя працівників залежить від того, у якій мірі робоче середовище, вимоги до роботи, поведінка керівників і допоміжні програми в організації сприймаються як такі, що задовольняють потреби співробітників.

Згідно з двохфакторною моделлю задоволеності роботою (Hulin & Smith, 1967) ступінь задоволеності визначається персональною оцінкою відповідності досягнутого тому, що працівник виділяє собі як стандарти хорошого життя. Теорія діапазону афектів (Locke, 1976) стверджує, що задоволення визначається відповідністю того, що людина хоче від роботи, і того, що вона має на роботі. Згідно такої теорії розбіжності між бажаним і отриманим викликають незадоволення лише в тому випадку, якщо певний аспект роботи є важливим для людини. Очевидно, що внесок об'єктивних факторів в оцінку суб'єктивного професійного благополуччя опосередковується особистісними цінностями людини: чим більшу значимість має, наприклад, кар'єрне зростання, тим сильніше оцінка його актуального стану позначатиметься на переживанні благополуччя.

Кожна особистість має певне ставлення до оточуючого середовища, виходячи з якого інтерпретує його зміст і надає сенсу. В цьому аспекті професійне благополуччя відповідає ціннісно-смісловій орієнтації особистості і, відповідно, має розглядатись у контексті виокремлення ціннісно-сміслового компоненту. Ідея ціннісно-сміслового регулювання життєдіяльності суб'єкта (Schwartz & Bilsky, 1990) інтегрує осмислення людиною реалізації важливих для нього цінностей у професійному житті, переживання суб'єктивного благополуччя/неблагополуччя та постановку чергових професійних завдань. Теорія цінностей Шварца та ін. (Schwartz and Bilsky 1990) описує цінності як бажані транситуаційні цілі різної важливості, які служать орієнтирами для дій. Вони впливають на людську поведінку, мотивацію та цілі. Іншими словами, особистісні цінності відображають те, що в першу чергу важливо для людини. У

професійній діяльності цінності як усвідомлена особистістю значущість певних об'єктів стосовно їх відповідності чи невідповідності потребам особистості визначають специфіку трудової мотивації особистості.

Наше дослідження представлене в форматі контент-аналізу уявлень викладачів вищої школи про професійне благополуччя показав, що респонденти визначають цей феномен через задоволеність умовами праці, які включають помірне навантаження, зручний графік, фінансову задоволеність, сучасне обладнання; автономність, пов'язану зі свободою прийняття рішень, відсутністю тиску; позитивні стани, пов'язані із залученістю у робочі процеси: задоволення від роботи, бажання та інтерес до роботи, задоволеність результатами роботи; позитивні відносини у робочому середовищі; професіоналізм, прагнення до кар'єрного і професійного зростання і можливість самоактуалізації, пов'язану із реалізацією своїх здібностей, визнанням, затребуваністю і творчістю. За результатами дослідження ми легко виявили, той факт, що актуалізовані компоненти структури професійного благополуччя відповідають універсальній ієрархічній моделі потреб А. Маслоу (Maslow, 1970). Це свідчить, на нашу думку, про те, що оцінки благополуччя, пов'язаного з роботою, є оцінками внеску професійної діяльності у задоволення актуалізованих потреб і робить доцільним розгляд професійного благополуччя у контексті мотиваційної сфери особистості. Потреби є основою професійної діяльності, а їхній зміст значається як особистісними установками і ціннісними орієнтаціями, так і об'єктивними зовнішніми умовами її життя.

Отже, професійне благополуччя пов'язане безпосередньо з процесом виконання професійної діяльності в певному організаційному середовищі і включає оцінку цього середовища працівниками. Кожен працівник переживає професійне благополуччя в контексті особистісних цінностей. Тобто люди задоволені професійною діяльністю тією мірою, наскільки задоволені їхні потреби та цінності. Цінності як усвідомлена особистістю значущість певних об'єктів стосовно їх відповідності чи невідповідності потребам особистості визначають специфіку трудової мотивації особистості. Задоволення потреб у професійній діяльності є чинником успішності професійної діяльності.

Єрмакова С. С.

*доктор педагогічних наук, професор,
Міжнародний гуманітарний університет*

Каранфілова О. В.

*кандидат філософських наук, доцент
Одеська державна академія будівництва та архітектури*

РОЗУМІННЯ СВІТУ У ПРОЦЕСІ СВІТОГЛЯДНОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

Сучасний розвиток філософської думки у сфері мислення і пізнання пов'язаний з пошуком нової світоглядної парадигми розуміння світу і людського буття. З цим і пов'язаний зростаючий інтерес дослідників до розвитку ноосферного світорозуміння постінформаційного суспільства і культурно-онтологічній багатомірності природно-буттєвісних процесів «розумної природи».

Науково доведено, що у своїх вищих буттєвісних вимірах природа є онтологічно багатовимірною і перетворюється на природу креатосферного, ноосферо-планетарного і космовимірного буття. Креатосфера і ноосфера предстають як вищемірні рівні (виміри) буття, порівняно із загальним світорозумінням і пізнанням природи. Ноосфера при цьому здійснює прямий інформаційний зв'язок з коосмореальністю і космоноосом та виконує інформаційно-пізнавальну функцію у космічно-розширеному мегамасштабі пізнавальних пошуків сучасної науки, котра формує сучасний науковий погляд на «фундаментальну структуру буття в онтологічній всеєдності реальнісно-багатовимірного Універсуму» [1, с. 275]. Ноосферний рівень пізнавальної активності надає філософсько-науковим дослідженням на цьому напрямі необхідної «онтологічної свободи», щоб здійснити ці інноваційні пошуки на основі суб'єкт-об'єктної єдності буття і мислення за метазакonom «онтологічної

доповненості буття» у його ноосферному розумінні та вищевимірній світорозумовій представленості [1, с. 420, 425]. Це й зумовлює постановку проблеми зі становлення ноосферного світорозуміння, котре потребує високорівневої свідомості і багатовимірного мислення відповідно до «онтологічної багатовимірності» космоприродної реальності і ноосферного буття.

Сучасна модель соціуму і його культури є трьохвимірною і у цій «трьохвимірній моделі культури» відповідна «структура культурного простору» має три основні парадигми як «типові установчі» структури, що визначають організацію смислового змісту культурних феноменів. А.С. Кармін подібну «трьохвимірність» вбачає у регулятивності і когнітивно-ціннісній «природі парадигм». А саме - це «1) когнітивні; 2) ціннісні; 3) регулятивні» парадигми «інформаційно-семантичного розуміння культури» та у «синергетичній трактовці динаміки культури» [2, с. 131, 132-133].

Усі ці парадигми в інформаційно-семантичному аспекті розуміння культури мають відповідні «основні вісьові форми», що орієнтовані на креативне встановлення нового «когнітивного порядку» культуросфери суспільства [3, с. 11, 233].

Подібне можна зафіксувати у синергетичній трактовці динаміки культури з виявленням простих аттракторів, як «межовий для даної системи порядок», а також структурних аттракторів як стан «межового хаосу», потребуючого іншого типу регуляції через креативно-синергетичні біфуркації [3, с. 798]. Переходячи «точки біфуркації» і культура набуває нових якостей шляхом ціннісної регуляції смислів культури. Розвиток біфуркаційної кривої піднімає культуру на більш високий рівень організації. Її динаміка приймає хвилеподібний характер, а підйоми і спади хвиль піднімають культуру на більш високий рівень, що, у свою чергу, обмежує хаотичний прояв соціальних процесів [3, с. 799-800].

Отож, у культуросфері суспільства створюється новий «когнітивний порядок» з конкретними «продуктами інтерпретації» у вигляді практичних знань

у самих учасників культурних взаємодій. Встановлений «когнітивний порядок» трансформує практичне знання у «продукти когнітивної реальності» [4, с. 63].

Відтак, на місце наявного «соціального порядку», що зберігає цілісність суспільства, контролюючи бажання і спрямування індивідуумів, установлюється когнітивний порядок культуросферної дійсності як більш високої когнітивної і креативно-синергетичної реальності, що безпосередньо відображає потреби людей у вищому та справедливому бутті і життєдіяльності, виходячи з багаточисельних повсякденних взаємодій і взаємопристосувань цих бажань і спрямувань. Це особлива когнітивна поведінка суб'єктів вищих рівнів соціальності, коли відсутня монолітна система регуляторів, що диктують індивідуумам мотивацію щодо їхньої поведінки, а у ній наявна реалізація «когнітивних структур осмислення» і «повсякденних взаємодій», трансформованих у реальний когнітивний «продукт конкретних взаємодій» у культуросфері [4, с. 64]. Відтак, ноосфера починає формуватись у «вищій природі» креатосферної реальності, виникає за такими біоеволюційними етапами свого становлення як певна «понад-природність» високовимірного буття. «Понадприродність», метафізичність Ноосфери, як вже визначається сучасною наукою, це є особлива і цілком «нова реальність».

Отож, ноосферна креативно-синергетична, самовідтворювальна реальність, земнокосмічна «понадсистема» безпосередньо контактує з космосом, космосферою як «космічною реальністю». Відтак, природний баланс як креативно-синергетичний утворюється на буттєвісному рівні («онтологічної вимірності»), на якому більше впливають космічні, ніж земноприродні процеси, котрі більшою мірою детермінують «космічні ноотехнології» (що зараз отримали назву «нанотехнологій»), ніж наявна «суспільна техноіндустрія», котра руйнує як первоприроду, так і соціум та культуру, перетворює науку в агресивну руйнівну силу.

Саме тому, можна стверджувати, що ноосферно-синергетична реальність виникає не як окрема реальність - «оболонка» над біосферою, соціосферою і культуросферою, або як «вмістилище» всієї космічної інформації, духовно-

ідеальний феномен. Або при наявності такої «соціальної об'єктивної реальності», у якій відкривається реальна можливість появи духовно-практичних знань «у процесі опредмечення і розпредмечення».

Таким чином розвиток ноосферного мислення у культуросфері сучасного соціуму є фундаментом для розробки інноваційних філософсько-методологічних засад науки, інноваційної методології пізнання і зростанню наукових знань, що, відповідно, продукує створення «проривних» інновацій, які забезпечуватимуть прогрес як самої науки, так і усього суспільства, і дозволять сформувати «ноосферополіси» майбутнього соціуму і забезпечити соціогуманітарний прогрес людства.

Список використаної літератури

1. Капіца В. Ф. Онтологічні виміри буття і філософія онтогенезису. - Кривий Ріг: Видав, центр, 2012. - 491 с.
2. Кармин А. С., Новикова Е. С. Культурология. - СПб: Питер, 2008. - 464 с.
3. Кармин А.С. Культурология. - СПб: Лань, 2003. - 928 с.
4. Филиппчук Г. Г. Громадянське суспільство. - Чернівці: Зелена Буковина, 2002. - 488 с.

Єрмакова С. С.

*доктор педагогічних наук, професор
Міжнародний гуманітарний університет*

Криворучко В. О.

*кандидат юридичних наук, доцент
Одеська державна академія будівництва та архітектури*

ЖИТТЄВИЙ ПРОСТІР ОСОБИСТОСТІ: ВІРТУАЛЬНА РЕАЛЬНІСТЬ ТА ГЛОБАЛЬНІ КОНТЕКСТИ ІСНУВАННЯ

Одним з викликів ХХІ ст. безсумнівно є проблема глобалізації усіх аспектів сучасного світового простору та вирішення питання оптимальних методів та форм побудови нової моделі світу та окреслення місця та ролі людини в ньому. Парадигмальні зміни сучасної картини світу торкнулись без винятку усіх сфер соціальної реальності. Очевидно, що однією з найхарактерніших ознак сучасних глобальних процесів є те, що у їхню основу покладено своєрідну соціокультурну дифузії, до якої залучено широкі верстви населення, а провідними та визначальними технологіями є інтерактивні комунікаційні системи в мережі Інтернет.

Віртуальна реальність, Інтернет та мережеві технології трансформують світогляд сучасної людини, саму людину та культурне поле загалом. Тому однією з актуальних тем наукового осмислення є також і проблеми цілісності та трансформації особистості, які безпосередньо пов'язані з питанням ідентичності, та особливості адаптаційних механізмів у сучасній Інтернет культурі.

Загалом віртуальна реальність постає як форма предметно-соціальної симуляції, що відтворює умови, які близькі до об'єктивної реальності й дозволяє переживати такі відчуття, які не доступні в повсякденному житті. Комп'ютерна віртуальна реальність пропонує альтернативну форму буття, яка є привабливішою від об'єктивного світу і тим самим створює нові варіанти

ескейпізму та психологічної залежності. Дуже часто неусвідомленими залишаються небезпечні сторони віртуалізації спілкування (наприклад, створення ілюзії товариства без певних вимог, які є у справжній дружбі; втрата навичок прямого спілкування, зчитування емоцій та почуттів людини, розмивання ідентичностей, що домінуючою залишає лише одну – ідентичність у мережі). До того ж Інтернет породжує величезну кількість можливостей для реалізації ідентичності людини та розширення можливостей шляхів творчої активності.

Перебування у віртуальному просторі дає перспективи для ігор з ідентифікацією, дозволяючи формувати власну віртуальну особистість або ж запозичувати її у формі різних аватарів. Виникає питання: чи можна вважати це свободою чи новими видами залежності; чи можна взагалі вважати віртуальну особистість особистістю, а не просто грою з масками. Зрозуміло, що віртуальний простір, з одного боку, допомагає людині пристосовуватися до нових умов у роботі, освіті, формує навички взаємодії з новітніми технологіями. Але водночас перебування у віртуальному просторі часто викликане певними проблемами в реальному житті і виконує компенсаторну функцію. Пов'язано це з тим, що людина часто не в змозі реалізувати різні аспекти "Я". Зрештою, одним з негативних наслідків є залежність від Інтернету. Однією з небезпек інтернет-середовища є загроза контролю над особистістю, яка в крайніх формах може перерости в електронний тоталітаризм.

Отже, бачимо, що соціокультурні процеси сучасності характеризуються пошуком антропоцентричних перспектив, що зрушує світоглядну парадигму в різних аспектах: синергетичному, віртуалістському, глобалістичному, когнітивістському та ін.

Зміна засобів комунікації та розширення її сфери до глобального комунікаційного простору впливають на людину, культуру, трансформуючи їх. Небезпекою такої трансформації є можливість створення глобальної світової системи культури на основі новітніх інформаційних технологій з можливістю тотального контролю за особистістю, маніпуляцій над свідомістю людини. Тут

неабияку роль відіграє і віртуальна реальність, що заміщує реальне життя. Віртуалізація як соціальний процес стає свідомим конструюванням умовних феноменів, які набувають статусу базових і основних. Реальності такого типу правдоподібні, проте необов'язкові і нестійкі. Проте втеча найчастіше відбувається у віртуальний простір.

В сучасних умовах віртуальної реальності та мережевого суспільства створені умови трансформації індивідуальності. Формування індивідуальності є процесом, який передбачає соціальне середовище та міжособистісну комунікацію. Напрями ж такої трансформації в контексті включеності у мережевий віртуальний простір відбуваються в різних формах. Трансформація стає наслідком соціальної мобільності через глобалізацію соціокультурних процесів, становлення транснаціональної фрагментарної відкритої культури.

Провідними механізмами, які впливають на трансформацію у віртуальному просторі та інтернет-комунікаціях, є деформація мови, змішування інформації та думок, фрагментарність інформації, зменшення емоційної складової комунікації. В цьому процесі можна виокремити і позитивні, і негативні конотації. З одного боку, це розширені можливості ідентифікації, а з іншого – відсутність чітких соціальних норм формування позасоціальної людини.

Таким чином, на більшість соціальних процесів впливають одночасно глобалізація та фрагментація, а в культурі визначається тенденція до об'єднання різних видів культурної продукції в єдиний вид цифрової культури – мультимедіа. Інтернет стає соціальним середовищем, яке є в основі нового віртуального комунікаційного простору. Сама людина стає гіпертекстовою, тобто позбавленою структурної ієрархії, вибудована як система зсилок до нових пластів ідентичності. Тому дуже важко експлікувати константи індивідуального буття. Однією з характерних рис людини є підвищення адаптативності, яка ґрунтується на динамічності Інтернету, відповідно відбувається відчуження соціальних традиційних норм на користь індивідуально побудованих смислів.

Yermak K.

student of the 1st year of the second (master's) level of higher education

of the Faculty of Social and Humanities

The State institution "South Ukrainian National

Pedagogical University named after K. D. Ushynsky"

THE RELATIONSHIP OF PARTNERS IN MARRIAGE AND THEIR IMPACT ON THE DEVELOPMENT OF THE CHILD

The topic under study is relevant because the modern world is changing rapidly, including relationships between people. The number of divorces and breakups in marriage is increasing, and this is connected with the increase in the number of children who face problems of psychological development. The relationship between parents is one of the main factors affecting the development of a child, so it is necessary to investigate this problem: do parents often quarrel with the child, how do they behave with each other, what words and actions does the child see as an example in his family, how do parents relate to of the child, regardless of whether they quarreled, whether their relationship is strained, whether there is manipulation of the child – how it is reflected on the child as a whole. Understanding how relationships between partners affect a child's development can help develop effective methods of parenting and support for children so that they can grow up to be happy and psychologically healthy adults. In addition, research can help families maintain healthy relationships, which can positively affect children's development and reduce the risk of psychological problems. Therefore, this problem is of great importance for practical psychology and the development of people in general [4].

Based on the relevance of the problem, we set ourselves **the goal**: to investigate the influence of the relationship of partners in marriage on the development of the child, to analyze the factors affecting the formation of positive and negative relationships, as well as to determine the possible consequences of negative and positive relationships for the psychological development of the child.

To achieve this goal, the following tasks are formulated in **the work**:

1. Consider the following concepts: "marriage", "relationships between partners", "child development". 2. Determine the main stages of a child's development and his psychological needs. 3. Reveal the peculiarities of relationships in marriage of various types of behavior. 4. Analyze the relationship of relationships between parents and the child's psychological development at each stage. 5. To determine the impact of marital relations between partners on the child's development.

The object of the study is the relationship between partners in marriage and their influence on the child's development.

The subject of the study is the parents, as well as the child, who are directly involved in the process of interaction with each other, in the upbringing and formation of the child.

The subject of the study is the relationship between the relationship of parents in marriage and the development of a child at different stages of his life.

The study also covers the issue of defining the concepts of "marriage", "relationship between partners", "child development" and their interrelationships. The research is aimed at determining the characteristics of interaction between parents in marriage and its impact on the psychological development of the child, as well as finding practical recommendations for maintaining healthy relationships between parents and a positive impact on the child's development.

Research methods – to solve the tasks, a complex approach was used, which consisted in a combination of theoretical analysis of scientific sources with the use of empirical research, as well as methods: observation, conversation, standardized questionnaires, compiled by us on the topic of survey research, for parents and for children from families with different types of behavior.

After analyzing a large list of literature on the study of the given topic, it was found that the relationship between partners in marriage and their influence on the development of the child is an important topic in psychology and family therapy. Spousal partners have a great influence on the development of the child, because the child grows and develops in the context of the family environment in which the parents interact with each other and with the child. There are various approaches and theories

that help to understand the relationship between partner relationships and child development [1].

One of the aspects of the influence of the relationship of partners in marriage on the development of a child is their emotional development. A child learns to express and understand his emotions by interacting with his parents. If the relationship between partners in the family is relatively stable and positive, this can contribute to the development of positive emotions in the child, such as joy and satisfaction. On the other hand, conflicts and negative relations between parents can cause a child to feel fear, anxiety and insecurity, which can have a negative impact on his emotional development.

The relationship between the parents can affect the social development of the child. The child learns social skills and interactions with the environment, including his parents [2].

If parents demonstrate positive social skills such as cooperation, empathy, and respect, the child may be more likely to develop these qualities. A negative relationship and conflict between parents can lead to the child learning aggression, conflict and other negative social skills.

They can also affect the cognitive development of the child. If parents show positive cognitive skills, such as tolerance for other points of view and problem-solving skills, the child can learn these skills. And the same can happen in reverse [5].

Overall, parents' relationships can have a significant impact on a child's development, including their cognitive, emotional, and social development. If parents have a healthy and positive relationship, it can contribute to the development of emotional stability and a positive worldview of the child. Parents can also provide stimuli for the development of the child's cognitive and social skills through conversations, learning and social interactions. Unfortunately, a negative relationship between parents can have a negative impact on a child's development, including problems in emotional and social development, as well as problems in learning and intellectual development. So, it is important for parents to do everything they can to maintain a healthy and positive relationship for their child [3].

List of references

1. Klokova O.M. (2016) Partnerstvo v shlubi: vzaemodiya ta komunikatsiya [Partnership in marriage: interaction and communication]. *Akadevydavnystvo*. Kyiv. pp. 42-44. [in Ukrainian].
2. Holovchenko O.O. (2017) Shlub ta roduna jak socialne-psukhologichne javushe [Marriage and family as a socio-psychological phenomenon]. *KNEV*. Kyiv. 1. 21-23. [in Ukrainian].
3. Hnatiyk N.M. (2015) Shlub i roduna: psykhologichniy aspekt [Marriage and family: psychological aspect]. *Vydavnistvo Lvivskoi politechniki*. Lviv. 59-62. [in Ukrainian].
4. Hymeniuk I.V. (2014) Simeyne juttia: problemy ta perspektyvy [Family life: problems and prospects]. *Vydavnistvo Lvivskoi politechniki*. Lviv. 34-37. [in Ukrainian].
5. Posokhova O.M. (2017) Vzaemyny u shlubi ta roduni: psychologichni osoblyvosti [Relationships in marriage and family: psychological features]. *Akadevydavnystvo*. Kyiv. 54-60. [in Ukrainian].

ФІЛОСОФІЯ ПСИХОЛОГІЇ: НООСФЕРНИЙ РОЗВИТОК ІНФОРМАЦІЙНОГО СУСПІЛЬСТВА

Філософія ноосферного розвитку сучасного соціуму та ноосферного розвитку сучасної освіти є новою галуззю філософського знання, яка сприяє підвищенню ефективності розвитку сучасного соціуму в усіх його сферах, детермінуючись визначальною роллю управління у житті суспільства і окремого індивіда в контексті нових викликів глобалізації. Відтак, сьогодні перед людством сформувалися два шляхи розвитку, які ведуть до: 1) ноосфери, тобто збільшення корельованості процесів у природі і суспільстві; 2) самознищення цивілізації і планети в цілому.

Ноосферний шлях розвитку уявляється природним на фоні стрімкого зростання ролі науки у всіх сферах людської діяльності. Філософія ноосферного розвитку інформаційного соціуму, як синтез науки і мистецтва, знання і досвіду, філософії та етики являє собою широке дослідницьке поле для вивчення сучасного соціуму, розуміння його природи у різних ситуаціях, оскільки управління пронизує всю систему взаємовідносин у суспільстві. Специфікою філософії ноосферного розвитку сучасного соціуму є його міждисциплінарний характер, наявність сучасних теоретичних концепцій з орієнтацією на вирішення гуманістичних задач соціуму.

Загалом, філософія ноосферного розвитку сучасного соціуму була розвинена В. І. Вернадським, який висунув поняття «сталого соціального стану суспільства на основі ноосфери» (терміну, вперше вживаного Т. де Шарденом та Е. Ле-Руа). У ноосфері (чи сфері розуму), як і в звичайній біосфері, відбувається замкнутий кругообіг речовин, які повинні утилізуватися і знову переходити у свій корисний продукт. Людина при цьому не повинна жити за рахунок біосфери,

її пригнічення, людина та її продуктивні сили повинні стати частиною ноосфери, яка безперервно буде обмінюватися речовиною з біосферою. Виникає напрямок і узгоджений розвиток людини і оточуючого середовища, що називається коеволюція, яка визначається можливостями людського інтелекту, який повинен взяти на себе відповідальність за долю планети.

Філософія ноосферного управління занурюється у культуру, яка визначає розвиток самоуправлінських засад, аналізується у форматі аксіологічних, гносеологічних і методологічних принципів, крізь призму гуманістичних та аксіологічних чинників розвитку сучасного соціуму і є особливим типом свідомої діяльності людини, вища форма управлінської діяльності. В основі філософії ноосферного управління – суб'єкт - суб'єктне управління, пов'язане з формуванням суб'єкт – орієнтованого світу, детермінованого засадами гуманістичного менеджменту.

В контексті філософії ноосферного розвитку сучасного соціуму виділяється поняття «когнітивне управління» та «когнітивна освіта і наука», що використовуються для посилення зворотних зв'язків суб'єкт -суб'єктного управління, оскільки необхідно постійно відслідковувати, як проектні зміни впливають на підвищення ефективності всього сучасного соціуму. Управління у цьому процесі розуміється, як інформаційний вплив, у контексті якого інформація несе в собі не тільки готове рішення, а як таке, що детермінується всією внутрішньою структурою того виду діяльності, який виконує функцію управління.

Технології когнітивного управління дозволять поглибити концепцію ноосферного розвитку сучасного соціуму в основі філософії ноосферного розвитку сучасного соціуму – основі якої базуються якісні гуманістичні характеристики управлінського процесу, перехід на вищий щабель, що демонструє загальноцивілізаційний рівень, виражає універсальні зв'язки і явища, які демонструють якісний розвиток сучасного соціуму у всіх сферах життєдіяльності – економічній, політичній, соціальній, духовній. Тому вчені дотримуються того, що філософія ноосферного управління повинна

аргументуватися в контексті розуміння якості прийняття управлінських рішень, досягненні поставлених цілей («дерево цілей ноосферного управління»).

Як засвідчує аналіз, в умовах глобальної трансформації людства змінюються мотиви поведінки, ціннісні орієнтації, соціально-психологічні властивості людини та її відношення до людини, соціуму, природи, самого себе. Саме тому, філософія ноосферного управління розвивається у темпоральному вимірі, що враховує простір і час, детермінованих ментальністю, в основі якого «життєвий світ» народу, суспільства, нації, держави, людини. Глобалізація впливає на розпад стійких соціальних зв'язків, в результаті чого посилюються імміграційні тенденції, неадаптованість сучасної людини до викликів сучасності, що приводить до зростаючої дестабілізації сучасного соціуму, падіння життєвих стандартів, соціально-психологічної дезадаптації сучасної людини, тому ноосферне управління направлене на подолання деструктивних явищ і процесів та формування ноосферної освіти.

Таким чином, філософія психології ноосферного розвитку інформаційного суспільства базується на науковому менеджменті і когнітивному управлінні, остільки кожного разу слід відслідковувати, як впливає ноосфера на природні та господарські процеси. Вчені розробили соціальні технології когнітивного управління, що знаходиться в основі філософії ноосферного управління і включає: 1) рефлексивне управління; 2) управління знаннями; 3) управління через спільноти (мережеві товариства, Інтернет-спільноти); 4) управління через громадянське суспільство; 5) інфраструктурне управління (соціальні структури освіти, науки, молоді і спорту); 6) нормативне управління (через законодавство); 7) управління змінами; 8) управління організаційним розвитком; 9) управління інформаційними системами. У зв'язку з цим філософія ноосферного управління означає сукупність таких процесів, у яких поєднуються три види еволюції – природна, соціальна і діяльнісна, у центрі якої людина. Це означає, що політика, влада і управління визначаються сферою розуму (ноосферою), моралі і справедливості, базуються на науково-раціональній і морально-справедливій основі, ноосферних підходах до розвитку суспільства.

Іванова О. С.

*кандидат філософських наук, доцент,
Міжнародний гуманітарний університет*

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОГО РОЗВИТКУ НАУКОВИХ КАДРІВ В ЦИФРОВУ ЕРУ

Стратегічною метою розвинутих країн є побудова інноваційної економіки, одним з основних ресурсів якої є кадровий потенціал науки, освіти і виробництва. Україна, як власне і весь світ, перебуває в очікуванні нової епохи і одночасно намагається відшукати соціальну, економічну та науково-технологічну платформу виживання, яка б забезпечила не лише адаптивне ставлення до дійсності, але й розвиток самої дійсності у відповідності до людських вимірів життя, продиктованих ідеалами нового століття.

Центром зазначеної парадигми повинна стати освіта, розвиток якої можна розглядати як відповідь на глобалізаційні виклики сучасної цивілізації і одночасно як відповідь на потреби людини знайти своє місце і можливості самореалізації у новому соціокультурному просторі. Надзвичайно важливою у цьому контексті постає проблема забезпечення високої якості освіти, яка визнається провідним чинником розвитку та необхідною умовою економічної стабільності будь-якої країни.

Останнім часом втрати інтелектуального потенціалу України набули загрозливих масштабів. Чисельність учених у країні зменшилася втричі. Так, з 2015 по 2020 роки кількість наукових установ України скоротилася наполовину, наукоємність ВВП – удвічі і це найнижчий показник у Європі. До того ж за останні роки Україна втратила понад 20 тисяч молодих дослідників. Серед працівників із вищою освітою виїхати з України готові 32 % опитаних, а серед тих, хто має науковий ступінь – 37 %¹. Найбільш сильні еміграційні настрої відзначаються серед студентів і аспірантів. За даними на січень 2021 р., лише у Німеччині грантову підтримку одержують 25 тисяч молодих людей (віком до 30

років) з України. Загалом, за кордон хотіли б виїхати більше 60 % української молоді. Рівень «відпливу інтелекту» з України один з найбільших у світі. З України їдуть найбільш перспективні молоді вчені, серед тих, хто виїхав за кордон на постійне місце проживання впродовж останніх 5 років переважали фахівці з біології, фізики, математики, – саме ті, від кого багато в чому залежить інноваційний розвиток нашої країни. Тобто, проголошена Україною інтеграція зі спільним науково-освітнім простором ЄС, додала додаткового імпульсу «відтоку мізків».

Причинами такого стану речей є: недофінансування науки, низька заробітна плата, неможливість виконання досліджень на високому науковому рівні через низький рівень матеріально-технічної бази, незатребуваність, відсутність перспектив кар'єрного зростання, відсутність власного житла, а також пандемічна криза останніх років і на разі військовий стан в країні. У результаті значна частина молодих вчених покидає наукову діяльність і йде або в інші сегменти господарства країни.. або на завжди від'їжджає за кордон.

Водночас потреба у кадрах високої кваліфікації не лише у науковій, а й у економічній сфері зумовлена процесами глобальної інформатизації та тенденцією швидкого застарівання знань, що підвищує увагу до виробництва та адаптації нових знань. У ЄС під гаслом «Одна професія, кілька кар'єр» пропагується запровадження докторських програм, що створюють можливості для осіб з докторським ступенем працювати не лише у науково-освітніх установах, а й у економічній сфері. Для цих робочих місць, науково-дослідницька освіта в рамках дисциплінарних меж і навичок, націлених на викладання і наукові дослідження, вважається недостатньою. У провідних країнах, де формується економіка знань, існує постійна необхідність висококваліфікованої робочої сили, яка б мала навички дослідницької роботи. Новою тенденцією розвитку докторської освіти у світі є створення «професійних докторантур». До того ж сучасні вимоги до підготовки докторської дисертації базуються на засадах міждисциплінарності, вироблення професійних навичок і підготовці до ринку праці. Деякі країни вже розпочали впровадження

«професійних докторантур», характеристикою яких є зорієнтованість на прикладні дослідження, що має зміцнити співпрацю університетів з промисловістю та бізнесом. Такі дослідження пов'язані з проектами, здійснюваними в межах підприємства.

Загалом спостерігається і диверсифікація вимог до вступу у «професійні докторанти», оскільки з'являються докторські програми для професіоналів з практичним досвідом. Умовою таких програм є те, що післядипломною підготовкою визначаються технологічні дослідження у промисловості. Найчастіше ці механізми включають кооперативні системи освіти, за допомогою яких студенти чергуватимуть свої дослідження і професійну діяльність у промисловості з навчанням в університетах.

Отож, існує гостра необхідність масштабного залучення у науку молоді шляхом якісної модернізації системи професійної освіти та створенні дієвого механізму підтримки молодих учених, використовуючи досвід кращих європейських та світових зразків, що передбачають: зміну організаційних аспектів докторської освіти; введення структурованих докторських програм та докторських шкіл; освоєння нової культури наукового керівництва; включення в «компетентнісні моделі» докторів універсальних навичок; запровадження професійних докторських ступенів; розширення кар'єрних перспектив докторів і постдокторантів.

Таким чином, формування вітчизняної інноваційної економіки вимагає швидкої трансформації та удосконалення системи підготовки кадрів вищої кваліфікації: організаційних форм діяльності аспірантур та докторантур; введення системи активного матеріального стимулювання та підвищення соціального статусу вченого; інфраструктури фінансування, відповідного сучасним вимогам забезпечення навчальної та матеріально-технічної бази; системи відповідальності за якість шляхом введення критеріїв оцінювання підготовки фахівців на всіх етапах і рівнях; взаємодії науки, освіти та виробництва, орієнтації на практичний результат, враховуючи потреби ринку праці; формування якісно нової системи відбору та підготовки наукових кадрів.

Кабанцева А. В.,

*кандидат психологічних наук, завідувачка
відділення клінічної психології, учена секретарка,
Державний заклад «Науково-практичний медичний
реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України,
доцентка кафедри медичної психології ПрАТ ВНЗ «МАУП»*

КЛІНІЧНА ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ЯК ОБОВ'ЯЗКОВА СКЛАДОВА КОМПЛЕКСНОГО ЛІКУВАННЯ

Останніми роками все частішає кількість життєвих випробувань, що припадають на долю людства. Збройні конфлікти економічні кризи, урядові реформи, техногенні аварії, що значно загострюються інформаційно-психологічними та соціально-психологічними чинниками, не минають впливу на людську психіку та здоров'я в цілому, а при наявних вадах значно погіршують його.

Життя в тривалому стресі, постійному гострому враженні та за відсутності безпеки деформує психіку особистості через виснаження психічного опору на цикл негативних подій та ситуацій, що відбуваються. У одних – реакціями на подібне стають прояви підвищеного збудження, відчуття провини, страхів, тривоги, у других – це зниження активності, пригніченого настрою, втрата сенсу життя, треті – намагаються триматися, не звертаючи увагу на такі перші симптоми як швидка втомлюваність, зниження працездатності, поганий сон, поодинокі випадки дратівливості, плаксивості тощо. У всіх випадках простежуються порушення психічного здоров'я різної інтенсивності, що негативно впливають на фізичне здоров'я, провокуючи загострення або розвиток соматичної, психічної патологій, зниження ефективності лікування основного захворювання чи патологічного стану. Тому актуальним стає питання, щодо визначення характерологічних властивостей клінічної психологічної реабілітації та її доцільності у реалізації комплексного лікування задля підвищення якості

надання необхідної допомоги та попередження розвитку психічної патології серед населення у воєнні та повоєнні часи.

У рамках виконання НДР «Метакогнітивні стратегії та соматопсихічні наслідки інформаційно-психологічної війни й бойових дій в ментальному вимірі» (номер держреєстрації - 0123U100265) на базі ДЗ «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України» розроблено модель психологічної реабілітації пацієнтів, які проходять курс комплексного лікування у відділенні фізичної та медичної реабілітації ДЗ «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України». Контингент відділення складають особи з неврологічною та психоневрологічною патологіями. На початку реабілітації всі пацієнти проходять первинну психологічну діагностику (оцінка психоемоційного стану, когнітивних процесів, типу відношення до хвороби), а за показаннями та наявними скаргами може проводитися додаткова (поглиблена) діагностика. За результатами діагностики клінічний психолог надає рекомендації щодо психологічного супроводу пацієнта під час комплексного лікування і спільно з іншими членами реабілітаційної команди складає реабілітаційний план кожного окремого пацієнта. Розглядаючи психологічну реабілітацію як систему заходів, спрямованих на відновлення, розвиток психологічних функцій, процесів, якостей, властивостей особистості, а також створення сприятливих умов для її всебічного зростання та утвердження, основними напрямками роботи психолога з пацієнтом виступає:

- психологічна підтримка – оптимізація і нормалізація психоемоційного стану пацієнтів з негативним самопочуттям, що викликано хворобливими процесами чи впливом чинників зовнішнього середовища на тканини, органи людського тіла, психіку або на організм загалом;
- відновлення і розвиток когнітивних функцій, дрібної моторики, особистісного ресурсного потенціалу;
- психологічна адаптація та соціальна інтеграція – формування здатності пристосуватися до існуючих у суспільстві вимог та критеріїв;

- психологічна робота з членами сімей пацієнта задля нормалізації мікроклімату для останнього.

В основу створення моделі психологічної реабілітації лягли п'ять основних принципів:

- ✓ принцип індивідуального та особистісного підходів;
- ✓ принцип комплексного підходу;
- ✓ принцип командної роботи фахівців;
- ✓ принцип послідовності та наступності;
- ✓ принцип системного моніторингу.

Дотримання наведених принципів надають змогу організувати тісний взаємозв'язок між фахівцями реабілітаційної команди, урахувати вікові та індивідуальні особливості хворого, здійснювати психологічні інтервенції з перших днів лікування, а також відслідковувати динаміку психологічного стану пацієнта на протязі всього періоду лікування.

Ґрунтуючись на принципі послідовності і наступності психологічна реабілітація для цивільного населення з неврологічною та психоневрологічною патологією представлено логіко-структурним конструктом відновлення психофункціонального стану, що складається з 5 етапів (блоків): нормалізація режиму, стоп-реакція, емоційне розвантаження, відновлення нейросенсорних функцій, зміцнення потенціалу особистості. Основна домінанта моделі – це «йти за психікою» особистості, допомогти людині відшукати власні ресурси для подолання несприятливих відчуттів та відновлення психологічної рівноваги, а за потреби надати більш поглиблену психологічну допомогу. Конструкт моделі є структурованим, а зміст наповнення кожного блоку – гнучким, в залежності від актуальних проблем пацієнта.

Подальші дослідження полягають в апробації даної моделі на статистично доведений виборці пацієнтів з подальшим її коригуванням.

Кабанцева А.В.,

*кандидат психологічних наук,
завідувачка відділення клінічної психології, учена секретарка,
Державний заклад «Науково-практичний медичний
реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України»,
доцентка кафедри медичної психології ПрАТ ВНЗ «МАУП»*

Стеценко Г.В.,

*практичний психолог
відділення клінічної психології
Державний заклад “Науково-практичний медичний
реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України”*

ВІДЧУТТЯ РАДОСТІ ЯК БАЗОВИЙ КОМПОНЕНТ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Упродовж свого життя кожна особистість проходить через періоди різних непередбачуваних обставин і викликів долі. Реалії військового періоду у нашій країні вносять нові випробування у розуміння емоційного стану дорослих людей, у проживанні ними свого нового життєвого досвіду, і поряд із цим неможливо ігнорувати фактор присутності відчуття радості, що є однією з першочергових базових емоцій людини і визначається як почуття задоволення, втіхи, приємності [1, 2]. Головна відмінність радості полягає у задоволеності як самим собою, так і навколишнім світом, що відображається у поведінці особистості.

Упродовж 2022-2023 років фахівцями психічного здоров'я ДЗ «НПМ РДЦ МОЗ України» проводилося дослідження актуального функціонування та психологічного комфорту населення України. Серед широкого спектру учасників дослідження виокремлено 93 особи зрілого віку від 40 до 63 років, які були поділені на три групи, чисельністю по 31 особі, а саме: перша група – з числа вимушено переміщених осіб, друга група – мешканці прифронтової зони

(м. Костянтинівка Донецької обл.), третя група – особи, які проживають у центральному регіоні України (м.Київ, Київська обл.). Психодіагностичний інструментарій: методика самооцінки емоційних станів (автори А.Уесман та Д.Рікс), госпітальна шкала тривоги і депресії (HADS), анкета «Наявність радості у Вашому житті» (автор Кабанцева А.В).

За результатами дослідження середні показники психоемоційного стану розподілились наступним чином: у першій групі – $20,7 \pm 4,6$ бали, у другій – $19,8 \pm 2,0$ бали, у третій – $19,9 \pm 3,3$ бали. Встановлено, що у всіх трьох групах переважав загальний психоемоційний стан з тенденцією до негативного, але у першій групі проявлялася збільшена тенденція до позитивного стану (рис. 1).



Рис. 1. Прояв загального психоемоційного стану серед респонденті

Середні показники прояву тривоги у першій групі склали $7,6 \pm 3,7$ бали (низький рівень), у другій – $8,1 \pm 3,2$ бали (субклінічний рівень), у третій – $8,3 \pm 3,0$ бали (субклінічний рівень). Клінічно виражений рівень тривоги має однакові показники у всіх трьох групах по 26% відповідно (рис. 2).

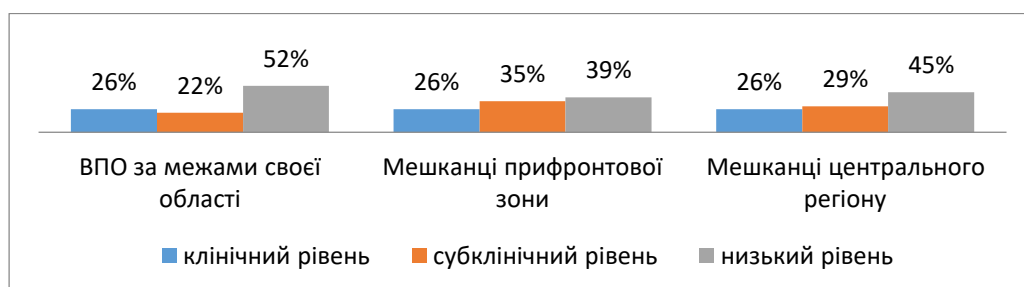


Рис. 2. Прояви тривоги серед респондентів різних груп

Середні показники проявів депресії у першій, другій та третій групах відмічаються на низькому рівні ($6,9 \pm 2,5$ бали, $7,1 \pm 3,2$ бали, $7,4 \pm 4,2$ бали відповідно). Ознаки на високому клінічному рівні переважають показники у мешканців центрального регіону 29% (рис. 3).

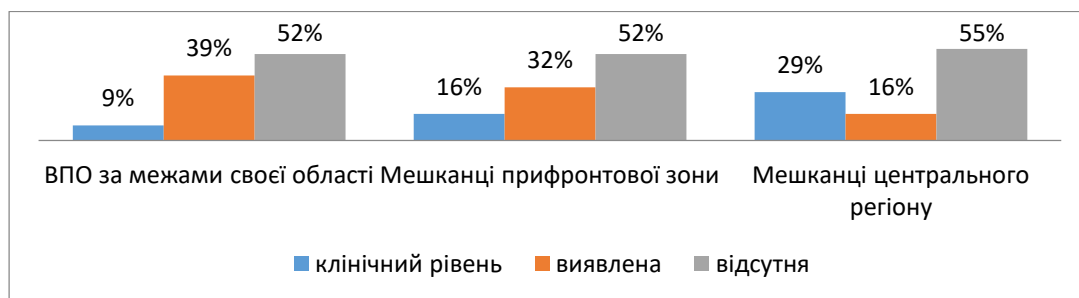


Рис. 3. Прояви депресії серед респондентів різних груп

Установлено високий прямий кореляційний зв'язок між тривогою та депресією ($r = 0,653$, $p < 0,01$), а також високий зворотній кореляційний зв'язок між загальним психоемоційним станом та депресією ($r = -0,612$, $p < 0,01$), тривогою ($r = -0,582$, $p < 0,01$).

Відчуття радості виявлено у всіх групах на високому рівні та найбільше переважає у респондентів третьої групи, що склало 74% (рис. 4).

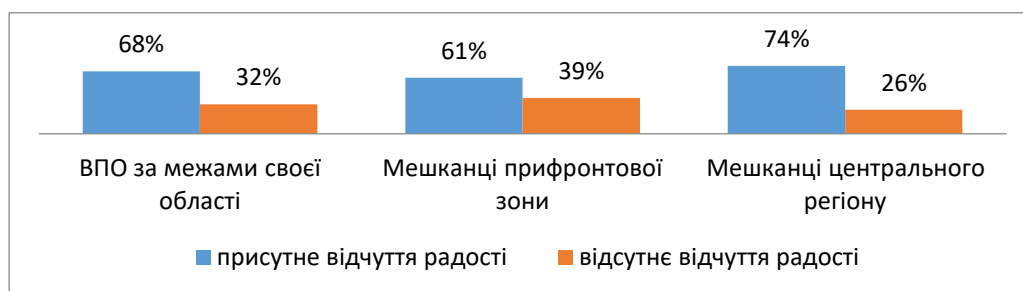


Рис. 4. Присутність відчуття радості

Серед найвагоміших джерел отримання радісних відчуттів люди з усіх груп найбільше зазначають спілкування і зустрічі з рідними, близькими людьми та спільний відпочинок з ними. Друга по чисельній кількості зазначених джерел для радості належить до більш матеріальної категорії, а це можливість мати

прибуток, оперувати різними матеріальними цінностями (вишивати, куштувати смачні страви, відвідувати театри, кіно, мандрувати, займатись прикладною творчістю, працювати, тощо). Слід відмітити, що серед респондентів другої групи переважала віра у благополучне майбутнє – очікування миру, закінчення війни, прагнення, щоб рідні повернулись додому, відновлення звичайного ритму життя.

Установлено високий зворотній кореляційний зв'язок між відчуттям радості та депресією ($r=-0,568$, $p<0,01$). Також на середньому рівні відчуття радості має прямий кореляційний зв'язок з загальним психоемоційним станом ($r=0,475$, $p<0,01$) та непрямий зв'язок з тривогою ($r=-0,373$, $p<0,01$). Тобто, при сприятливому психоемоційному самопочутті не завжди особистість може відчувати радість у власному житті, але при наявності депресії суттєво знижується це відчуття. Чим нижче відчуття радості, тим більше зростає ризик розвитку депресії. Тому, цілком треба зазначити, що відчуття радості є одним із показників психічного здоров'я особистості.

В умовах військових дій, що відбуваються різною інтенсивністю на території України місце перебування мешканців істотно не впливає на їх психоемоційний стан, оскільки люди ніде не можуть почувати себе у повній безпеці, але поряд із цим, суспільство гідне приймає виклики долі і намагається самотійно справлятися з ними. Ураховуючи результати досліджень в умовах тривалого стресу більший масив психологічної допомоги повинен бути націлений саме на відновлення психологічних ресурсів особистості задля досягнення нею почуття внутрішнього задоволення та позитивного настрою, що формують відчуття радості та зміцнюють життєстійкість, попереджаючи розвиток ускладнень проживання психологічних реакцій на травмуючі події.

Список використаної літератури

1. Словник української мови: в 11 тт. / АН УРСР. Інститут мовознавства; за ред. І. К. Білодіда. К.: Наукова думка, 1970-1980. Т. 7. С. 436.
2. Панченко О.А. Інформаційна безпека в епоху турбулентності: державно-управлінський аспект: монографія. К.: КВІЦ. 2020. 332 с.

Кабанцева А. В.,

*кандидат психологічних наук, завідувачка
відділення клінічної психології, учена секретарка,
доцентка кафедри медичної психології ПрАТ ВНЗ «МАУП»*

Панченко Олег Анатолійович,

*доктор медичних наук, доктор наук з державного управління,
професор, Заслужений лікар України, генеральний директор,
президент Громадської організації «Всеукраїнська
професійна психіатрична ліга»*

Антонов Віктор Григорович,

*начальник адміністративно-інформаційного відділу,
молодший науковий співробітник наукового відділу,
Державний заклад «Науково-практичний медичний
реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України»*

ІНФОРМАТИЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Обсяг роботи та психологічної інформації, що постійно зростає, призводить до необхідності автоматизації діяльності психолога. Більше того, в практичній психології, як і у інших сферах, відбувається поступовий перехід комп'ютерних технологій із галузі допоміжних у сферу обов'язкових засобів.

Проникнення інформаційних технологій у психологічну науку зобов'язане насамперед розвитку комп'ютерної психодіагностики. Використання сучасної комп'ютерної техніки надає якісно нові можливості для діагностики як однієї особи, так і групи осіб. Значно спрощується фіксація та обробка відповідей респондента за одночасного зниження ймовірності помилок. Також різко збільшується оперативність надання результатів, що особливо важливо під час проведення масових досліджень. Істотним плюсом комп'ютерної діагностики є

швидкість перекладу отриманих первинних даних по тестах у будь-який вид стандартних значень, а також наявність базових варіантів інтерпретації показників та подання її у потрібному для психолога вигляді (психологічного портрета, висновку або програми індивідуальної роботи).

Кожна з інформаційних технологій лежить в основі конкретних психологічних завдань, що визначають ключові напрямки робіт у галузі комп'ютерної психодіагностики [1, 2, 3]:

- конструювання психодіагностичних методик у рамках традиційної психометричної парадигми на основі технології аналізу даних, а також у рамках психосемантичного підходу на основі суб'єктної парадигми аналізу даних;
- розробка психодіагностичних експертних систем для прогнозування поведінки в рамках нетрадиційних підходів, наприклад, що спираються на зовнішні критерії в рамках стохастичного (імовірнісного) підходу (прецедентні експертні системи);
- створення комп'ютерних психодіагностичних методик, де комп'ютер використовують в якості організатора стимульного матеріалу, тобто реалізація психофізіологічних тестів, систем адаптивного, ігрового, дистанційного та мультимедійного тестування;
- розробка на основі технології інженерії знань комп'ютерних інтерпретаторів результатів тестувань, моделей прогнозу;
- розробка гібридних систем для психологічного супроводу конкретних видів діяльності (наприклад, кадрового відбору, навчання тощо);
- створення оболонок-конструкторів для комп'ютеризації (візуального конструювання) різних компонентів, важливих у практичній роботі психологів (методик, профілів, інтерпретаторів тощо);
- розробка середовища для організації експерименту та статистичного аналізу даних;
- навчання мистецтву психодіагностики за допомогою комп'ютера;
- формування баз даних та довідкових систем.

Останніми роками створено велику кількість різних комп'ютерних систем, орієнтованих на вирішення тих чи інших перелічених вище завдань. Для проведення психологічних досліджень широко використовується ряд платформ та сервісів зарубіжних розробників, наприклад PsychoPy, OpenSesame, PEBL (PsychologyExperimentBuildingLanguage) [4, 5]. Підбираючи інструментарій, насамперед, необхідно чітко уявляти, що лежить в основі тієї чи іншої комп'ютерної методики, хто і як її розробляв, які принципи розробки, який емпіричний матеріал при цьому використовувався, де комп'ютерна методика проходила апробацію, які принципи інтерпретації результатів і т.д.

В даний час набувають популярності експертні системи (ЕС), які можуть формувати масиви даних і проводити різні види аналізу, причому нерідко без втручання користувача (наприклад, формування та корекція норм). Необхідним елементом ЕС є наявність бази знань – набору формалізованих правил аналізу даних (фактів), що містяться в базі даних. Найбільш складні системи будуються таким чином, щоб база знань могла формуватися як ззовні (закриті), так і на основі власної бази даних за допомогою системи аналізу (відкриті). Закриті ЕС можуть мати дуже складні алгоритми аналізу даних (базу знань), що отримують поза нею і вкладаються до неї фахівцями. У відкритій ЕС реалізується механізм автоматизації формування бази знань (наприклад, можливість розширення списку аналізованих параметрів, пошуку критеріїв оцінки). Вищий рівень такої автоматизації – елементи самонавчання, наприклад, автоматична корекція критеріїв оцінки, пошук релевантних параметрів.

За рівнем прагматичної спрямованості, орієнтації на вирішення практичних завдань виділяють неспеціалізовані та спеціалізовані ЕС. Перші реалізують загально психологічний підхід, що виявляється у наявності універсальних критеріїв оцінки, інтерпретації тощо. Другі є реалізацією контекстного підходу до організації психодіагностики (наприклад, діагностика у межах психологічного відбору, атестації кадрів тощо). Рівень спеціалізації системи визначається тим, наскільки адаптовані для вирішення практичних завдань її компоненти: база даних, методи дослідження, база знань (інтерпретатори), методи статистичного аналізу даних. При цьому вони можуть

бути відкритими системами, а розроблятися під конкретну задачу. Відкриті системи можуть бути спеціалізованими для конкретного контексту самим користувачем.

У сучасній західній психодіагностиці все частіше практики використовують контекстні рішення, коли розробники створюють психометричний інструментарій у тих умовах, у яких застосовуватимуться. Таке рішення є оптимальним, але слід враховувати фінансові витрати на розробку та доопрацювання. Сьогодні у нашій країні існує висока потреба у використанні психодіагностичного інструментарію, особливо власного вітчизняного виробництва, але на превелику жаль на даний час не існує сформованої системи запиту на розробку, незважаючи на часті заклики до необхідності реалізації компетентного підходу до цього.

Список використаної літератури

1. Булах І.Є. Інформаційні технології у психології та медицині: підручник. Київ: ВСВ «Медицина». 2017. 216 с.

2. Панченко О.А., Пономаренко А.Н., Горбань А.Е. и др. Информатизация реабилитационно-диагностического процесса в современных медицинских учреждениях. Реабилитация и абилитация человека. Клиническая и информационная проблематика: сб. науч. работ под общ.ред. О.А. Панченко. К.: КВИЦ, 2012. С. 175-189.

3. Кабанцева А.В., Селиванова К.Г. Информатизация процесса психодиагностики. *Інформаційні системи та технології в медицині*: збірник наукових праць II Міжнародної науково-практичної конференції (ISM- 2019) 28-29 листопада 2019 р. Харків: Нац. аерокосм.ун-т ім. Жуковського «Харків.авіац. ін.-т». 2019. С. 41-43.

4. Mueller S. T., Piper B. J. The psychology experiment building language (PEBL) and PEBL test battery. *Journal of neuroscience methods*. 2014. Vol. 222. P. 250–259.

5. Peirce J. MacAskill M. (Eds.). *Building Experiments in PsychoPy*. London, England: SAGE. 2018. 312 pp.

*Kazanzhy M.Y,
Doctor of Psychology, professor,
Professor of the Department of General and Differential Psychology
State Institution «South Ukrainian National
Pedagogical University named after K.D.Ushynsky»*

THE ROLE OF FACILITATION IN CREATING AN INCLUSIVE EDUCATIONAL ENVIRONMENT

The humanization of the modern world, the attempts to implement it as a strategy for the development of a democratic community, highlights the problem of taking into account the diversity and individuality of each person, the effective use of the principle of non-discrimination, and the effective involvement of all participants in the educational process [1].

Although we are talking primarily about education and will focus on this aspect, we would like to define inclusion more broadly as "the process of increasing the degree of participation of all citizens in society. The need for increased participation is felt primarily by those with physical or mental disabilities" [8].

The value, semantic, and ideological guidelines of inclusion are the basis of inclusive education as an educational paradigm whose functioning vectors are accessibility of education, equality of participants in the educational process, ensuring the quality of education, and meeting the existing educational needs of all members of society. Particular attention is paid to children at high risk of harassment due to other various characteristics, including psychophysiological, linguistic, ethnic, religious, etc. [5]. The educational environment in Ukraine is created and constantly updated in accordance with the realities of today, the needs of society, taking into account international experience, which involves and requires the joint efforts of all professionals involved in its organization. The spread and acceptance of the ideas of inclusion by Ukrainian society, the understanding of the importance of including

children with special needs in general education schools, has made it possible to revise traditional approaches to the organization of the educational process [9].

An inclusive educational environment involves creating conditions for its formation and requires certain competencies and personal characteristics of teachers. In particular, the European profile of an inclusive classroom teacher includes motivational and value, organizational and activity, reflective and cognitive indicators of professional competence [7]. It is the worldview and value component that is extremely important, as it "triggers" the unification of all others.

After all, the interaction of participants in the educational process has "an exclusively humanistic, dialogic, subject-subject nature of relations. The teacher's ability to ensure such interaction with the student, to positively influence, activate, stimulate the process of learning and education is manifested in his or her professional activity." Therefore, facilitation as a psychological trait, which manifests itself in support, promotion of development, and creation of appropriate conditions, comes to the fore in building such interaction. The formation of a teacher's facilitative position in the educational environment requires: 1) theoretical and methodological training for facilitation in the educational environment; 2) mandatory support from the administration for teacher self-development (self-directed facilitation) [10]. In addition, the teacher's already formed personality traits and psychological characteristics are important.

A facilitator is a person who is a mediator, an assistant, who is able to ensure successful communication between participants in the learning process. A facilitator has the ability to observe, listen, memorize, identify and define behavioral styles, establish communication between group members, analyze and synthesize problem situations, determine behavior, while encouraging its constructive aspects and neutralizing destructive ones; prevent aggression and offensive forms, optimize communication methods stimulate the efforts of group members, identify individual behavioral manifestations, etc. In addition, facilitators have personality traits - they are patient, trustworthy, sociable, etc [6]. An important characteristic, in our opinion, is the expression of facilitation as a personal quality. In addition, the atmosphere that prevails

in an inclusive educational space is extremely important in building full-fledged support, and even more so in an inclusive educational space - assistance, support, and promotion of the development of each member, that is, facilitation.

As we have found in previous studies, the atmosphere of facilitation, the facilitative educational environment, is characterized by the ability to support, promote, and stimulate development not only in the teacher but also in the vast majority of the educational community, which allows for the accumulation of facilitation in the educational space. The presence of a facilitative personality is quite successful in providing psychological support, and if there are a majority of such people, the formed facilitative environment will be a great impetus for personal development.) This does not mean that it is enough to be around kind, sensitive, sociable people. It is important to be around people with a pronounced ability to facilitate others who are interested in their personal development. Of course, this is not the key factor, but the role of facilitation is undeniable. It is also important that the educational environment needs to accumulate facilitative "energy", and this is possible only through the involvement of teacher-facilitators in the educational process [2,3,4].

One of the most important prerequisites for the development of facilitation skills is one's own experience of facilitation, experience of purposeful development, and self-changing (autofacilitation or self-directed facilitation). Gaining such experience is an important step in professional self-improvement, a personal growth mechanism, a tool for personal change, and an effective way to build an inclusive educational environment. Therefore, an important area of work is the acquisition of such experience at the stage of primary professionalization during the period of study at an educational institution.

Список використаної літератури

1. Інклюзивне навчання. URL: <https://mon.gov.ua/ua/tag/inklyuzivne-navchannya>
2. Казанжи М. Й. Психологія фасиліативності. Одеса: КУПІЄНКО СВ. 2014. 327 с.

3. Казанжи М.Й. Поняття фасиліативності, її види та деякі грані прояву основної функції. *Теорія і практика сучасної психології*. 2012. №5. С.19-28.
4. Казанжи М.Й. Фасилітація як основа та механізм ефективної адаптації іноземних студентів. Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: науковий журнал. Острог: Вид-во НаУОА, січень 2020. № 10. С. 65-70.
5. Колупаєва А.А., Таранченко О.М. Навчання дітей з особливими освітніми потребами в інклюзивному середовищі: навчально-методичний посібник. Харків: Вид-во «Ранок», 2019. 304 с.
6. Омельченко С., Шулик Т. Педагогічна фасилітація в освітньому процесі сучасних закладів середньої освіти. Гуманізація навчально-виховного процесу. 2018. № 1 (87). Розділ. Вища школа. С.4-12.
7. Порошенко М. А. Інклюзивна освіта: навчальний посібник. Київ: ТОВ «Агентство «Україна», 2019. 300 с.
8. Сварник М. Інклюзивна освіта в Україні: попередній аналіз ситуації. URL:
<http://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:RFZQJBrFASwJ:www.ussf.kiev.ua/ieeditions/31/1/&cd=1&hl=uk&ct=clnk&gl=ua>
9. Сходинки інклюзії. Посібник для педагогів, студентів та батьків. Тельна О. А., Маланчій В. О., Дацьо Н. О, Сидорів С. М., Селепій О. Д., Весніна Н. В., Приймак Н. П., Сидорів Л. М.: наук.-практ. посібник. Івано-Франківськ: Видавець Кушнір Г. М., 2019. 156 с.
10. Шаргіна О. Фасилітація як професійно-важлива якість у роботі практичного психолога з дітьми з особливими освітніми потребами. URL:
http://dpsz2018.blogspot.com/2018/12/blog-post2_89.html

Kazanzhy F.F.,

Applicant of the third (educational and scientific)

Level in the specialty 053 Psychology,

International Humanitarian University

TEAM BUILDING EFFECTIVENESS: A PERSONAL APPROACH

Team building is a complex and at the same time creative process that is essential for the effective functioning of an organization or institution.

The first rule of team building is surprisingly obvious - you first need to be a leader who can effectively manage a team. Effective leadership is built on trust with each team member, not on fear or power of one's position. An individual approach is promoted by following the following general rules: treating each employee's ideas as valuable; looking for opportunities to mediate and resolve even minor disputes; the importance of communication, explaining requirements; encouraging trust and cooperation; encouraging information sharing; delegating problem-solving tasks to the team; encouraging interpersonal communication; having and maintaining team values; setting rules for the team; using consensus-building and trying to reach consensus; and [3].

Personality-based team building methods, the so-called individualized approach, require that you first learn more about the person who is a team member. One way to quickly learn more about a person is to use a personality test. The Myers-Briggs Type Indicator (MBTI) is a recognized psychometric method that can be used to determine one of sixteen personality types. Thus, taking into account personality traits, more introverted team members can be given creative tasks, while extroverted team members can be given tasks that involve interaction between people. In an organization, the individual characteristics of team members will complement each other and play an important role in the effectiveness of the organization. Team building strategies that take into account the individual characteristics of the person who is a team member can

help companies better appreciate what each person has to offer and increase the effectiveness of teamwork [2].

There are also factors that should be taken into account when solving team tasks. According to the scientific literature, the degree of interdependence between team members is important, because its severity affects group processes. Thus, most factors focus on the behavior of team members in performing tasks, the degree of their complexity, consideration of thinking processes, team productivity [5].

Studies of psychological contracts have determined that they can be transactional or relational, but transactional contracts relate to specific exchanges of limited duration, while relational contracts are more open and focused on relationships with specificity. Six dimensions of the psychological contract, which is closely related to personal control and emotional attachment, are important [5].

Researchers have found that the creativity of individual team members is interconnected with team creativity, which is influenced by the psychological climate in the team. The level of team creativity depends on inclusion in the team, on the enthusiasm for team processes. It is important to take into account time when concluding that team climate affects team creativity directly, not indirectly through individuals [4].

The value component, both personal values and the value of teamwork, is important, because people who choose it are characterized by an orientation toward interpersonal relationships and the values of the activity space in relationships. Their interaction space is characterized by a focus on relationships with colleagues, the expression of the values of communication and emotional support [1].

Thus, according to the literature, it is important to take into account the individuality of each team member when building a team in order to predict the results of work, the psychological climate in the team, the level of its innovation, sociability, value orientation, cohesion, and creativity.

Список використаної літератури

1. Горбунова В.В. Психологія командотворення: Ціннісно-рольовий підхід до формування та розвитку команд: монографія. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2014. 380 с
2. 4 Types of Team Building Techniques for Modern Organizations. URL: <https://www.villanovau.com/articles/leadership/team-building-techniques/>
3. Guide to Managing Human Resources. URL: <https://hr.berkeley.edu/hr-network/central-guide-managing-hr/managing-hr>
4. Pirola-Merlo Andrew, Mann Leon (2004). The relationship between individual creativity and team creativity: aggregating across people and time. Journal of Organizational Behavior. J. Organiz. Behav. 25, 235-257.
5. Shuffler M., Diazgranados D., Maynard M., Salas E. (2018). Developing, Sustaining, and Maximizing Team Effectiveness: An Integrative, Dynamic Perspective of Team Development Interventions. Acad Manag Ann. Jun;12(2): 688-724. <https://journals.aom.org/doi/10.5465/annals.2016.0045>

Kononova O.,

Teacher of Maritime Applied College,

Kherson State Maritime Academy

Diahyleva O.,

PhD, Associate Professor of English language department for maritime officers,

Kherson State Maritime Academy

Yurzhenko A.,

PhD, senior lecturer of English language department for maritime officers,

Kherson State Maritime Academy

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ENGLISH TEACHERS' MOBILITY IN THE CONTEXT OF PROFESSIONAL DEVELOPMENT IN MODERN CONDITIONS

The creative nature of pedagogical activity requires continuous teacher's development. This profession is one of those that forces a person to grow all the time, to change in accordance with new social requirements, in accordance with new requests of society, each next generation, which brings new values, traditions, norms of communication, etc. A teacher cannot afford to stop at the stage of development and education he/she received in the process of professional training. There is a need for constant updating of knowledge, continuous education of teachers. Ensuring a person's professional mobility in modern conditions is possible only when the teacher "perceives a situation of uncertainty, or the lack of answers to many questions as a norm, not as an anomaly of social life" [1]. It is this perception of life in crisis situations that will ensure a person's preservation of himself as an individual, activation of his own reserves of self-control and self-regulation. In addition, the dynamics of changes in the labor market in modern conditions complicates the pedagogical problems of training competitive specialists.

The problem of professional mobility was investigated by a number of psychologists and pedagogical scientists. Pedagogical aspects were investigated by Andreiev V., Horanska O., Zymnia I., Vasylenko N.; pedagogical conditions of such process were studied by Ivanchenko E., Kozhemiakina N., Lausha N.; the influence of external and internal factors was considered by Amirova L., Liubimova O. In the studies of E. Ivanchenko, the following definition is given: professional mobility of teachers is an integrated personality quality that manifests itself in the ability to successfully switch to another activity or change types of activity; possession of a high level generalized professional knowledge, experience of their improvement and independent acquisition. Horyunova L., considers professional mobility as the process of human transformation itself, as well as the surrounding professional and living environment" [2]. In the psychological and pedagogical literature, scientists define the professional mobility of specialists as follows:

- the quality of the individual, which allows him to be socially active, competitive, professionally competent, capable of self-development and modernization of own activities and changes in types of activity [3];
- the ability to quickly change the type of work, switch to another activity in connection with changes production techniques and technologies;
- the ability and willingness of the individual is enough to quickly and successfully master new equipment and technology, to acquire knowledge and skills that are lacking, that ensures the effectiveness of preparation for a new professional activity.

The research aims to explore the psychological aspects of professional mobility among English teachers and how it relates to their professional development in modern conditions. It underscores the need for teachers to adapt, learn continuously, and embrace change to thrive in their roles.

Mobility in the pedagogical field is a special quality that is formed in the process of education and upbringing and has the most important impact on the professionalism of a future specialist, it is a way of a person's response to the turns of fate in conditions of its uncertainty. The situation of uncertainty is a new factor that affects the life of a

modern person and requires the ability to self-organize and self-form. Mobility can be considered one of the most important professional qualities of a teacher. Professional mobility is manifested in the creative nature of activity, in the active search for innovative approaches and innovative technologies, personal initiative and professional sociability, the implementation of which becomes possible thanks to "mobility". Professional mobility acquires special importance in the conditions of competition on the labor market. And this encourages teachers to self-educate, increase their own professionalism. Professional mobility consists of various components. In particular, it is: the quality of personality, which provides the internal mechanism of human development through the formation of general professional competences, his professional and living environment. Professional mobility "should be studied at the level of personal qualities (adaptability, sociability, independence, criticality, ability to self-knowledge, self-development, self-education, social mobility); at the level of performance characteristics (creativity, productivity, goal setting, flexibility, plasticity); at the level of processes of transformation of one's own personality, activity, environment" [4].

An active stimulus for the development of the personality is its need for one or another type of activity, for the organization of social interaction in the professional environment, for the improvement of its professional abilities and skills in order to realize the needs in creative activity. A significant increase in attention to the problem of the formation of professional mobility is associated with rapid social changes that force a person to constantly rebuild his life relationships and transform himself. The issue of self-actualization of the individual, his motivation, development of personal qualities that ensure professional mobility is becoming especially important today. Today, views on a change of profession have changed somewhat: it is believed that the professional development of an individual is accompanied by a change in professional activity, and it is a change in profession that is "the most indicative for the manifestation of such a personality characteristic as professional mobility [1]". As a result of professional mobility, scientists consider its cognitive, instrumental and technological components the ability to quickly respond to those changes occurring in

society and the ability (if necessary) to restructure in professional activity. At the same time, as practice shows, the basis of professional mobility is the flexibility of the mind, volitional activity, positive emotions, creativity, the desire for self-actualization, self-change. As the main elements of professional mobility, it is worth highlighting individual value orientations: independence, ability to take risks, readiness for continuous self-development, etc. the problem of formation of professional mobility is one of the conditions for the humanization of education and requires careful consideration from a psychological and pedagogical point of view. Professional mobility is a mechanism of social adaptation that allows a person to manage the resources of subjectivity and professional behavior. The behavioral component of a person's professional mobility is most clearly manifested when changing professional activities, retraining and professional growth.

The meaning of the concept of "professional mobility" includes: choosing a profession, the meaning of a conditional change of place of work or profession, improving qualifications, etc. One of the platforms to upgrade specialists' qualification is LMS Moodle courses of "Scientific Park" of Kherson State Maritime Academy.

In a technologically developed and economically unstable world, each person must realize himself, act professionally, qualitatively and effectively in order to be competitive and successful. Modern education involves the formation of a professionally mobile skilled specialist, who is characterized by dynamism, constant search, and the desire to transform not only the surrounding environment, but also himself. It is especially worth highlighting the ability to construct oneself as an autonomous subject. The desire to change means that the teacher is ready to make changes in his own life and activities on his own without the intervention of others.

References

1. Day, S. Developing Teachers : The Challenge of Lifelong Learning / S. Day. – London : Falmer Press, 1999. – 239 p.
2. Glatthorn, A. Teacher development / A. Glatthorn // International encyclopedia of teaching and teacher education ; ed. L. Anderson. – London : Pergamon Press, 1995. – P. 41–45.

3. Scheerens, J. Teachers' professional development. Europe in international comparison. An analysis of teachers' professional development based on the OECD's Teaching and Learning International Survey (TALIS) / J. Scheerens. – Luxembourg : Office for Official Publications of the European Union, 2010. – 204 p.

4. Yurzhenko A., The concepts of “communicative competence” and “gamification of English for special purpose learning” in scientific discourse, EUREKA: Social and Humanities, Number 6, 2018. – P.34-38. DOI: <http://dx.doi.org/10.21303/2504-5571.2018.00803>

Kornuta L. M.

Candidate of Law, Associate Professor

Associate Professor of the Department of Psychology

National University of Odessa Law Academy

**CHARACTERISTICS OF MOTIVATION OF PUBLIC SERVANTS
REGARDING PROFESSIONAL DEVELOPMENT AND EDUCATION:
PSYCHOLOGICAL ASPECT**

In the conditions of the formation of a democratic and legal state, highly efficient public administration in all spheres of public service, without exception, should become its integral factor. However, paying attention to the rather difficult and responsible period of the formation of the Ukrainian state, the military aggression of Russia, the violation of the territorial integrity of Ukraine, the issues of ensuring the effective functioning of the public apparatus remain a priority for the country. At the same time, public administration of a fundamentally new, European level can be provided only by well-trained, educated employees. The professional education of public servants has its own specifics of implementation. The specifics are expressed in the specifics of professional activity, which is necessary to occupy a position in the relevant field, the specifics of the legal status of public servants, as well as a special work regime. The constant improvement of professional education is dictated by the rapid development and reformation of the management system, the improvement and development of the legal status of public servants, the change in their areas of activity and the importance of decision-making within their competence.

It is indisputable that in order for a public servant to successfully implement his tasks, skills and powers in the field of professional activity, there must be a continuous improvement of the level of professional competence and professional knowledge. In addition, continuous improvement of professional education for civil servants is mandatory according to the Law of Ukraine «On Civil Service» 2015. However, in addition to the normative establishment of the procedure and features of increasing the

level of professional education, the personal desire of the employee, the system of incentives for such training and the psychological moment of motivation for the constant improvement of professional education and competence are extremely important. Motivation makes it possible not only to adjust management activities, which is currently one of the priorities, but also helps to predict prospects for further development and achievement of set goals [3, p. 196].

There are many definitions of motivation in the literature, but they all define the process that occurs inside a person and prompts him to act, forcing him to behave in a certain way in a specific situation. The behavior of the individual, as a rule, is directed by his strongest need at the moment, which he seeks to satisfy, at the same time activating all his energy and capabilities. Motivation is understood as the forces that exist inside and outside of a person, which arouse enthusiasm and persistence in performing certain actions [2, p. 39]. The motivation of public servants affects their productivity and orientation to achieve organizational goals.

It is worth noting that motivation as a mechanism for increasing the efficiency of public administration has a complex nature and close connections with other mechanisms of management, political, legal, organizational, and is also related to the employee's psychological attitude to the situation and conditions that arise in the process of such training. Therefore, it is important to have a comprehensive approach in the process of formation and normative consolidation of the mechanism of professional education for employees of the security and defense sphere. The psychological factor of perception by public servants of their profession as an activity that has a public nature and requires constant improvement of professional skills and abilities, which are necessary for the performance of the tasks and powers assigned to them, is extremely important. Motivation should be expressed in a direct relationship between professional activity and prospects for career growth and pension provision.

In the complex of psychological features of motivation regarding the need to increase the level of professional training of public servants, several groups can be distinguished that require special consideration [1]. Acmeological features belong to the first group of psychological features – features of motivation related to the age

range of employees and a description of their psychological characteristics capable of learning and obtaining relevant information, which provides the opportunity for professional improvement of competence, attitude to distance learning, etc. After all, age affects the choice of types and forms of raising the level of professional education and the results of acquired knowledge and skills. In particular, for employees of the security and defense sector, who already have a certain length of civil service, relevant titles and occupy management positions, the motivation is to master a new form of education (for example, distance learning or coach-learning) and the opportunity to get acquainted with the special characteristics of managers-leaders, etc. The flow of cognitive processes during the period of increasing the level of professional education can be attributed to the second group of motivational features. Since such processes, which can be imagined as a logical and meaningful sequence of information processing actions, in this case, the motivation can be a clear awareness that the result of increasing the level of professional education must necessarily be a promotion in the official career, occupying a higher position or it is possible to receive a certain reward as a result of the manifestation of high professional competence. Affective processes belong to the third group, which is the most important and most extensive group, which reveals the essence of motivation to increase the level of professional education [4]. These are usually feelings and premonitions, desires and impulses, impressions and experiences associated with professional activity, making important decisions and responsibility for the position held. Affective processes are most sensitive to the motivation of professional education and continuous improvement of the level of professional competence through training, internship, etc. At the same time, having a good idea of what knowledge, skills or abilities may be needed in professional activity, taking into account its features, the civil servant of the relevant field chooses his own motivational trajectory.

Thus, it is worth noting that the sphere of providing public service is one of the priority spheres of public administration, it needs employees who are professionals, have theoretical knowledge and practical skills for their implementation, are stable and enduring physically and psychologically. Public servants who are ready to improve

their professional knowledge and skills have a clear motivation for professional growth and development.

List of references

1. Алюшина Н.О. Психолого-педагогічні та акмеологічні особливості дистанційного навчання державних службовців. URL: <http://academy.gov.ua/ej/ej2/txts/ds/05anonds.pdf> (дата звернення: 25.08.2023 р.).
2. Артеменко Н.Ф. Особливості мотивації персоналу у сфері державної служби. *Кадрова політика та публічна служба*. 2016. № 4–5. С. 37–47.
3. Лахижа М.І. Проблеми мотивації державних службовців до підвищення рівня їх професійної компетентності. *Державне управління та місцеве самоврядування*. 2015. Вип. 1 (24). С. 196–207.
4. Spicer A. Pay, autonomy, and the desire to make a difference – three key factors for motivating public sector officials. URL: <https://www.globalgovernmentforum.com/pay-autonomy-and-the-desire-to-make-a-difference-three-key-factors-for-motivating-public-sector-officials/> (дата звернення: 25.08.2023 р.).

Кімік О. В.

здобувач вищої освіти другого (магістерського) рівня

спеціальності 053 Психологія,

Міжнародний гуманітарний університет

ВПЛИВ ЕМІГРАЦІЇ НА МАЙБУТНЄ УКРАЇНСЬКОЇ МОЛОДІ ТА РОЗВИТОК УКРАЇНИ

Війна змусила покинути свої домівки та починати нове життя в інших країнах. Зокрема, у країнах Європи, де діти починають навчання, а дорослі шукають роботу.

За даними Мінекономіки України на кінець липня 2023 року за кордоном перебувають близько 6,2 мільйонів біженців з України. За інформацією прем'єр-міністра Дениса Шмигала, за межами України навчається близько мільйона українських школярів.

Уряд робить найбільшу ставку саме на молодь, яка повернеться в Україну та зможе відбудовувати міста та розвивати державу. Через те, що військові дії тривають, частина емігрантів продовжує навчання за кордоном. Тобто, щонайменше, ще найближчі 9 місяців молодь не повертатиметься додому через навчання.

Уряд з осені запроваджує нову дистанційну форму навчання для українських школярів, які перебувають за кордоном. Учням пропонують вивчати не всі предмети, а «український компонент шкільної програми». Це додаткові 6-8 годин навантаження. Але при цьому юнаки втратять можливість навчатися у своїх викладачів та зі своїми однокласниками.

В умовах війни особистісне та професійне зростання молоді відбувається трохи інакше ніж в мирний час. Адже багато школярів вимушені одночасно навчатися у двох школах — українській онлайн та закордонній офлайн.

Якщо брати як приклад Данію та датську навчальну систему, то для українських учнів існують іммігрантські класи, де діти з різних країн навчаються

разом. Проте особистісне зростання молоді в таких умовах має вдосталь проблем.

Взяти за приклад підлітків. Їх дорослішання проходить в умовах війни. Всі гормональні сплески, проявлення себе відбуваються одночасно з адаптацією до нових умов. Тинейджери проживають подвійний, а те й потрійний новий досвід. Їм доводиться пристосовуватися до нової країни, шукати нових друзів та навчатися іншою мовою.

Щоб навчання проходило легше у деяких школах, наприклад, у тієї ж Данії, існують уроки релаксу. Це останній урок, на якому діти можуть спілкуватися один з одним, займатися спортом на майданчику школи або читати книжки у бібліотеці. Деякі школярі відмічають таку практику, як позитивну для їх ментального здоров'я.

На одному з етапів становлення в підлітка з'являється дуже непросте завдання: виділитися, але не відрізнятись. Підлітки шукають відповідь на запитання «Хто я?».

Щоб тинейджерам було простіше знайти себе, у деяких школах проводять день самовираження. Кожен учень приходить в улюбленому одязі нехтуючи уніформою. Такі заходи створюють менше тиску з боку освітнього закладу та добре впливають на будівництво міжособистісних зв'язків.

Живучи в іноземному середовищі підлітки відчують свою відмінність гостріше. Існують випадки булінгу з боку однолітків. Але типові теми, як то одяг, зовнішність, захоплення змінюються на знущання на більш глобальному підґрунті. Молодь може стикнутися з дискримінацією за національним походженням. Адже, не всі підлітки добре ставляться до новеньких школярів з іншої країни.

В умовах війни та еміграції молодь стає дорослою раніше. Їм доводиться вирішувати складні моральні питання, вивчати мову, продовжувати добре навчатися та лавірувати між різницею менталітетів.

У вимушеній еміграції емоційні та дружні підлітки можуть почати замикатися в собі, а тихі навпаки почати вести більш активний спосіб життя та заводити багато друзів.

В адаптації допомагає залучення молоді до волонтерства. У Європі дуже поважно ставляться до волонтерів, тож волонтерство займає велику частину соціальної інтеграції, а також майбутнього професійного зростання.

Тобто молодь, яка більше займається волонтерством, у майбутньому краще адаптується у робочій середі та знаходить однодумців серед місцевих.

Керуючись принципом «найкращий спосіб досягти вершини — це зосередитися на тому, щоб залучити інших із собою», молодь починає свій дорослий шлях у більш дружньому колі. Їм легше знаходити роботу та будувати кар'єру ніж тим, хто лишається на самоті.

У деяких європейських країнах можна починати професійний шлях з 15 років, Молодь шукає підробіток та починає заробляти гроші, а не отримувати їх від батьків. Через розширення фінансових можливостей, молодь починає пізнавати нову країну краще та це може вплинути на їх майбутній професійний розвиток за межами рідної країни.

З одного боку, молодь, яка навчається за кордоном та здобуває професійного досвіду, у майбутньому буде вважатися цінними співробітниками на вітчизняному ринку праці.

З іншого боку, молодь, яка звикла до європейського рівня заробітної платні, слідкуванню трудовому законодавству та іншим робочим умовам, може не захотіти повертатися додому.

В умовах війни молодь проходить складний період дорослішання, пошуку себе, адаптації та хвилювань за майбутнє. Чи повернуться молоді люди додому після війни чи залишаться розвиватися за кордоном? Багато в чому залежить від чіткої роботи законодавчих механізмів стосовно освіти та працевлаштування.

Список використаної літератури

1. Grant Adam. Give and Take: Why Helping Others Drives Our Success. W&N, 2014. р.

2. Станчишин Володимир. Для стосунків потрібні двоє. Київ : Віхола, 2021. 280 с.
3. Інформаційний ресурс «Суспільне» URL: <https://suspilne.media/540975-zakordonom-perebuvaut-blizko-62-miljona-ukrainskih-bizenciv-minekonomiki> (дата звернення: 16.08.2023)
4. Інформаційний ресурс BBC URL: <https://www.bbc.com/ukrainian/articles/cpwyw5845elo> (дата звернення: 16.08.2023)

Кічук Н. В.

*дійсний член Академії вищої освіти України та Міжнародної академії
педагогічних і соціальних наук,
доктор педагогічних наук, професор,
декан Педагогічного факультету;
Ізмаїльський державний гуманітарний університет*

ТРАНСФЕР СУБ'ЄКТ-СУБ'ЄКТНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У КОНТЕКСТІ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ

Поступова підготовка свідомості людей до майбутньої ноосферної епохи через освіту, наукове дослідження проблем, пов'язаних із ноосферним майбутнім: ноосферним суспільством, освітою, ноосферною людиною, зокрема виховання духовності студентської молоді у ноосферному вимірі, представляє особливий інтерес для теорії і практики сучасної теорії і методики професійної освіти та її подальшого розвитку. Так, цей особливий період, характеризується визначальною роллю духовності людини, духовно-орієнтованих освіти і науки, як головних визначальних чинників суспільного прогресу.

Джерело природи духовності самоформується на засадах духу людини, шляхом його усвідомленого саморозвитку через самовдосконалення, самоактуалізацію, самовираз, самовизначення. До того ж духовність тісно взаємопов'язана з толерантністю, про що свідчить аналіз наукового фонду з проблеми толерантності.

Так, у ракурсі медико-біологічної науки йдеться про «витривалість» в умовах впливовості на людину несприятливих факторів (Л. Шайгерова та ін.); у контексті гуманітарного знання – про домінанту загальнолюдських цінностей (на кшталт «терпимості», «готовності до примирення») та пріоритетність поваги до «іншості» (Ю. Іщенко та ін.); у площині суто психологічного тлумачення, толерантність здебільшого розуміється як зниження сенситивності індивіда до

фактів взаємодій, що зумовлене дією механізмів захисту від фрустрації (О. Асмолов та ін.); специфічним є й етимологічний відтінок в окресленому понятті з точки зору педагогічної науки – йдеться про триєдиний ракурс (відповідальність, свобода, творчість), який визначає внутрішній світ та стратегію практичної поведінки особистості (В. Лекторський та ін.).

Відтак, необхідний актуалізувати погляд науковців на феноменологію – суб'єкт – суб'єктної комунікативної взаємодії, оскільки у відсутності взаємодій взагалі не може бути комунікації. Так, здатність утворити спільну взаємодію слугує важливим маркером толерантності педагога, а, відтак, це є запорукою не лише конструктивного діалогу у підсистемі «викладач-студент»; йдеться ще й про полілог соціальної спрямованості суб'єктів освітньої діяльності, оскільки спільна взаємодія і переживання продукують пропедевтику виникнення конфлікту та доброзичливості при розв'язанні конфліктних ситуацій. Останні, є природною ознакою життєдіяльності і окремої особистості, і групи, отож суб'єкт – суб'єктний тип соціальних взаємин розцінюється не лише як бажаний, а як той, що є значущим з точки зору пріоритетів педагогіки толерантності.

Ми ж виходимо з того, що предметна специфіка професійної діяльності майбутнього фахівця, звісно, має віддзеркалення у технологіях утілення базових ідей педагогіки толерантності. Натомість теоретичне підґрунтя все ж набувають процеси засвоєння студентством універсальних духовних цінностей, що орієнтують на гуманізм, а також становлення їхнього полікультурного світогляду. Віддзеркаленням останнього слугують, з одного боку, здатність бути відкритим до сприйняття «іншості», а, з іншого – усвідомлення імперативу саме толерантності (з лат. «терплячий»), що за сучасних умов глобалізованого світу немає альтернатив як цілісної системи полілогу культур.

З урахуванням вищевикладеного, видається цілковито очевидною значна вага саме суб'єкт – суб'єктної взаємодії в освітньому процесі, націленому, зокрема, на утвердження домінант педагогіки толерантності. Зауважимо на існування дослідницької позиції, за якою суб'єкт – суб'єктна взаємодія визнається як та, що має неперевершене значення у вищій школі, оскільки

спроможна перетворити університетську спільноту (через спільну і цілеспрямовану діяльність) на вирішальний чинник набуття студентами статусу суб'єктів усього її різновиду і форм.

Аналіз виховної практики фахівців та саморефлексія набутого досвіду у вище окресленій площині доводять педагогічну цінність проектної діяльності, зокрема, ролі в ній інтуїції як органічної складової духовності особистості студента.

Так, дослідження специфічності феномену інтуїції як форми духовного пізнання та самопізнання, вивчення сучасних наукових підходів до трактування інтуїції, шляхів гармонізації діяльності духовно-інтуїтивного і логічного компонентів мислення студента як важливої складової ноосферної освіти дозволило нам вважати, що актуалізація його духовно-інтуїтивного потенціалу та виховання біоадекватного мислення є найважливішим завданням у процесі становлення особистості студента з ноосферним рівнем свідомості.

У контексті особистісно-професійної підготовки майбутніх фахівців саме діалог – «двосторонній інформаційний смисловий зв'язок» і лежить в основі інтерактивного навчання. Наприклад, Г. Селевко розрізняє внутрішньо-особистісний діалог, міжособистісний та діалог культурних смислів. Досвід переконує в тому, що діалог доцільно вважати не лише ефективним способом екологічного стилю педагогічної взаємодії.

Так, експериментальним шляхом встановлена ресурсність полікультурного виховання студентства. У цьому відношенні, на наш погляд, значний і науковий, і практичний інтерес становить експериментальний підхід за яким нами було визначено закономірність, що чим вищий рівень духовності особистості, тим більше розкритий її інтуїтивний потенціал. Міркуючи таким чином, інтуїцію можна трактувати як особливий психічний стан високодуховної людини, за якого вона усвідомлено вступає в інформаційно-енергетичний контакт із будь-яким об'єктом Універсуму. Ця інформаційно-енергетична суб'єкт-суб'єкта взаємодія сприймається людиною як процес з'єднання, злиття її з об'єктом, який вивчається, що дає змогу миттєвого пізнання його істинної сутності. Зокрема,

визнання провідною ідеєю розробленого нами елективного курсу «Педагогіка духовності» є виховання духовності особистості студента у ноосферному вимірі, формування цілеспрямованої установки щодо духовного самопізнання та саморозвитку, оволодіння теоретичними знаннями та практичними навичками з цієї сфери.

Результати упровадження елективного спецкурсу виявили, що вплив ноосферних факторів на трансфер суб'єкт-суб'єктної взаємодії у контексті особистісно-професійної підготовки майбутніх фахівців сприяють укладанні організаційно-методичної системи виховання духовності студентської молоді у ноосферному вимірі, який включає в себе теоретичний блок та організаційно-методичний блок практичної реалізації цієї моделі. Так, теоретичний блок організаційно-методичної системи містить теоретичну модель виховання духовності студентської молоді, яка базується на синергетичному положенні про людину як надскладну відкриту інформаційно-енергетичну систему, яка розвивається, еволюціонує, духовно зростає. А організаційно-методичний блок названої вище системи передбачає застосування форм позааудиторної роботи, спрямованих на виховання духовності студентської молоді у ноосферному вимірі: духовно-моральні заходи, благодійні виступи, концерти, волонтерські акції; науково-дослідна робота студентів; студентські наукові конференції; творчі зустрічі з людьми – носіями духовності (науковцями та ін.).

Отож, виховання толерантності особистості – проблема, що не втрачає актуальності і за сучасних умов її життєдіяльності. Реалії сьогодення актуалізують нові грані означеної проблеми у контексті становлення майбутніх фахівців.

Кіщук Л.А.,

підполковник,

ад'юнкт кафедри морально-психологічного

забезпечення діяльності військ (сил),

Національний університет оборони України

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ОФІЦЕРІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ

Сучасний світ вимагає від військових формувань не лише ефективного захисту національної безпеки, але й високого рівня професійної підготовки, адаптації та дієвості у різноманітних умовах. Підтримка психологічного стану молодших офіцерів відіграє важливу роль у досягненні цих цілей, забезпечуючи їхню успішну і стійку діяльність.

Молодші офіцери Збройних Сил України є основним ресурсом для забезпечення безпеки та стабільності в країні. Вони стають перед завданням не лише оволодіти професійними вміннями та знаннями, але й впоратися зі стресовими ситуаціями, які неминуче супроводжують їхню діяльність. Психофізіологічні особливості кожного індивіда впливають на його здатність адаптуватися до вимог служби та ефективно виконувати поставлені завдання.

Професійна адаптація молодших офіцерів є важливим етапом їхньої служби та має велике значення для їхньої подальшої успішної діяльності. У цьому контексті розуміємо адаптацію як безпосередній процес пристосування до умов зовнішнього середовища. Вважаємо, що здатність молодших офіцерів до професійної адаптації є не тільки індивідуальною характеристикою, а й особистісною, яка може формуватися з позиції і мати різний перебіг залежно від вимог та залучення до військово-професійної діяльності. Найбільш складні та неоднорідні аспекти феномену адаптації проявляються у багатогранній військовій діяльності, в якій психофізіологічні, когнітивні та суб'єктивно-

особистісні (емоційний, мотиваційно-вольовий, ціннісно-смысловий, поведінковий) компоненти адаптаційного процесу. Рефлексивний компонент включає не тільки оцінку наявного психофізіологічного потенціалу, власних здібностей, але й можливість розвитку власних стійких особистісних якостей і тих, що розвиваються в процесі військово-професійної діяльності [1].

Військові психологи повинні брати активну участь у становленні молодших офіцерів, надавати їм рекомендації щодо оптимальної адаптації до умов військової служби відповідно до їхніх індивідуальних особливостей, здійснювати психологічний супровід цього процесу, надавати необхідну індивідуальну психокорекційну допомогу та брати участь в аналізі й узагальненні результатів адаптації [3].

Основними напрямками вдосконалення психологічного супроводу професійної адаптації молодших офіцерів можуть бути наступні [2]:

формування цілісного уявлення про майбутню діяльність у процесі професійної підготовки;

формування чіткого уявлення про критерії ефективності, необхідний рівень знань, умінь і навичок та результати власної професійної діяльності для подальшої службової перспективи;

психологічна підтримка молодших фахівців при входженні в офіцерські колективи військових частин;

створення ефективної системи наставництва у військових частинах, коли за молодшим офіцером закріплюється досвідчений фахівець, який може допомогти подолати початкові труднощі становлення військового професіонала.

Відповідно до вищезазначеного можемо виокремити основні шляхи оптимізації професійної адаптації молодих офіцерів з урахуванням психофізіологічних особливостей:

1. Психологічна підготовка включає в себе не лише ознайомлення з основними принципами психології, але й розвиток глибокого розуміння внутрішнього світу особистості. Молоді офіцери повинні навчитися розпізнавати свої емоції та реакції на різні події, а також розуміти, як ці реакції

впливають на їхню поведінку та прийняття рішень. Знання про основи психології допомагає їм аналізувати ситуації більш об'єктивно та контролювати свої реакції.

Розвиток навичок саморегуляції та впливу на власну психіку стає ключовим у контексті стресових ситуацій. Освоєння методів дихальних вправ, релаксації та медитації дозволяє молодшим офіцерам зменшити психологічне напруження, що може виникати в інтенсивних умовах служби. Ці навички також допомагають зберігати ясний розум та зосередженість навіть у найскладніших ситуаціях, забезпечуючи можливість приймати обдумані та обґрунтовані рішення.

2. Менторство не лише передає знання та досвід від одного покоління до іншого, але й сприяє формуванню командного духу та підтримує психологічний комфорт молодших офіцерів у вимогливому службовому середовищі. Також надає можливість молодшим офіцерам звертатися до своїх більш досвідчених колег з питань, які стосуються не лише професійних аспектів, але й особистого розвитку та психологічного благополуччя.

3. Тренування управлінських навичок. Високий рівень управлінських навичок позитивно впливає на спроможність молодших офіцерів впоратися з викликами служби, вирішувати складні завдання та вести команду до досягнення поставлених цілей. Розвиток цих навичок є важливим аспектом в підготовці молодших офіцерів до високо відповідальної та ефективної служби в правоохоронних органах та військових формуваннях.

4. Тренування психологічної стійкості та резистентності до стресу. Одним із способів досягнення цього є вивчення технік релаксації, медитації та інших методів зниження стресу. Ці методи допомагають молодшим офіцерам зосередитися на моменті, знизити психологічний напруження та покращити загальний психофізичний стан.

5. Психологічна діагностика та підтримка. Регулярне моніторингове обстеження психологічного стану молодших офіцерів, що дозволяє вчасно виявляти можливі проблеми та надавати необхідну підтримку.

6. Психологічна допомога від посттравматичного стресу. Оптимізація професійної адаптації передбачає розробку та реалізацію програм психологічної підтримки та допомоги після стресових подій з метою попередження та лікування посттравматичного стресового розладу. Розвиток програм попередження та допомоги від посттравматичного стресу вимагає інтегрованого підходу, який охоплює психологічну підготовку до можливих стресових ситуацій, надання невідкладної допомоги в моменти стресу та постстраєсову реабілітацію.

Ці шляхи допоможуть покращити професійну адаптацію молодших офіцерів Збройних Сил України, враховуючи їхні психофізіологічні особливості та вимоги військової служби.

Отже, в сучасних умовах, коли вимоги Сил безпеки й оборони надзвичайно високі, важливо забезпечити оптимальну професійну адаптацію молодших офіцерів Збройних Сил України. Врахування психофізіологічних особливостей цієї категорії осіб є ключовим фактором у досягненні успіху в цій надзвичайно важливій справі. Забезпечення психологічного благополуччя молодших офіцерів має прямий вплив на їхню продуктивність, та є важливою передумовою для успішної професійної адаптації до нового службового середовища та виконання поставлених завдань. Важливість надання підтримки також виражається у створенні систем для попередження та допомоги в подоланні посттравматичного стресу, який може виникнути під час виконання службових обов'язків.

Список використаної літератури

1. Кіщук Л. Програма психологічного супроводу професійної адаптації молодших офіцерів з врахуванням психофізіологічних чинників. *Вісник Національного університету оборони України*, 2022. №70 (6). С. 58–66.

2. Мацевко Т. М. Особливості професійної адаптації молодих офіцерів. *Вісник Національної академії оборони*, 2010. № 4 (17). С. 184–189.

3. Методичні рекомендації щодо адаптації молодих офіцерів до службової діяльності у військах (силах) протягом перших трьох років. URL: <http://surl.li/kdslt> (дата звернення: 16.08.2023).

Краснокутський М.І.,

*кандидат психологічних наук, доцент,
науковий співробітник навчально-наукової
лабораторії екстремальної та кризової
психології науково-дослідного центру,
Національний університет цивільного захисту України,*

АНАЛІЗ ВПЛИВУ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ЛЮДЕЙ, ЕВАКУЙОВАНИХ ІЗ ЗОНИ БОЙОВИХ ДІЙ

В останні десятиліття військові конфлікти та бойові дії в різних частинах світу залишили свій слід на життях безлічі людей. Серед найбільш вразливих груп, які стикаються з наслідками воєнних подій, є ті, хто був вимушений евакуюватися із зони бойових дій. Ці люди стикаються з фізичними, психологічними та соціальними викликами, які вимагають спеціальної уваги та підходу до їхньої реабілітації.

Зменшення рухової активності під час перебування в зоні бойових дій, а також стресові ситуації, які супроводжують військові конфлікти, можуть суттєво вплинути на фізичний і психічний стан осіб. Саме тому зростає попит на комплексні програми реабілітації, які сприяють відновленню рухової активності та відновленню психологічного благополуччя. Фізичні вправи в цьому контексті стають не лише засобом покращення фізичного здоров'я, але й засобом сприяння відновленню психологічної стійкості та позитивного настрою.

На сучасному етапі розвитку реабілітаційної практики виокремлюється важливий аспект – популярність реабілітаційних програм, які включають фізичні вправи, серед осіб, що пройшли через воєнні конфлікти та були змушені покинути зони бойових дій. Це відзначення свідчить про широкий спектр завдань, які вирішуються за допомогою цих програм, а також про довіру до їх ефективності у покращенні як фізичного, так і психічного стану постраждалих.

Реабілітаційні програми стають невід'ємною частиною відновлення евакуйованих осіб після бойових дій. Вони мають на меті покращити як фізичний, так і психологічний стан постраждалих, допомогти їм адаптуватися до нових умов та повернутися до нормального життя. В цьому контексті фізичні вправи набувають важливості як один із ключових елементів реабілітаційних програм. Така широка популярність реабілітаційних програм з фізичними вправами свідчить про їхній успішний вплив на психофізіологічний стан постраждалих та їх здатність до активного відновлення після складних воєнних переживань.

Здатність реабілітаційних програм із фізичними вправами забезпечити баланс між фізичним та психічним відновленням відіграє важливу роль у виборі цього підходу постраждалими. Позитивний досвід і рекомендації інших учасників таких програм стають цінними джерелами інформації та довіри до ефективності.

Військові конфлікти та евакуація з зони бойових дій часто призводять до фізичних травм та обмежень, які потребують комплексного підходу до відновлення фізичної функціональності.

Наші дослідження спрямовані на аналіз ролі та впливу фізичних вправ у процесі реабілітації людей, які були евакуйовані із зони бойових дій. Зосереджуючись на фізичних та психологічних аспектах, ми вивчимо важливість систематичних фізичних вправ для покращення фізичної форми, психічного стану та загального благополуччя цієї цільової групи.

Далі нами будуть детально розглянуті ключові принципи та методи використання фізичних вправ у реабілітаційних програмах, націлені на підтримку людей, які пережили важкі бойові дії та евакуацію. До засобів фізичної реабілітації відносять всі форми ЛФК(лікувальної фізичної культури) - різноманітні фізичні вправи, елементи спорту, масаж, мануальну терапію. Фізіотерапію, природні та преформовані фізичні фактори, механотерапію, працетерапію, аутогенне тренування, м'язову релаксацію.

Покращення м'язової сили та гнучкості: Фізичні вправи, спрямовані на розтягування та зміцнення м'язів та суглобів, можуть допомогти відновити рухову активність після травм та обмежень. Ретельно розроблені програми тренувань можуть сприяти поступовому покращенню м'язової сили, а також гнучкості, що допоможе відновити природні рухи.

Відновлення кровообігу: Фізичні вправи сприяють покращенню кровообігу, що має важливе значення для процесів регенерації та одужання. Збільшення кровопостачання може сприяти швидшому загоєнню тканин та зменшити ризик утворення атрофії м'язів.

Зняття болю та набуття впевненості: Фізична активність може активувати виділення ендорфінів - природних анальгетиків організму, які допомагають зменшити відчуття болю та покращити загальний настрій. Відчуття власної фізичної діяльності та зростання м'язової сили може також позитивно вплинути на психологічний стан, допомігши відновити втрачену впевненість у себе.

Зменшення ризику ослаблення організму: Умиротворена та налагоджена фізична активність сприяє підтриманню оптимальної функціональної активності органів, а також зміцненню імунної системи. Це особливо важливо в умовах, коли організм може бути вразливим через психологічний стрес та навколишні негативні впливи.

Адаптація до звичних дій: Фізичні вправи можуть сприяти адаптації до повсякденних дій та рухів, які можуть бути ускладнені після травм або довготривалої іммобілізації. Вони допомагають відновити звичні функції та повернути до нормального ритму життя.

Отже, проведений аналіз впливу фізичних вправ у процесі реабілітації людей, які були евакуйовані із зони бойових дій показав, що фізичні вправи мають величезний вплив на відновлення фізичної функціональності осіб, які евакуйовані із зон бойових дій. Цей підхід може виявитися дієвим не лише для фізичного одужання, а й для загального покращення психологічного стану, збільшення впевненості у собі та адаптації до нових умов.

Список використаної літератури

1. Альошина А.І., Сологуб О. Сучасний погляд на застосування засобів фізичної реабілітації при вогнепальних ураженнях кісток гомілки. Молодіжний науковий вісник. Луцьк, 2019. С. 56-62.
2. Бачинська Н.В., Забіяко Ю.О. Актуальні питання та перспективні напрямки реабілітації осіб з бойовими пораненнями. Молодий вчений. 2018. № 3(1). С. 56-59.
3. Гайда І.М. Медико-соціальне обґрунтування удосконалення системи медичної реабілітації військовослужбовців на регіональному рівні: автореф. дис. канд. мед. наук: 14.02.03. Ужгород, 2018. С. 24.
4. Григус І.М., Нагорна О.Б. Основи фізичної терапії: навч. посіб. Рівне, 2022. С. 8-17.
6. Куртвелієва В.А., Копитіна Я.М. Вогнепальні поранення військовослужбовців як сучасна проблема фізичної терапії. Здоров'я людини в сучасному культурно-освітньому просторі. Суми, 2019. С. 39-42.
7. Логвиненко І.О., Нестерчук Н.Є. Фізична терапія військовослужбовців, учасників бойових дій, безпосередньо взявших участь в операції об'єднаних сил. Реабілітаційні та фізкультурно-рекреаційні аспекти розвитку людини. Рівне, 2021. С. 34-39.
8. Соколова О.М., Васюк Н.О., Радиш Я.Ф. Реабілітація військовослужбовців: термінологія, класифікація, принципи та особливості (до проблеми державного регулювання реабілітації особового складу Збройних Сил України). Інвестиції: практика та досвід. № 23. 2015. С. 148-155.

Kryzhanovska Sofiia

student of the 2st year of the second (master's) level of higher education

of the Faculty of Social and Humanities

The State institution "South Ukrainian National

Pedagogical University named after K. D. Ushynsky"

LINK OF SELF-PRESENTATION OF THE SPECIALITY ON THE INTERNET WITH THE REAL IDENTITY OF SPESIALITY

The problem of linking a person's self-presentation with the person's real identity is one of the most important problems in modern psychology. This is due to the fact that when interacting with the world around us and the Internet, a person faces the problem of self-presentation on the Internet, the perception of other users, and the specifics of communication on the Internet every day. As a rule, online self-presentation is the fulfillment of desires - strength and power, beauty, belonging to a certain group, social status, etc. Therefore, on the one hand, virtual self-presentation can reflect desires that are unsatisfied in real life, and on the other hand, it can be a direct consequence of real identity.

The problem of "self-presentation on the Internet" has been covered by A.A. Verbitsky, V.A. Pleshakov, I.G. Sidorova, and D. Solovyov.

Based on the relevance of the problem, we set the goal of revealing the peculiarities of self-presentation of a person on the Internet and in real life. Based on the purpose of the study, we defined the following tasks: to form an image of a personality on the Internet; to determine the specifics of self-presentation on the Internet among people of different groups and professions; to analyze the available scientific literature and to study the relationship between self-presentation on the Internet and in real life.

Internet communication and self-presentation is characterized by a special process of interpersonal perception. It does not contain any non-verbal information,

except for video communication. The emotional component of communication is difficult to convey and perceive on the Internet without a paralinguistic component [1].

The Internet evaluates the real social status of users, and they have the opportunity to change it and choose the one that the person needs. Many eliminate serious cultural, age, and other barriers to social communication.

Non-verbal communication styles have lost their role in the online text communication space. Participants in communication can express their feelings with a smile or emoticon. The physical absence of the user in the act of communication contributes to the fact that feelings are not only expressed, but also hidden or modeled.

Thus, in the presence of the physical absence of communication partners, a number of barriers related to the characteristics of a person's appearance (e.g., gender, age, social status, external attractiveness or unattractiveness) have lost their significance online [2].

Most researchers and scholars note that the Internet, as a completely different social reality, is beginning to provide a unique opportunity: to change identity through the user's self-presentational behavior. Self-presentation is understood here as a behavioral expression of the emotional and cognitive elements of the self-concept, and identity as a synonym for the self-concept or its central construct. The reasons for identity change include compensation (the user is not satisfied with certain aspects of reality), self-actualization (the user cannot express all aspects of the multifaceted "I" in real communication), gaining new experience and creating a chosen image of the "I" [3].

Based on the overall goal of our work, we have selected a set of psychodiagnostic techniques that will help us in our empirical study. We used the Personal Identity Research Inventory (PIRI) (D.B. Schneider) and the Self-Presentation Tactics Measurement Scale (S. Lee, B. Quigley).

The study involved 25 respondents, including women and men aged 18 to 50 with different social status and different life circumstances.

According to the data of the Personal Identity Study (PIS) (D.B. Schneider), on average, respondents are most likely to have a type of personal identity called "diffuse

identity" or, as it is also called, "blurred or vague identity." Diffuse identity (diffusion of self-identity, instability of the self-image, poorly differentiated self-concept) is a lack of identity integration manifested in the fact that a person has tangible contradictions in the perception of himself/herself, combined with a poor and flat perception of others; it is defined as a lack of authenticity, integrity of one's life story, lack of orderliness and coherence of the inner world (difficulties and gaps in describing one's own personality). Difficulties in adapting to these people are evident in the presence of uncertainty and freedom of choice, which means that the subject has a certain degree of autonomy and responsibility for what happens to him or her. This is typical for people with a "fragile" extreme personal organization, who often lose their temporal perspective (constant orientation in the time coordinates of their own life, numerous memories), have a reduced tolerance for ambivalence, and are unable to cope with separation.

According to the results of the second methodology "Self-Presentation Tactics Measurement Scale" (S. Lee, B. Quigley), the three most common self-presentation tactics among respondents were identified: "desire to be liked", "obstacle to oneself" and "denial" (all three scales are found in almost every second respondent), which indicates a low level of self-esteem. And when meeting for the first time or presenting themselves, most respondents find it difficult to find good qualities in their personality and obstruct themselves, but at the same time try to please the interlocutor.

It has been determined that most people who have self-presentation tactics of wanting to be liked, obstructing themselves, and denying themselves have a manifestation of a diffuse identity.

Thus, a person's self-presentation can be seen as a means of managing the impression that a person makes on others in the course of interaction. However, it is very important to do this consciously and with all the consequences in mind, because the first impression can be made only once. It is on the Internet that individuals have the opportunity to experiment with their image and change it at will, because in case of problems, they can simply delete a page, post, comment or log out of the network.

List of references:

1. Skulatova O.V. (2016) Vykorystannya danykh, otrymanykh z Internetu, dlya psykholohichnoho analizu osobystosti [The use of data from the Internet for psychological analysis of the personality] Scientific Bulletin of the Kherson State University, Series "Psychological Sciences". Kherson, Issue 1, Vol. 2, 106-111. [in Ukrainian].
2. Verbitsky A.A. (2015) Problemy obrazovaniya «tsifrovogo pokoleniya» [Problems of education of the "digital generation"]. Scientific works of the participants of the IV International scientific-practical conference: *Psychological and pedagogical support of the educational process: problems, prospects, technologies*. 26-33. [in Russian].
3. Soloviev D. (2012) Potrebnosti i povedeniye lyudey v sotsial'nykh setyakh. Teoriya «laykov». [The needs and behavior of people in social networks. The theory of "likes"] Lecture was delivered to students of British Higher School of Design. [in Russian].

Лазор К.П.

кандидат політичних наук, доцент

доцент кафедри психології,

Національний університет «Одеська юридична академія»

МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЯК ОСНОВА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ

Тема ментального здоров'я як основи психологічного благополуччя особистості є особливо актуальною в сучасному світі внаслідок повсякденних викликів, які впливають на наш психічний стан. Зростаючий тиск суспільства, високий рівень вимог у різних сферах життя, а також збільшення кількості стресових ситуацій — усе це спричиняє додаткове навантаження на нашу психічну стійкість.

Зміни в суспільстві, такі як швидкі технологічні зрушення, соціальні зміни та глобальні кризи, також можуть викликати відчуття нестабільності, що впливає на наше ментальне здоров'я. Підвищений рівень інформаційного навантаження та надмірні вимоги до певних стресових дій можуть призводити до використання адаптаційних стратегій, які, своєю чергою, впливають на наше психічне здоров'я.

Ці фактори роблять тему ментального здоров'я дуже актуальною. Зростаючий інтерес до питань психологічної стійкості доводить, що люди все більше усвідомлюють важливість збереження та покращення свого психічного стану.

Звідси, в умовах сучасного світу, де немає однозначної стійкості та постійних змін, розуміння важливості догляду за ментальним здоров'ям стає необхідністю. Дбайливе ставлення до своєї психіки, пошук позитивних стратегій управління стресом та звернення в разі потреби за підтримкою може суттєво покращити якість життя та забезпечити внутрішню гармонію.

Сучасна проблематика полягає в тому, що багато людей не приділяють достатньо уваги своєму ментальному здоров'ю, і це може мати серйозні негативні наслідки для їхнього самопочуття та якості життя загалом.

Зменшена увага до ментального здоров'я може призвести до розвитку різноманітних психологічних проблем. Депресія та тривожність виникають як результат нездатності ефективно впоратися із життєвими труднощами та стресами. Постійний стрес та невміння відновлювати психологічний баланс можуть призвести до вигорання, коли енергія та мотивація досягнення цілі повністю виснажуються.

Недостатня увага до ментального здоров'я також може впливати на взаємовідносини. Люди, які занадто захоплені своєю роботою або щоденними клопотами, часто втрачають зв'язок із собою та своїми емоціями. Це може призводити до нездатності емоційно підтримувати близьких, що своєю чергою може призвести до зниження якості взаємодії та зростання конфліктів.

Отже, недостатня увага до ментального здоров'я може мати глибокі наслідки як для індивіда, так і для його оточення. Розв'язання цієї проблеми передбачає не лише зосередження на власних потребах та емоційному стані, а й розуміння важливості психологічної гармонії для досягнення внутрішньої та зовнішньої рівноваги.

Одним із ключових кроків у розв'язанні цієї проблеми є підвищення рівня свідомості суспільства щодо важливості збереження ментального здоров'я. Цього можна досягти шляхом популяризації знань про психічне благополуччя, проведення інформаційних кампаній та освітніх заходів.

Розуміння власних емоцій є важливою частиною збереження психологічного благополуччя. Розвиток емоційної грамотності та навичок саморегуляції може допомогти людям більш ефективно впоратися зі стресом та негативними емоціями.

Пошук методів релаксації та використання позитивних стратегій впливу на власний стан є ще одним важливим аспектом. Медитація, йога, спорт, творчість

— всі ці засоби допомагають зняти напругу, зосередитися та зберегти емоційну рівновагу.

Підтримка та розуміння з боку оточення допомагають зменшити відчуття самотності та ізоляції. Важливо, щоб люди відчували, що вони можуть відкрито поділитися своїми почуттями й думками та не боятися, що їх не зрозуміють. Це сприяє формуванню середовища, де можна отримати пораду та допомогу в разі потреби.

Популяризація психологічної освіти є ще одним важливим аспектом у розв'язанні цієї проблеми. Набуття знань про психічне здоров'я та усвідомлення симптомів можуть допомогти людям вчасно помітити психологічні труднощі та швидше звернутися за допомогою до фахівців.

Доступ до консультування та терапії є необхідним для тих, хто зіштовхнувся зі складнощами психічного стану. Професійні психологи та психотерапевти можуть надати необхідну підтримку, навчити ефективних стратегій управління емоціями та допомогти повернути гармонію в життя. Взагалі розв'язанням цієї проблеми є комплексний підхід, що включає підвищення свідомості, створення сприятливого середовища, популяризацію освіти та доступ до професійної допомоги. Тільки з таким підходом можна досягти покращення ментального здоров'я і психологічного благополуччя особистості.

Зміцнення психічного здоров'я — важлива складова щасливого та успішного життя. Це набуває особливого значення в умовах сучасного світу, де різноманітні виклики та зміни вимагають від нас адаптації та внутрішньої стійкості. Усі зусилля, спрямовані на зміцнення ментального здоров'я, варто розглядати як важливу інвестицію у своє майбутнє.

Ларіонов С. О.,

*кандидат психологічних наук, доцент,
начальник кафедри психології та педагогіки,
Національна академія Національної гвардії України*

Онищук К. І.,

офіцер служби психологічного забезпечення в\ч 3044 НГУ

ЧИННИКИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРЯННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НГУ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

У мирний час для фахівців сектору безпеки і оборони звичними були проблеми, пов'язані з нестачею фінансування, ресурсів, матеріально-технічного забезпечення, інших важливих факторів праці. На тлі високого рівня відповідальності службової діяльності це призводило до переживання невідповідності між їх очікуваннями і реальністю, сприяло демотивації, виснаженню, розвитку синдрому емоційного і професійного вигорання. У воєнний час перелік чинників емоційного і професійного вигорання персоналу сектору безпеки і оборони ймовірно змінився, у зв'язку з ризиком для життя, постійним перевантаженням та високою кількістю нелетальних стресогенних факторів. Крім того, військова служба може вимагати від військовослужбовців діяти в умовах великої нестабільності та невизначеності.

В дослідженні взяли участь 112 військовослужбовців НГУ військової служби за контрактом з вислугою років від 2 до 21 року, віком від 21-43 роки, чоловіки (51,5%) і жінки (48,5%). У всіх опитуваних є військова служба в умовах підвищеного стресу в час повномасштабної військової агресії. Натомість види діяльності суттєво відрізняються і залежать від специфіки підрозділу, в якому військовослужбовець проходить службу.

За результатами проведення методики «Діагностика професійного вигорання» К. Маслач, С. Джексон в адаптації Н. Є. Водоп'янової було

встановлено, що на високому рівні професійного вигорання знаходиться 29,4% респондентів; 55,9 %, мають стадію середній ступінь професійного вигорання та 14,7%, військовослужбовців мають низький рівень професійного вигорання.

Узагальнена характеристика діяльності кожної категорії дозволяє зазначити такі особливості:

1. Військовослужбовці військової служби за контрактом, які проходять службу в управлінні військової частини (в опитуванні приймали участь переважно жінки військовослужбовці) в своїй повсякденній діяльності стикаються з необхідністю ведення паперової документації, монотонним характером роботи, шаблонністю, складними взаємовідносинами в колективі. З моменту повномасштабного вторгнення на територію держави дана категорія військовослужбовців зазнала впливу таких потужних стресорів як безпосередня загроза життю та здоров'ю, тривога за дітей та близьких, в окремих випадках (жінки з маленькими дітьми) - необхідність евакуації. Психологічне навантаження через різку зміну умов служби мало значний вплив на рівень емоційного вигорання.

2. Діяльність військовослужбовців військової служби за контрактом, які проходять службу в управлінні підрозділів характеризується високим рівнем відповідальності за підлеглий особовий склад, необхідністю ведення службової документації, звітністю перед вищим командуванням. В своїй роботі дана категорія постійно стикається з надмірною нервово-психічною напругою, яка значно посилюється у військовий час. Підрозділи, що виконують службово-бойові завдання психологічно готуються до ймовірної загрози життю та здоров'ю завдяки постійним тренуванням.

3. Військовослужбовці військової служби за контрактом, які проходять службу у підрозділах відрізняються відсутністю відповідальності за особовий склад на відміну від попередньої категорії, але, в свою чергу, мають встановлене коло обов'язків, необхідних для успішного виконання службово-бойових завдань. З моменту повномасштабного вторгнення на територію держави завдання даної категорії зазнали значного корегування в умовах швидкої зміни

обстановки. Ступінь адаптації до цих нових умов служби значною мірою залежить від індивідуальних особливостей особистості військовослужбовця.

4. Умови діяльності військовослужбовців підрозділів забезпечення за темпом та характером виконання завдань мають спільні риси з першою наведеною категорією. Процес виконання визначених завдань у мирний час зазнав значних змін під час початку військового стану, що не могло не вплинути на морально-психологічний стан особового складу.

Військова служба є однією з найвибагливіших та стресових професій, особливо для військовослужбовців контрактної служби. Вони часто стикаються з фізичними, емоційними та психологічними викликами, які можуть призвести до різних негативних наслідків, включаючи професійне вигоряння. Крім специфіки діяльності на цей процес також впливають вік, стать особи, вислуга років. Аналіз анонімного опитування щодо факторів, які негативно впливають на психологічний стан дозволяють виокремити наступні чинники емоційного вигоряння:

1. Наднормовий режим перебування на службі (73,5%).
2. Великий обсяг навантаження під час виконання служби (70,6%).
3. Безпосередня загроза життю та здоров'ю (52,9%).
4. Великий обсяг службової документації (32,4%).
5. Невідповідність реальності очікуванням щодо забезпечення умов проходження служби (29,4%).
6. Негативний вплив інформації з соціальних мереж (26,5%).
7. Незадовільне відношення старших начальників до підлеглих (неповага, нетактовність) (23,5%).
8. Нехтування особистими проблемами військовослужбовців (станом здоров'я їх та їх рідних, морально-психологічним станом) (23,5%).
9. Неповага з боку співслужбовців (23,5%).
10. Відсутність можливостей для самовдосконалення і кар'єрного росту (20,6%).
11. Відсутність заохочень від командирів (начальників) (20,6%).

12. Професійна некомпетентність старших командирів (начальників) (14,7%).

Серед інших причин зазначені відсутність чіткого графіку несення служби у добових нарядах, або несправедливе нехтування ними, ненадання вихідних днів, недостатній час на відпочинок тощо.

Під час аналізу зазначених факторів необхідно враховувати наступні чинники, пов'язані з особливостями виконання службово-бойових завдань під час воєнного стану:

- з моменту розгортання повномасштабного вторгнення на територію держави військовослужбовці переважно цілодобово знаходяться на виконанні бойового завдання без можливості звільнень та вихідних днів, що унеможлиблює вирішення багатьох особистих питань;

- безперервне бойове чергування кардинально збільшує обсяг службового навантаження;

- характер значної частини звернень підлеглих до командирів, що залишилися без відповідей, свідчить про нерозуміння особовим складом ситуації бойової обстановки;

- усі зазначені категорії військовослужбовців піддалися впливу значних стресових навантажень, що не мали аналогів у мирний час, що значною мірою вплинуло на оцінку дійсності.

Таким чином, можемо припустити, що фактори, які зумовлюють формування професійного вигорання під час воєнного стану значно більше впливають на психічний стан людини і призводять до більш тяжких наслідків ніж у мирний час.

Лебедєва С.Ю.,

*кандидат психологічних наук,
доцент, старший науковий
співробітник, психолог,
ГО Український центр
психологічної допомоги та
підтримки «Незламний Харків»*

Христенко В.Є.

*кандидат психологічних наук,
доцент, психолог,
ГО Український центр
психологічної допомоги та
підтримки «Незламний Харків»*

ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ МЕШКАНЦЯМ ДЕОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ

Як відомо, з початку російської агресії проти України деякі населені пункти були окуповані російською армією. З початку вторгнення Росія окупувала майже третину території Харківщини. Обласний центр Харків не був захоплений російськими військами, але інші міста, зокрема Ізюм, Вовчанськ, Чугуїв, Куп'янськ та Балаклія, були захоплені російськими військами. Багато сіл та селищ міського типу також потрапили під окупацію.

У вересні 2022 року після деокупації багато мешканців, які пережили окупацію, потребують психологічної допомоги. Адже дехто пройшов через російські катівні, дехто залишився без житла внаслідок його руйнації, дехто втратив своїх рідних і членів сімей, а дехто просто пережив дуже сильний шок від перебування на українській території ворожих солдатів. Надання саме

психологічної допомоги таким людям психологи ГО Український центр психологічної допомоги та підтримки «Незламний Харків» поставили для себе першочергове завдання. Ця допомога здійснюється за двома напрямками. Це психологічна робота з мешканцями деокупованих територій, які виїхали до міста Харкова і перебувають в ньому. Другий напрямок – психологічна робота з тими, хто залишився у своїх оселях на деокупованих територіях.

Під час виїздів в деокуповані населені пункти ми, як психологи, зіткнулися з деякими проблемами. Основні психічні стани мешканців можна охарактеризувати як: розгубленість; постійне відчуття безпорадності; страх повторення трагедії; нерозуміння того, як жити далі; неможливість планування свого життя на декілька днів наперед, ненормальний сон. Майже всі мешканці деокупованих населених пунктів потребували і потребують стабілізації свого психічного стану.

Якщо робота йде на щойно деокупованій території, то треба враховувати деякі особливості.

1. Після деокупації влада встановлює сигнали повітряної тривоги. Це для людей, які були під впливом російської системи підтримання порядку, не звично, адже окупанти не переймаються сповіщенням людей про небезпеку. І перші сигнали повітряної тривоги викликають у людей нерозуміння що робити, я лякають. Тому треба пояснювати навіщо взагалі ці сигнали.

2. Люди в окупації пережили іноді повну інформаційну ізоляцію. Вони не знають що відбувається в Києві, де знаходиться президент, і де знаходяться окупанти і українські війська. Тому рекомендується давати інформацію частково, порціями, не все одразу. Наприклад, в деокупованій Балаклії здивувалися тому, що Харків не здали, Київ живе майже нормальним життям, а президент не втік з України.

3. Дехто з представників влади і волонтерів одразу після деокупації чекають, що всі одразу почнуть розмовляти українською. Але, по-перше, велика частина мешканців Харківської області російськомовні. І по-друге, люди були під окупацією, і окупанти змушували всіх спілкуватися тільки російською. Тому

не треба одразу змушувати мешканців деокупованих територій розмовляти українською.

Наш досвід роботи в деокупованих територіях свідчить про те, що психологи мають знати окрім психології ще дещо. Перш за все, це все, що пов'язано з мінною безпекою. Адже в цій місцевості відбувалися досить інтенсивні бої, дуже багато снарядів, мін тощо, які під час боїв не розірвалися. І дуже багато всього замінованого. Це може бути будь-що на подвір'ї, міні-пастки, заміновані місця зберігання зброї тощо. Ліс і лісопосадки, висока трава теж є дуже небезпечними місцями. Під час роботи психолога це треба враховувати.

Психолог обов'язково повинен мати при собі хоча б один турнікет і мати підготовку з тактичної медицини. В ідеалі треба мати тактичну аптечку, якою треба вміти користуватися. Адже дуже часто російські війська продовжують обстрілювати деокуповані території і населені пункти, які знаходяться на відстані не більше 10 кілометрів від кордону з росією. Проте під час виїзду в деокуповані населені пункти психолог має чітко усвідомлювати що відбувається на найближчій ділянці фронту, біля якої зараз відбувається психологічна робота. Може статися ситуація прориву ворожими військами саме на цьому напрямку.

При роботі в конкретному помешканні селищної ради тощо психолог має знати куди бігти якщо почнеться обстріл (напряму руху і конкретне сховище). Також дуже бажано психологу мати засоби захисту (бронежилет, каска). Весь досвід такої психологічної роботи свідчить про те, що наразі дуже мало в Україні психологів, які мають на своєму «озброєнні» достатньо методів надання психологічної допомоги людям, які знаходяться на межі миру на війні. Психологічна допомога, зазвичай, проводиться вже після закінчення ситуації, яка стала для людини травматичною. Але в Україні війна продовжується. Дуже часто буває так: обстріли припинилися, люди отримали психологічну допомогу, а після цього обстріли знову почалися.

Наразі дуже необхідні наукові дослідження у галузі психологічної допомоги мешканцям деокупованих територій. Це є критично важливими для

розуміння та підтримки людей, які потерпіли від війни. Напрямки досліджень включають розуміння психологічних наслідків, розвиток методів психологічної підтримки, а також вивчення соціокультурних аспектів та факторів, які сприяють резильєнтності людини.

ДЕЯКІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ СПОРТСМЕНІВ У КОМАНДНИХ ВИДАХ СПОРТУ

Спортивне психологічне консультування, метою якого є особистісний розвиток спортсмена, сьогодні має важливе значення, що підтверджується сучасними дослідженнями вітчизняних та зарубіжних вчених та їх результатами.

Спортивне психологічне консультування спрямоване на формування спортивної спрямованості особистості, збереження фізичного, психологічного та соціального здоров'я, профілактику втоми та професійного вигорання, забезпечення ефективної психологічної самореалізації та досягнення цілей у спортивній діяльності тощо.

Загальні теоретичні та певні практичні питання щодо реалізації сучасних технологій психологічного консультування особистісного розвитку спортсменів наведено у нашому сумісному дослідженні [1], у межах якого розглянуто основні завдання спортивно-психологічного консультування з питань розвитку особистості, уточнено особистісні критерії сформованості психологічної готовності спортсмена до професійної діяльності в контексті особистісно-орієнтованого підходу до спортивно-психологічного консультування.

За його результатами на методичному та прикладному рівні доведено, що у спортивно-психологічному консультуванні проблема розвитку особистості спортсмена нерозривно пов'язана з його індивідуальним спортивним стилем.

Слід зазначити, що сьогодні в Україні спортивне психологічне консультування починає набувати актуальності не тільки в індивідуальних видах спорту, а і в командних видах, у яких до цього часу психологічний супровід спортсменів не був одним із основних напрямків психологічної допомоги та підтримки з боку спортивних психологів.

Професійний психологічний супровід у вітчизняному спорті присутній у найбільш популярних видах спорту, а саме у футболі та баскетболі серед командних видів спорту та у тенісі, біатлоні, плаванні, різних видах легкої атлетики серед індивідуальних видів спорту.

У продовження вищезгаданого дослідження нами було зроблено спробу розглянути особливості консультативної діяльності у системі психологічного супроводу спортсменів командних видів спорту, а саме професійних спортсменів-волейболістів.

Результати нашого дослідження підтвердили попередні висновки, які свідчать про те, що спортсмени, які займаються індивідуальними видами спорту, частіше мають позитивне ставлення до спортивної психології порівняно зі спортсменами, які змагаються в командних видах спорту [1]. Це збігається із результатами дослідження Rooney D., Jackson R., Heron N. [2].

Однак, ми побачили певні особливості відношення спортсменів-волейболістів до різних видів психологічної допомоги, яка пов'язана зі спортивною та особистісною зрілістю спортсмена.

Аналіз відмінностей у відношенні професійних спортсменів-волейболістів до практики професійного консультування залежно від віку та рівня спортивної кваліфікації показав, що молоді спортсмени, які ще не набули достатнього спортивного та життєвого досвіду, проявляють більшу відкритість та довіру до консультацій спортивного психолога. Досвідчені та кваліфіковані спортсмени навпаки проявляють нижчу відкритість і довіру.

Це пояснюється відсутністю відповідних традицій у вітчизняному волейболі та покладання на тренера усіх функцій щодо соціально-психологічного супроводу спортсменів та команд.

Зазначене вище збігається із висновками дослідження Martin S., Lavallee D., Kellman M., Page S. щодо відмінностей у ставленні спортсменів до спортивної психології, які можуть залежати від статі, національності, традицій та виду спорту [3].

За результатами нашого дослідження можна зробити наступні висновки:

- участь спортсменів-волейболістів в командному виді спорту впливає на їхнє ставлення до консультацій зі спортивної психології та бажання консультиватися зі спортивним психологом;

- встановлені певні відмінності у відношенні професійних спортсменів-волейболістів до практики професійного консулювання залежно від віку, рівня спортивної кваліфікації та традицій виду спорту;

- спортивні психологи у практичній діяльності мають бути уважними до того, як особистісні характеристики, минулий досвід, кваліфікація спортсменів впливають на очікування та ставлення спортсменів до консультацій зі спортивної психології;

- результати дослідження можуть виявитися цінними для практиків прикладної спортивної психології та спрямовані на те, щоб допомогти їм краще зрозуміти спортсменів, яким вони пропонують свої послуги.

Разом з тим, все зазначене вище вимагає не тільки удосконалення роботи спортивних психологів у спортивних командах, а і запровадження професійного багатоступеневого психологічного супроводу спортсменів та спортивних команд на усіх стадіях їх професійного розвитку.

Список використаної літератури

1. Tomich L., Levchenko A., Girchenko O., Sikorska L., Nazarov O., Pereylygina L. Psychological Counseling as a Means of Developing the Athlete's Personality. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience. 2023. № 14 (1). P. 647-661. <https://doi.org/10.18662/brain/14.1/439/>

2. Rooney D., Jackson R., Heron N. Differences in the attitudes to sport psychology consulting between individual and team sport athletes. BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation. 2021. №13. Article №46. <https://doi.org/10.1186/s13102-021-00271-7>

3. Martin S., Lavallee D., Kellman M., Page S. Attitudes toward sport psychology consulting of adult athletes from the United States, United Kingdom, and Germany. International Journal of Sport and Exercise Psychology. Published online: 28.02.2011. P. 146-160. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2004.9671738>

Лефтеров В.О.

*доктор психологічних наук, професор,
перший проректор, Міжнародний гуманітарний університет*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ЦИФРОВОГО СЕРЕДОВИЩА НА ОСОБИСТІСТЬ

Інтернет та цифрові технології широко використовуються в світі, і за останні роки вони стали всеосяжними, проникаючи в багато аспектів повсякденної діяльності та життя людей. Сьогодні цифровий простір використовують для пошуку інформації, отримання новин, освіти, виробництва і фінансових операцій, купівлі продуктів і речей, спілкування, ігор, урядової та громадської діяльності тощо.

З тих пір, як цифрові технології почали набирати популярність, стало цікаво зрозуміти, як вони будуть впливати на людину. Особливо в останнє десятиліття інформаційне суспільство, яке не спинно розвивається, відкрило для себе потенціал цифрових віртуальних технологій, що призвело до появи нового виду *homo virtualis* або «людини цифрової». Сьогодні значна частина державних та соціальних процесів віртуалізовані. Швидкість поширення інформаційних потоків призводить до ситуації тотальної цифровізації сучасного життя.

Загалом цифрове середовище означає всі цифрові електронні засоби, які використовують сучасні люди, це комп'ютери й Інтернет, смартфони та планшети, комп'ютерні ігри й соціальні мережі тощо. Цифрове середовище також включає у себе веб-сайти (веб-сторінки), електронні документи, файли, в тому числі оцифровані об'єкти інтелектуальної власності, які використовуються на відповідних пристроях, що не передбачають паперової форми документообігу (комп'ютери, ноутбуки, планшети, телефони, інші види так званих «гаджетів»).

На необхідності цифровізації сучасного життя акцентовано в низці нормативно-правових документів України. У проекті Концепції Цифрової адженди України – 2020 зазначено, що цифровізація має стати об'єктом

фокусного та комплексного державного управління [1]. Актуалізуються питання розвитку електронного навчання і формування цифрової компетентності учасників освітнього процесу [2]. У разі реалізації цільового (форсованого) сценарію можливий перехід української економіки до цифрової вже за 3–5 років [3]. В зв'язку з наведеним, необхідним і злободеним є психологічне вивчення тотального впливу цифрового середовища на особистість людини, її поведінку і діяльність.

Наукові результати діяльності вчених показують, що в умовах тривалого інформаційного впливу, який перевищує допустиму для конкретної людини межу, розвивається інформаційне перенавантаження, що може призвести до стомлення нервових центрів, позамежного гальмування нервової системи, ортодоксальних реакцій на подразники. У цьому випадку спостерігається послаблення опірності організму, порушення нормальних фізіологічних функцій, зниження працездатності, виникнення почуття безпорадності та сугестивності.

Для вивчення психологічних особливостей впливу цифрового середовища на особистість нами було проведено емпіричне дослідження з використанням психодіагностичних методик «16 факторний особистісний опитувальник Р. Кеттелла (16 PF)», «Діагностика міжособистісних відносин (ДМВ) Т. Лірі», «Шкала самооцінки Ч. Спілбергера – Ю. Ханіна», «Діагностика самооцінки психічних станів (за Г. Айзенком)». Вибірка дослідження формувалась випадковим чином, її склали 112 осіб у віці 20-60 років, з них 65 жінок та 47 чоловіків. Рівень використання цифрових технологій досліджуваних вивчався за рахунок анкетування, в якому також аналізувалась їх обізнаність в аспекті використання цифрових технологій, уявлень про чинники, які впливають на людину внаслідок надмірного використання гаджетів, мобільних телефонів, комп'ютерів тощо.

За результатами емпіричного дослідження визначені основні психологічні особливості впливу цифрового середовища на особистість. Так, встановлено, що пасивні користувачі цифрових технологій володіють більш розвиненими

комунікативними здібностями, вони легше встановлюють контакт з оточуючими, вміють вирішувати конфліктні ситуації, виявляються більш дипломатичними, гнучкими, що позитивно може позначатися на результатах їх діяльності і життя в цілому. У пасивних користувачів виявляється більша схильність до співробітництва і кооперації, рівень довіри, теплоти й дружелюбності у ставленні до оточуючих. Також стиль міжособистісного спілкування пасивних користувачів цифрових технологій характеризується ентузіазмом і більшою сприйнятливістю до емоційного настрою групи, бажанням знайти спільність із навколишніми і формувати дружелюбні стосунки з ними. Їм більш притаманні реалістичність бази суджень і вчинків, практичність і більша задоволеність своєю позицією у групі.

Натомість особам, які увійшли до групи «надмірних користувачів», властиві замкнутість, труднощі у встановленні контактів з оточуючими. В стилях міжособистісного спілкування вони більш схильні до вразливості, недовірливості, підозрливості, критицизму, замкнутості, ригідності установок, у спілкуванні можуть проявляти зайву прямолінійність. Виявлено, що надмірні користувачі цифрових технологій мають більш високі показники за рівнем інтелекту, у них розвинені кмітливість, абстрактність мислення, високі загальні розумові здібності. Вони здатні швидко схоплювати думки, інтелектуально пристосовуватися. Разом із тим, надмірні користувачі менш схильні дотримуватися інструкцій, планів, моральних стандартів і правил. Вони володіють помірно розвиненою нормативністю, можуть допускати відхилення від планів, проте іноді це може проявлятися як гнучкість і здатність швидко переключатись, сприймати і засвоювати щось нове.

Встановлено, що на ступінь психологічної схильності до надмірного користування цифровими технологіями значно впливають емоційно-вольові якості досліджуваних. Аналіз результатів діагностики показує, що у досліджуваних з групи «пасивних користувачів» цифрових технологій рівень тривожності нижче, ніж у групі «надмірних користувачів», вони виявляються більш працездатними в емоційно напружених ситуаціях, виявляють емоційну

стійкість.

Результати дослідження засвідчили, що за такими ознаками як стать, сімейний стан, професійна галузь (посада, статус) та стаж, достовірних відмінностей не виявлено. Проте встановлена залежність впливу віку та освіти на рівень використання цифрових технологій. Чим більший вік людей, тим менша активність використання ними цифрових технологій і відповідно чим вище рівень освіти, тим більша активність використання різноманітних цифрових гаджетів, комп'ютерів, соціальних мереж тощо. Крім цього, досліджуваним віком від 18 до 30 років в групі «надмірних користувачів» достовірно, на рівні $p \leq 0,01$, притаманні більш високі показники за шкалами тривожності, ригідності, агресивності та фрустрації.

Отже, за підсумками дослідження встановлено, що цифрове середовище впливає на психіку особистості, зокрема може негативно позначатися на комунікативній та емоційній сферах. Профілактика негативного впливу цифрового середовища на особистість має здійснюватися як комплексний процес розвитку психологічних характеристик особистості, що забезпечують її стійкість деформаційним цифровим впливам, запобігають цифровій залежності, виробляють стратегії високофункціональної поведінки, навички досягнення особистісних цілей у реальному житті та розширення сфер діяльності, альтернативних цифровій поведінці.

Список використаної літератури

1. Цифрова адженда України – 2020. URL: <https://ucci.org.ua/uploads/files/58e78ee3c3922.pdf>
2. Про затвердження Положення про Національну освітню електронну платформу: наказ № 523 від 22 травня 2018 р. / Міністерство освіти і науки України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0702-18#Text>
3. Україна 2030E – країна з розвинутою цифровою економікою/ URL: <https://hvylya.net/analytics/economics/ukraina-2030e-kraina-z-rozvinutoju-cifrovoju-ekonomikoj.html>

Лефтерова Є.Л.

*викладач ВСП «Одеський фаховий коледж комп'ютерних технологій
Одеського державного екологічного університету»*

Долінська Л.В.

*кандидат педагогічних наук, доцент
завідувач навчально-методичної лабораторії
ВСП «Одеський фаховий коледж комп'ютерних технологій
Одеського державного екологічного університету»*

Гуцол В.В.

*лікар загальної практики - сімейний лікар
Комунального некомерційного підприємства
«Центр первинної медико-санітарної допомоги №18, м. Одеса*

ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ КРИЗОВОГО УПРАВЛІННЯ МЕДИЧНИМИ ЗАКЛАДАМИ

Питання ефективності управлінської діяльності в медичних установах в Україні особливо актуалізуються останнім часом, в зв'язку з низкою криз, зокрема, епідемією на COVID-19, військовим станом тощо. Зазначені кризи є дійсними викликами не тільки національним і міжнародним системам та органам в галузі охорони здоров'я, але й управлінським структурам регіонального, державного та транснаціонального рівня. В умовах пандемії, війни та інших криз значно збільшується професійне, фізичне та морально-психологічне навантаження на медичних працівників, взагалі на медичні установи. Більшість керівників медичних установ опиняються у незвичній для них ситуації, опановуючи і реалізуючи управлінські засоби, методи і функції кризового менеджменту.

Психологічні засади кризового управління в особливих умовах діяльності

досить широко і змістовно досліджені в екстремальній та кризовій психології, особливо в діяльності правоохоронних органів, військових формувань, служб спасіння тощо. Проте, психологічні закономірності і феномени ефективної управлінської діяльності в медичній галузі, психологічні особливості діяльності керівника медичної установи в умовах пандемії чи військового стану вивчені недостатньо, що зумовило актуальність теми роботи.

Сучасні дослідження психологічних особливостей управлінської діяльності охоплюють широкий спектр науково-практичних питань, серед яких: психологічна природа і детермінанти лідерства і керівництва; психологія поведінки керівника; соціально-психологічні закономірності формування груп в системі управління; психологічні особливості вироблення і прийняття управлінських рішень; оцінка психолого-управлінської компетентності й ефективності керівників; психологія організаційно-управлінських конфліктів; адаптація керівника і персоналу організації; психолого-управлінське консультування тощо.

Огляд американських підходів до психології управління, виявив, що ставлення до об'єкта управління носить переважно виразний маніпулятивістський характер, що зумовлено, переважно, неопозитивістською орієнтацією психологів [1; 2]. Особливості методів управління, що практикуються в американській організаційній психології полягають в їх великій кількості і різноманітності з точки зору «адресації» до конкретних психологічних механізмів, орієнтованості на індивіда, а також приналежності групі методів оперативного управління, що апелює до «психологічного потенціалу» (навички, вміння, установки та ін.) об'єкта управління [1].

Для західноєвропейської психології характерно «прагнення розвивати теорію», чим і визначається переважний розгляд проблеми психологічного управління в контексті осмислення, головним чином, теоретичних і методологічних питань, пов'язаних з прагненням «побудувати теорію практичного застосування соціальної психології в цьому дослідженні» [3].

Аналізуючі сучасні проблеми управлінської діяльності в галузі медицини,

Д. Маунтфорд і К. Уебб зазначають про те, що якість медичного обслуговування у всьому світі зростала протягом багатьох років, але зараз необхідні подальші перетворення і для цього потрібні лідери, які направлять цей процес - і багато в чому керівну роль повинні взяти на себе лікарі та інші медичні працівники, незалежно від того, займають вони управлінську посаду чи ні [4]. І дійсно низка досліджень підтверджують тезу про те, що правильно організована участь лікарів в управлінні медичними установами сприяє поліпшенню результатів роботи цих організацій. Так, дослідження проведене McKinsey і Лондонською школою економіки, показало, що в лікарнях, де лікарі активно брали участь в управлінні, важливі показники ефективності були приблизно на 50% вище, ніж в інших лікарнях [5]. Згідно з результатами наукових досліджень в США та інших країнах світу, успішні медичні організації зазвичай приділяють велику увагу якості медичної допомоги та налагодженню тісних відносин між медичними та адміністративними працівниками, а також швидко переймають нові методи роботи [6].

Для вивчення соціально-психологічних особливостей керівництва медичними установами та особистісних якостей керівників медичних закладів нами було проведене емпіричного дослідження. Встановлено, що чинниками, які негативно впливають на керівництво медичними установами в умовах кризи є такі: низький рівень управлінської компетенції керівництва, недоліки матеріально-господарчого забезпечення діяльності медичних установ, прорахунки в плануванні та організації роботи медичної установи, порушення принципу колегіальності та справедливості під час розподілу обов'язків та винагород, недоліки кадрового підбору керівників.

Досліджувані лікарі та керівники медичних установ визначили, що найбільш психологічно складними під час керівництва або роботи в медичній установі в умовах кризи є: надмірне емоційне напруження та стрес; високий рівень відповідальності; недостатність управлінського досвіду та/або компетенції для роботи в кризових умовах; фізичні перевантаження; праця у позаробочий час, відсутність повноцінного відпочинку; робота в екстремальному режимі.

За результатами дослідження розроблено міні-профіль особистості

ефективного керівника медичної установи, який функціонує в умовах кризи. Основними якостями такого керівника визначені здатність володіти емоціями в кризових ситуаціях, вміння довести та відстояти власну точку зору на будь-якому рівні, тактовність, вміння поводитися з людьми з різним характером, різним соціальним статусом, швидка адаптація до нових умов життєдіяльності, висока особиста дисциплінованість, сміливість, схильність до розумного ризику щодо прийняття нестандартних рішень та втілення їх у життя, вміння мотивувати інших щодо ефективної професійної діяльності та інші.

Перспективними напрямками подальших науково-практичних пошуків є розробка практичних шляхів щодо підвищення ефективності керівництва медичною установою шляхом впровадження психологічного тренінгу антикризового управління в систему навчання та підвищення кваліфікації керівників медичних установ.

Список використаної літератури

1. Kotter, J. P. A force for change: how leadership differs from management. New. York: Free Press, 1990. – 291p.
2. Sigelman C. K., Shaffer D. R. Life-span human development 2nd ed Grove, California Brooks. Cole Publishing Company Pacific, 1989. 123 p
3. Карамушка Л. М. Психологія підготовки майбутніх менеджерів до управління змінами в організації : монографія / Л.М. Карамушка, М.В. Москальов. – К.-Львів : Сполом, 2011. – 216 с.
4. Маунтфорд Д., Узбб К. Врач-руководитель. *Вестник McKinsey. Теория и практика управления*, 2012. № 25. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://vestnikmckinsey.ru/healthcare-and-pharmaceuticals/vrach-rukovoditel>
5. Pedro J. Castro, Stephen J. Dorgan, Ben Richardson. A healthier health care system for the United Kingdom // *mckinseyquarterly.com*, February 2008.
- Lawrence Casalino et al. External incentives, information technology, and organized processes to improve health care quality for patients with chronic diseases // *Journal of the American Medical Association*. 2003. V. 289, No 4, p. 434-4.

Лісніченко Т.В.

магістр психології;

магістр якості, стандартизації та сертифікації;

провідний інженер

ДП «ДерждорНДІ»

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД НА ДЕРЖАВНОМУ ПІДПРИЄМСТВІ У СИСТЕМІ УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ

Психологічний супровід, як поняття, зустрічається здебільшого у сфері освітніх послуг для мотивації до навчання [1], у інших випадках психологічний супровід може бути застосовний для вирішення сімейних ситуацій, урегулювання конфліктів на роботі, соціально-психологічної допомоги під час перебування в стресовому стані, тривожності тощо [2]. Особливо це потрібно в умовах воєнного часу.

На державних підприємствах не завжди є можливість надання психологічної допомоги у зв'язку з тим, що не заплановано у штаті психолог. Тому вирішення питання щодо психологічного стану співробітників лягає на їх самих. Проведене опитування на одному з державних підприємств [3 с.135] показало, що емоційне виснаження, втома, стрес постають на перше місце за рейтингом, у тому, що не подобається в робочому процесі. У свою чергу ці показники тісно пов'язані з браком часу для виконання поставлених завдань.

Оцінювання психологічного стану в системі управління допомагає визначити ступінь підготовленості персоналу виконувати відповідну роботу. У пункті 7.1.2 [4, с.5] зазначено, що «організація повинна визначити працівників, необхідних для результативного запровадження своєї системи управління якістю, а також для функціонування та контролювання своїх процесів, та забезпечити їх наявність».

Для зниження емоційного виснаження, стресу та втоми необхідно звернути увагу на психологічні типи керівників та підлеглих. Психологічні типи створюють єдине ціле для виконання процесів в системі управління якістю. Розуміння сутності психотипів дозволяє краще зрозуміти конкретну людину, розгледіти її унікальну індивідуальність [5].

Психологічна сумісність керівника та підлеглого зменшує конфліктність у робочому процесі, що зменшує стресові ситуації, тривожність тощо. Характеристики та моделі психологічних типів, тести, таблиці та схеми наводяться в [5].

Психодіагностичні методики для дослідження психологічних особливостей особистості керівника та підлеглого запропоновані в [6], наведено методи, техніки для ефективної самоорганізації особистості у суспільстві, що постійно змінюється.

Під час надання психологічної допомоги (психологічного супроводу) необхідно враховувати, які саме психологічні процеси відбуваються: порушення когнітивної функції, порушення емоційного реагування, дезорганізація, втрата здатності контролювати свою поведінку, порушення адаптації до оточуючого світу, деморалізація. Надання першої психологічної допомоги під час всіх вищевизначених психологічних процесів та їх ознаки наведені у [7].

У системі управління якістю в пункті 7.1.4 [4] передбачено врахування психологічних чинників для визначення, забезпечення та підтримування середовища і функціонування процесів на підприємстві.

Психологічний супровід включає в себе не тільки низку методів для надання психологічної допомоги, але й участь у процесі супроводу конкретних спеціалістів.

Людина розглядається як особистість. Відповідно до [8] особистість «це людина, якій притаманна суспільна природа, носій самосвідомості (усвідомлення власного «Я» як окремого суб'єкта), суспільного досвіду, втіленого у понятійних знаннях, трудових пізнавальних комунікативних, ігрових уміннях і навичках, суб'єкт свідомого відображення оточуючого світу і

регулювання свого буття в ньому на основі своєї спрямованості» [8, с. 17]. Суспільна природа особистості полягає у знаннях, уміннях, навичках та утвореннях сфери спрямованості.

Психологічне налаштування дає поштовх до здобуття нових знань у відповідній сфері діяльності. Під час психологічного супроводу відбувається корекційний вплив, який сприяє розвитку особистості, як професіонала, вирішується питання особистісних проблем та вирішення проблем у професійній сфері. Психологічний супровід на державному підприємстві може надаватись як індивідуально, так і колективно. Індивідуальний психологічний супровід включає в себе консультування з метою надання психологічної інформації, професійної підтримки та поради, допомога у життєвих складних ситуаціях.

Колективний психологічний супровід включає в себе проведення семінарів, тренінгів, вебінарів тощо з подальшим роз'ясненням щодо зняття стресу, тривожності, поліпшування емоційного стану.

З метою надання психологічної допомоги Міністерством освіти і науки України розроблені методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій» [7]. У методичних рекомендаціях надані матеріали та інформація про психологічну допомогу в умовах війни обласних центрів психологічних служби. Надані техніки емоційної регуляції та протоколи надання першої психологічної допомоги під час переживання негативних психічних реакцій та станів.

Список використаної літератури

1. Мушкевич М. І. Поняття супроводу у сучасній психологічній науці / М. І. Мушкевич // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб.наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / [за ред. акад. С. Д. Максименка]. – Київ, 2011. – Т. XIII, серія 1. – С. 287–294
2. Психологічні умови благополуччя персоналу організацій: тези Міжнародної науково-практичної онлайн-конференції, 15–17 жовтня 2020 р. — Львів : Національний університет «Львівська політехніка», 2020. — 234 с.

3. Лісніченко Т.В. Удосконалення професійної майстерності психологів на державному підприємстві. Підтримка психологічного здоров'я особистості в умовах війни: матеріали VI Всеукраїнських психологічних читань «Удосконалення професійної майстерності майбутніх психологів», 21 квітня 2023 р. ред. кол. : Андрусик О.О. та ін. Умань. 182 с.

4. ДСТУ ISO 9001:2015 Системи управління якістю. Вимоги (ISO 9001:2015, IDT)

5. Психологічні аспекти в менеджменті: типологія Юнга, соціоніка, психоінформатика. Київ-Тернопіль : Мандрівець-Port-Royal, 1997. 204 с.
URL: <https://www.ar25.org/article/psychologichni-aspekty-v-menedzhmenti-typologiya-yunga-socionika-psyhoinformatyka.html-0>

6. Угрин О. Г. Психологія управління: практичний посібник / О. Г. Угрин. – Львів: ЛьвДУВС, 2017. – 164 с.
<https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/448/1/%D0%A3%D0%B3%D1%80%D0%B8%D0%BD%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%20%D1%83%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%BB%D1%96%D0%BD%D0%BD%D1%8F.pdf>

7. Про методичні рекомендації «Перша психологічна допомога. Алгоритм дій» <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-metodichni-rekomendaciyi-persha-psihologichna-dopomoga-algoritm-dij>

8. Москалець В.П. Психологія особистості [текст] навчальний посібник. – К.: «Центр учбової літератури», 2021. – 262 с.

Любченко І. І.,

кандидат педагогічних наук,

викладач вищої кваліфікаційної категорії, викладач-методист,

Комунальний заклад «Уманський гуманітарно-педагогічний фаховий

коледж ім. Т. Г. Шевченка Черкаської обласної ради»

РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЇ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ

В сучасному світі, де психологія стає все більш важливою для розуміння людського поведінкового та емоційного спектру, концепція розвитку психології життєвого простору особистості виходить на передній план. Ця концепція дозволяє глибше розібратися в складних процесах, які відбуваються внутрішньо у кожної людини, в її відношенні до навколишнього світу та в сфері міжособистісних взаємодій.

Життєвий простір особистості охоплює сукупність внутрішніх досвідів, емоцій, сприйнятів, цінностей і мотивацій, що впливають на те, як ми сприймаємо світ та реагуємо на нього. Ця концепція заснована на розумінні того, що кожна особистість має унікальну систему відношень до себе, до інших людей та до оточуючого оточення.

Розвиток психології життєвого простору особистості є результатом взаємодії між різними науковими напрямками: від класичних психологічних теорій до сучасних інтердисциплінарних досліджень. Завдяки цьому, ми маємо можливість глибше зрозуміти вплив когнітивних, емоційних, соціальних і інших факторів на формування особистісного простору.

Цей високонапружений розвиток психології життєвого простору свідчить про актуальність його вивчення в контексті сучасних суспільних та технологічних змін. Відкриваються нові можливості для дослідження впливу віртуальних спільнот, штучного інтелекту та інших інновацій на психологічний стан та життєвий простір людини.

У даному контексті, дослідження розвитку психології життєвого простору особистості має велике значення для теоретичного узагальнення, практичного застосування та розвитку нових методів і підходів у психології. Воно допомагає розкрити багатогранний світ внутрішніх переживань і знайти способи кращого розуміння себе та інших.

Розвиток психології життєвого простору особистості є важливим напрямом в сучасній психологічній науці. Ця концепція стосується вивчення внутрішнього світу та взаємодії людини з оточуючим середовищем з урахуванням її особистих досвідів, відчуттів, емоцій та сприйняття.

Життєвий простір особистості включає в себе такі аспекти:

1. Когнітивний аспект: Це внутрішні репрезентації та уявлення про себе та світ. Як людина сприймає навколишній світ, як вона розуміє себе, свої цілі, прагнення та можливості.

2. Емоційний аспект: Внутрішні емоції, почуття та стани особистості грають важливу роль у формуванні її життєвого простору. Це можуть бути стани радості, суму, страху, захоплення тощо.

3. Соціальний аспект: Взаємодія з оточуючими людьми та соціальним середовищем також впливає на формування життєвого простору особистості. Соціальні ролі, відносини та взаємодія з іншими людьми мають значущий вплив на психологічний стан особистості.

4. Самовизначення та цінності: Життєвий простір включає в себе відношення особистості до себе, її самооцінку, впевненість у собі та своїх цінностях. Це важливий аспект для формування ідентичності та самореалізації.

5. Діяльність та досягнення: Особисті досягнення, активності та прагнення до досягнення цілей важливі для формування життєвого простору. Це може включати навчання, кар'єрний ріст, творчу діяльність тощо.

Розвиток психології життєвого простору особистості відбувається за допомогою досліджень, які допомагають зрозуміти, як різні аспекти впливають на формування особистісного простору, як виникають різні емоційні реакції та стани, і як можна сприяти здоровому розвитку особистості.

Ця концепція допомагає краще розуміти, як людина сприймає світ навколо себе, як вона взаємодіє з оточуючим середовищем та які чинники впливають на її психологічний стан і розвиток.

Для розвитку психології життєвого простору особистості використовуються різноманітні методи та засоби, які допомагають дослідникам краще розуміти внутрішній світ людини, її емоційні реакції, взаємодію з навколишнім середовищем та інші аспекти. Ось деякі з них:

- Психологічні тести: Використання психологічних тестів дозволяє виміряти різні аспекти особистості, такі як особистісні риси, емоційна стійкість, відношення до різних ситуацій тощо.

- Інтерв'ю: Проведення інтерв'ю дозволяє дослідникам звернутися безпосередньо до особистості, задавати запитання про її переживання, думки, відношення до різних сфер життя.

- Анкетування: Анкети можуть допомогти вивчити думки та досвід особистості на певну тему, оцінити її відношення до різних аспектів життя.

- Спостереження: Спостереження за поведінкою та реакціями особистості у різних ситуаціях дозволяє отримати невербальну інформацію про її стан та взаємодію зі світом.

- Експерименти: Експериментальні дослідження можуть допомогти встановити причинно-наслідкові зв'язки між різними аспектами життєвого простору особистості.

- Аналіз текстів: Аналіз текстів, таких як щоденники, літературні твори, листи, допомагає виявити глибинні переживання, думки та емоції.

- Біофідбек: Використання біофідбеку дозволяє вимірювати фізіологічні показники, такі як пульс, артеріальний тиск, електроенцефалограма тощо, для розуміння внутрішнього стану особистості.

- Психоаналітичні методи: Методи психоаналізу, такі як асоціація, вільна асоціація, розкривають приховані рівні психіки та допомагають зрозуміти внутрішні конфлікти.

- Групові методи: Групові дискусії, тренінги та інші групові методи дозволяють вивчати соціальний аспект розвитку життєвого простору через взаємодію учасників групи.

- Арт-терапія: Застосування мистецтва (живопис, музика, танець тощо) допомагає виразити емоції та переживання, що може сприяти розкриттю внутрішнього світу особистості.

Ці методи та засоби дозволяють поглибити наше розуміння життєвого простору особистості, вивчити його різні аспекти та сприяють подальшому розвитку психології.

У висновках стосовно розвитку психології життєвого простору особистості можна виділити такі ключові пункти:

1. Комплексність та багатогранність: Розвиток психології життєвого простору особистості дозволяє краще зрозуміти багатогранний характер людського психологічного досвіду. Ця концепція враховує взаємодію когнітивних, емоційних, соціальних та інших аспектів.

2. Адаптація до сучасності: Вивчення життєвого простору особистості є особливо актуальним у сучасному світі, де технологічні зміни, глобалізація та швидкі темпи життя впливають на наше сприйняття себе та навколишнього світу.

3. Індивідуальність та унікальність: Розвиток психології життєвого простору особистості наголошує на унікальності кожної людини, її внутрішнього світу та способу взаємодії з оточенням.

4. Соціальний контекст: Вивчення життєвого простору не може обійти увагою соціальний аспект. Взаємодія з іншими людьми, формування відносин і спільнот важливі для розуміння розвитку особистості.

5. Застосування в практиці: Розуміння психології життєвого простору може мати практичний вплив на розвиток психологічних методів, допомагаючи покращити якість життя, психологічну підготовку, психотерапію та інші аспекти.

6. Постійний розвиток: Розвиток психології життєвого простору є неперервним процесом, що відкриває нові можливості для дослідження та розуміння людської психології. Він обумовлює появу нових теорій, методів і досліджень.

Загалом, розвиток психології життєвого простору особистості допомагає зблизити науку з практикою, розкриваючи складні механізми людського сприйняття, емоцій та взаємодії зі світом. Вивчення цієї концепції відкриває перед нами безмежний потенціал для кращого розуміння себе та тих, хто нас оточує.

Максименко Ю.Б.

доктор психологічних наук, професор.

Державний заклад «Південноукраїнський

національний педагогічний

університет імені К. Д. Ушинського»

ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ КОРИСТУВАЧІВ ІНТЕРНЕТ-СЕРЕДОВИЩА

Як відомо, для ефективного спілкування у віртуальному просторі необхідно володіти на достатньому рівні навичками користування комп'ютером та Інтернетом. Однак, віртуальне міжособистісне спілкування має ряд відмінностей від реального. Насамперед, воно відрізняється тим, що відбувається у віртуальному просторі, а також тим, що у цьому виді комунікації беруть участь реальні особистості. Фактично, віртуальний комунікативний простір являється своєрідною реальністю, яка хоч і має певну індивідуальність та можливість особистісного вибору, але партнер по спілкуванню є опосередкованим, і міжособистісне спілкування відбувається завдяки комп'ютерним технологіям. Зважаючи на це, слід детально вивчити як впливає комунікація в Інтернеті на особистість оскільки вони проводять значну кількість часу в Інтернет – середовищі з метою спілкування, навчання та пошуку актуальної інформації.

Вплив соціального середовища на поведінку людини вивчався як вітчизняними психологами (Б. Ананьєв, Л. Виготський, О. Леонт'єв, С. Максименко, Ю. Максименко, К. Полторак, С. Рубінштейн, Д. Столбов, В. Шевченко, Т. Щербан та ін.), так і зарубіжними (А. Bandura, Е. Erikson, Ж. Піаже, С. Розенберґ та ін.), але незважаючи на це, особистісні зміни та зміни у поведінці підлітків під час спілкування та діяльності у Інтернет – середовищі на даний момент вивчені недостатньо (О. Каменських, Л. Матохнюк, О. Немеш та ін.).

Раніше було визначено, що Інтернет – середовище має як позитивний так і негативний вплив на особистість користувачів. [1. с. 76-85]. Комунікація в Інтернет – середовищі та пошук необхідної інформації є основними факторами мотивації для підлітків довготривалого та регулярного використання мережі Інтернет. У вітчизняній науковій літературі серед моделей впливу Інтернет – середовища на поведінку підлітка виділяють: комунікативну, когнітивну, інформаційну та маркетингову. Комунікативні та маркетингові моделі є досить поширеними серед вивчення науковцями, оскільки вивчається ефективність передачі рекламних та інформаційних повідомлень користувачам мережі Інтернет з метою підняття рейтингів Інтернет – сервісів. Так, деякі науковці пропонують розглядати комунікативну модель з точки зору соціальної психології, де збільшення кількості користувачів в мережі сприяє ступеню їх взаємодії і веде до активної поведінки інтенсивного включення користувачів у діяльність в мережі [2. с. 38-43].

Така модель комунікаційного впливу розкриває сутність так званих «краудтехнологій», де користувачі мережі Інтернет залучаються до процесу розповсюдження інформації. Ця технологія впливає на референтні групи та Інтернет – спільноти, використовуючи ефект соціальної взаємодії з метою впливу на поведінку споживачів Інтернет – сервісів. Таким чином, як тільки підлітки, чи представники інших вікових груп, починають долучатися до обговорення інформації чи перегляду інформації, вони автоматично стають носіями тих знань, які їм нав'язує Інтернет.

Особливим є підхід до побудови когнітивної моделі впливу Інтернет – середовища на поведінку підлітка з точки зору ключових факторів, які супроводжують цей вплив (Ус Г., 2015). Згідно міркувань Г. Уса, серед факторів, які супроводжують вплив Інтернет – середовища є: рівень готовності до навчальної діяльності; рівень освіти батьків; рівень дошкільного навчального закладу; соціально – економічний рівень родини; рівень комп'ютеризації населення; рівень доступу до мережі Інтернет; рівень освіти; рівень навчального закладу середньої освіти; рейтинг навчального закладу; рівень навчального закладу вищої освіти; участь у науково – дослідній діяльності; рівень

міжвузівського академічного досвіду; рівень інтелекту; саморозвиток за рахунок зовнішніх стимулів; рівень здатності до самоосвіти; вплив оточення на розвиток та самоосвіту [3. с. 130-135].

Інформаційна модель впливу Інтернет – середовища на поведінку особистості розглядається крізь призму використання ключових слів в інформаційних повідомленнях. Саме ключові слова є основним тригером впливу на свідомість особистості, де характер контексту та концентрація ключових слів створюють необхідний психологічний фон впливу. Інформаційна модель впливу Інтернет – середовища на особистість відображається векторами ключових термінів (слів) та матрицею зав’язків «повідомлення – ключові слова» [4. с. 131-139].

Таким чином, можна зробити висновок, що наявні моделі впливу Інтернет – середовища на особистість людини та поведінку користувачів розглядають інформацію як основний фактор. Натомість, когнітивна модель включає в себе ще й освітні, соціально – економічні та соціальні фактори, що допомагає ширше розкрити власне сутність впливу. Однак, згадані моделі не розглядають індивідуальні риси особистості в своїй структурі впливу. На основі аналізу наукової літератури вітчизняній та іноземній літературі пропонуємо наступну модель впливу Інтернет – середовища на поведінку підлітка (**рисунок**).

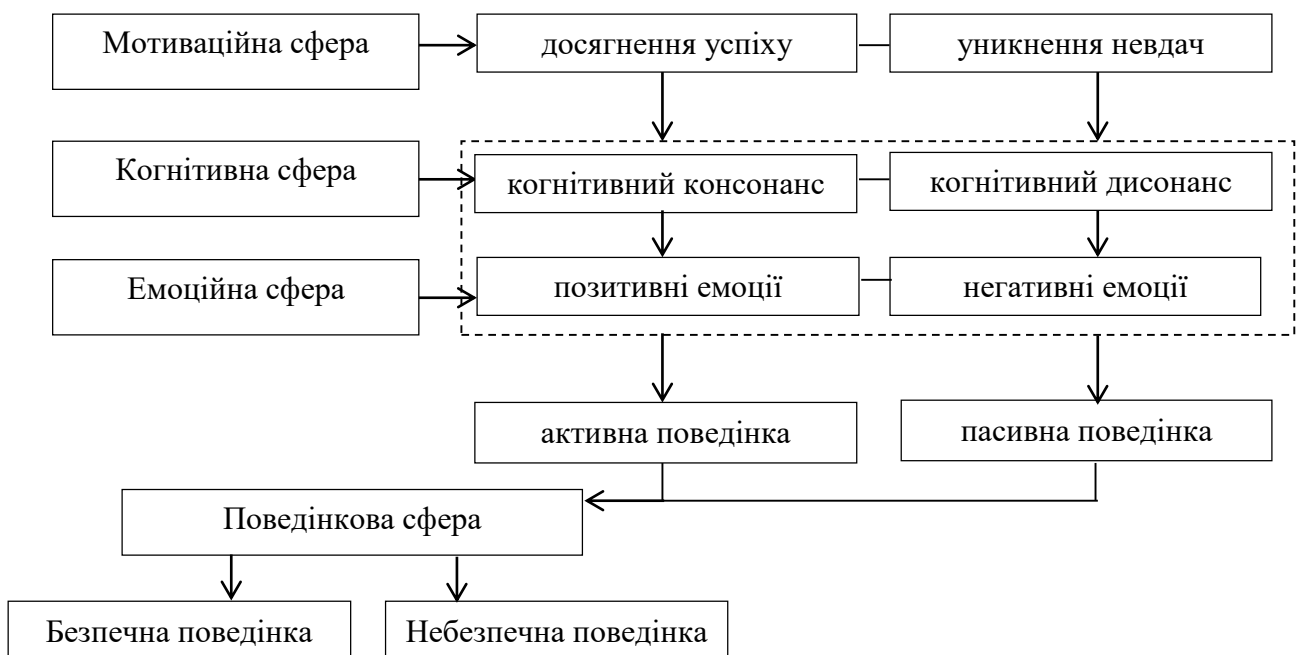


Рис. Модель впливу Інтернет – середовища на поведінку користувачів.

В основу моделі покладено мотиваційна складова та результати діяльності підлітків в Інтернет – середовищі. Такий підхід дозволяє цілісно підійти до оцінювання впливу Інтернет – середовища на поведінку підлітка, який включений у соціальну взаємодію, реалізацію власних потреб та потягів, використання набутих вмінь та навичок. Сама структура моделі впливу Інтернет – середовища на поведінку підлітка включає в себе чотири основних сфери особистості: мотиваційну, емоційну, когнітивну та поведінкову. Основним компонентом є мотиваційна сфера особистості яка містить два компоненти (мотивація на досягнення успіху та мотивація на уникнення невдач), які спрямовують особистість на формування певної стратегії активності. Мотивація на досягнення успіху спонукає на активність у спілкуванні та пошуку нових знань, тоді як мотивація на уникнення невдач штовхає особистість уникати активності у спілкуванні та формувати залежність до діяльності у віртуальному середовищі, як шлях уникнення стресових факторів реального життя. Підліток сприймає Інтернет-середовище через «емоції позитивні» – «емоції негативні», тобто характеризуючи такими компонентами, що несуть позитивне ставлення (активна поведінка) до віртуального світу, або такими, що виявляють сукупність загального скептицизму, недовіри, (пасивна поведінка) [5. с. 95-109].

Перебуваючи в Інтернеті віртуальне середовище може викликати як негативні емоції, коли є розбіжність між очікуваними і дійсними результатами діяльності (когнітивний дисонанс), так і позитивні тоді як очікування і результат збігаються (когнітивний консонанс). Врахуємо той факт що взаємодія когнітивної та емоційної сфери призводить до досягнення кінцевої мети діяльності – задоволенні потреб. Безпечна поведінка підлітків в Інтернеті надійне, незагрозливе, нешкідливе застосування, використання особою Інтернету в повсякденній діяльності з конкретною, визначеною метою, яка сприяє її всебічному розвитку, гармонії із собою, рідними та соціальним середовищем, у якому вона перебуває.

Список використаної літератури

1. Матохнюк Л. О., Максименко Ю. Б. Засади досліджень в психології розвитку інформаційної компетентності особистості . Наука і освіта. 2017. №11. 76-85.

2. Полторак, К. А., Зозульов, О. В., Жданова, О. Г. (2016). Оцінювання ефективності маркетингових комунікацій в мережі інтернет засобами математичного моделювання. *Інвестиції: практика та досвід*, № 3, С. 38-43.

3. Ус, Г. О. (2015). Моделювання факторів впливу на інтелектуалізацію трудового потенціалу. *Бізнес Інформ*, № 2, С. 130-135.

4. Рябий, М. О., Хатян, О. А., Багацький, С. П. (2015). Модель виявлення PR-впливу через публікації в Інтернет ЗМІ. *Безпека інформації*, № 21 (2), С. 131-139.

Мараховська К. Д.

*здобувач вищої освіти ступеня магістра психології,
старший викладач кафедри мистецтвознавства
та загально-гуманітарних дисциплін,
Міжнародний гуманітарний університет*

КОЛІР В ПСИХОЛОГІЇ, КУЛЬТУРІ ТА ДИЗАЙНІ: ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК, СПРИЙНЯТТЯ ТА ВПЛИВ НА ЕМОЦІЇ ТА ПОВЕДІНКУ ЛЮДИНИ

Колір є потужним інструмент впливу на людину та її сприйняття оточуючого. Колір має велике значення у різних культурах, викликаючи асоціації та глибокі конотації, які залежать від культурних переконань та історії. Червоний може означати силу або пристрасть, синій – спокій, зелений – природу. Кольори впливають на наші емоції, здатні викликати радість, спокій, навіть піднімати пульс. У дизайні та маркетингу кольори використовуються для впливу на споживачів, створення іміджу брендів. Розуміння психологічного впливу кольорів допомагає нам краще розуміти себе та інших, впливати на наші емоції та поведінку. Колір – це не просто візуальна деталь, це мова, що виражає наші почуття та сприйняття навколишнього світу.

Сприйняття кольору має культурне підґрунтя. У різних культурах певні кольори можуть нести певний сенс та мати різне значення. Наприклад, в азійських культурах червоний колір часто асоціюється з щасливими подіями та щастям, тоді як у західних культурах він може позначати небезпеку або попередження.

Кольори також впливають на нашу поведінку. Наприклад, багато ресторанів використовують червоний або жовтий колір у своєму інтер'єрі, оскільки ці кольори відомі своєю здатністю підвищувати апетит та сприяти швидкому перетравлюванню їжі. У приміщеннях, де потрібно сприяти розслабленню, може використовуватися зелений або блакитний колір.

Однак важливо розуміти, що сприйняття кольорів може бути індивідуальним. Кожна людина має свої власні уподобання та асоціації, які формуються на основі її життєвого досвіду. Також важливо враховувати контекст використання кольору – в одних випадках він може бути стимулюючим, в інших – розслаблюючим.

Взаємозв'язок між кольором, психологією, культурою, використанням в дизайні та поведінкою людини є складним та багаторівневим. Розуміння цього взаємозв'язку може допомогти нам краще розуміти сприйняття світу навколо, вплив на наші емоції, вибір, поведінку тощо.

«Психолого-культурологічний аспект дослідження впливу кольору на сприйняття людини є важливим у різних сферах людського життя, як от наприклад, в освіті. Вчительська кімната, класні кімнати та навчальні матеріали можуть бути оформлені так, щоб сприяти концентрації учнів або стимулювати їх творчий потенціал.

У робочому середовищі кольори також важливі. Дослідження показують, що правильний вибір кольорової палітри в офісі може покращити продуктивність співробітників та загальний настрій. Яскраві та насичені кольори можуть спонукати до інновацій та творчості, тоді як приглушені та нейтральні кольори сприяють концентрації та спокою.

Колір та його рішення у культурному аспекті має значення у ситуаціях міжкультурної комунікації. Розуміння, які кольори можуть викликати певні асоціації у представників інших культур, може допомогти уникнути непорозуміння та забезпечити більш ефективне спілкування.

У психотерапії використовують терапевтичний ефект кольорів. Колір може впливати на настрій, сприяти релаксації або навіть допомогти у подоланні деяких психологічних проблем.

Загалом, дослідження кольору є комплексною і цікавою темою, що охоплює багато сфер нашого життя. Дослідження в цьому напрямку допомагають нам краще розуміти себе, наші взаємодії та вплив на оточуючий

світ, а також сприяють вдосконаленню різних сфер діяльності, де кольори відіграють важливу роль.

Важливо зазначити, що вплив кольору є динамічним і змінюється в залежності від соціокультурних та індивідуальних факторів. Переваги і асоціації, пов'язані з кольорами, можуть варіюватися залежно від релігійних переконань, традицій, особистого досвіду та настрою.

Кольори та їх відтінки також мають важливе значення в мистецтві та дизайні. Художники використовують палітру кольорів, щоб передати емоції, створити настрій та спричинити відчуття. Дизайнери створюють логотипи, упаковку продуктів та інтер'єри з урахуванням психологічного впливу кольорів на споживачів та користувачів. Тобто, колір в дизайні виконує роль не лише естетичного елемента, але й потужного інструмента для створення настрою, підсилення сприйняття та ефективної комунікації. Розуміння взаємодії кольорів та їх впливу на психологію допомагає дизайнерам створювати вражаючі, гармонійні та ефективні візуальні рішення, які також можуть впливати на вибір людини.

Важливо пам'ятати, що кожен з нас має власні вподобання та асоціації щодо кольорів. Якщо для однієї людини червоний колір асоціюється з енергією та емоціями, то для іншого він може викликати відчуття агресії або напруження. Отже, при використанні кольорів важливо враховувати індивідуальність і контекст.

Дослідження кольору є важливою та цікавою темою. Кольори формують наше сприйняття світу, впливають на наші емоції та вибори, створюють атмосферу в навколишньому середовищі та взаємодіють з культурними нюансами. Розуміння цього впливу може покращити якість нашого життя, взаємодії та культурного сприйняття.

Список використаної літератури

5. Іттен Йоганнес. Мистецтво кольору : Суб'єктивний досвід і об'єктивне пізнання як шлях до мистецтва Київ : ArtHuss, 2022. 96 с.

6. Семчук Г., Семчук І. Психоаналіз кольору, або Навіщо сірій вороні хвіст павича. Київ : Ніка-Центр, 2018. 120 с.
7. Посібник щодо значення кольорів. URL:
<https://www.adobe.com/ua/creativecloud/design/discover/color-meaning.html>
(дата звернення : 12.08.2023)

Martyniyk Daria

student of the 2st year of the second (master's) level of higher education

of the Faculty of Social and Humanities

The State institution "South Ukrainian National

Pedagogical University named after K. D. Ushynsky"

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS' READINESS FOR FAMILY LIFE

The relevance of the research topic "Psychological characteristics of students' readiness for family life" lies in the fact that values and social ideas about the role of the family in society are changing. In recent years, there has been a decrease in the number of marriages and an increase in the number of divorces, as well as a change in social roles in the family. In this regard, it is becoming increasingly important to study the psychological readiness of students for family life, because this is an important stage in the life of every person [1].

The topic of psychological readiness for family life has been studied by many scientists and psychologists. Among them, such researchers as John Bowlby, E. Erikson, R. Haviger, V. Mitchell, M. Birkett, L. Belyk, A. Ivanova and many others can be singled out. Each of these researchers contributed to the study of this topic by highlighting various aspects of psychological readiness for family life and identifying factors that influence the formation of such readiness. The purpose of this work is to study the psychological readiness of students for family life. In particular, it is necessary to determine the level of readiness of students to create a family and parenthood, as well as to analyze the factors that influence the formation of readiness for family life.

In modern psychological science, there are several theoretical approaches to studying the peculiarities of students' readiness for family life. One of them is E. Erikson's theory of psychosocial development, which states that students are in a phase of development when they form their identity and determine their values, which can

affect their readiness to start a family. Another approach is interaction theory, which focuses on the interaction between an individual and his environment, particularly with a relationship partner. This approach believes that successful relationships are based on the ability to interact and understand each other. The third approach is the theory of social psychology, which studies the influence of the social context on personality formation. This approach believes that students form their readiness for family life under the influence of the social environment in which they find themselves, such as family, friends, cultural and social norms.

There are also other approaches, for example, the theory of the social construction of reality and the theory of interaction between people and the environment. Each of these approaches allows consideration of readiness students to family life from different angles and focus on different aspects of this process [2, p. 60-63].

The social and cultural environment has a great influence on students' readiness for family life. Family, friends, religious and cultural traditions, as well as social norms and stereotypes can influence students' ideas about what family life is, what roles a man and a woman should fulfill in the family, what values should be prioritized, etc. Student age is a period of intensive development, when individuality is formed, self-identification, interpersonal relationships and personal values are established. Students are a target group studied in psychological research because they experience a number of special challenges and important life transitions that may affect their readiness for family life [3].

Readiness for family life can be influenced by various psychological characteristics of students. For example, students who have a stable identity and well-defined values may be more ready to start a family because they have a clearer idea of what they want from life. On the other hand, students who are in search of identity and have not yet decided on their life goals, may be less ready to start a family.

The presence of stereotypes can also affect readiness for family life. For example, if a student has an idea that a man should be the main breadwinner and a woman should be responsible for taking care of children and household chores, this

may affect his willingness to start a family with someone who does not fit these stereotypes .

Stress and depression can also affect readiness for family life. If a student is experiencing depression or constant stress, it may be more difficult for him to focus on creating and maintaining healthy family relationships. So, we can say that the psychological characteristics of students can affect their readiness for family life. It is important to understand that each person is unique and has his own characteristics that can affect his readiness to start a family.

In addition, it is important to remember that readiness for family life is a dynamic concept that can change over time and depending on different life circumstances. Therefore, in order to maintain readiness for family life, students must also be given the opportunity to develop self-knowledge and self-development, support them in forming healthy relationships, and provide opportunities for receiving psychological support [3, p 68-74].

It was found that factors such as personal characteristics, style of interaction with people, experience of interaction in the family and socio-cultural environment can influence readiness of students to family life. It was also found that students with high readiness for family life have certain characteristics, such as greater emotional stability, higher level of social competence, greater responsibility, willingness to compromise and cooperation.

Therefore, it is important to take into account the psychological aspects of students' readiness for family life and ensure their preparation for the formation of family relationships, which will contribute to the creation of healthy and strong families. Research indicates the need to develop programs that will contribute to the formation of students' social and emotional competence, their readiness for cooperation and compromises, as well as to increase the level of awareness about creating healthy and strong families.

List of references:

1. Goncharova, N. (2019) Stratehiyi simeynoho vykhovannya ta yikh vplyv na hotovnist' studentiv do simeynoho zhyttya [Family education strategies and their

impact on students' readiness for family life. Proceedings]. Series: Psychology. Kyiv. 27-33. [in Ukrainian].

2. Kovalenko, I. S. (2019) Psykholohichni osoblyvosti hotovnosti do shlyubu ta simeynoho zhyttya studentiv z riznym rivnem samootsinky [Psychological features of readiness for marriage and family life of students with different levels of self-esteem]. Materials of the III International Scientific and Practical Conference "*Innovations in the Modern Pedagogical and Psychological Educational Space*". Kyiv. 60-63. [in Ukrainian].

3. Petrushko, Yu. V. (2015) Simeyne vykhovannya ta hotovnist' studentiv do simeynoho zhyttya [Family upbringing and readiness of students for family life]. *Pedagogy and psychology*. Dnipro. No. 2. 68-74. [in Ukrainian].

Миронець С.М.,

доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри психології,

Державний торговельно-економічний університет (м. Київ)

РЕАЛІЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АБІЛІТАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ПОВОЄННИЙ ПЕРІОД

Кількість тих, хто захищав і продовжує захищати Україну зі зброєю в руках, сьогодні сягає сотень тисяч. Десятки мільйонів громадян безпосередньо стикнулися з трагічними наслідками війни, через втрати майна, рідних чи близьких людей, вимушеного переселення, еміграції тощо.

За період відкритого воєнного вторгнення «рф» в Україну все населення перебуває у стані стресу і продовжує піддаватися гострій травматизації через безсонні ночі, регулярний терор ракетних і безпілотних атак. Більшість населення живе під постійною загрозою, причому значна частина країни, залишається окупованою російськими військами, багато пережили лихоліття війни з варварською поведінкою окупантів піддаючись тортурам і різноманітним насильницьким діям з боку агресора.

Ці обставини не можуть пройти безслідно для здоров'я всіх груп населення, які піддані всім видам гострої травматизації пов'язаної з війною, стрімкому розвитку масиву проблем пов'язаних з психічним здоров'ям в безпрецедентному масштабі, включаючи посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).

За прогнозами МОЗ України 3-4 млн. осіб має потребу в прийомі ліків для подолання проблем з психічним здоров'ям внаслідок війни. Близько 15 млн. потребуватимуть інших видів психологічної допомоги та підтримки, щоб збалансувати свій психічний стан [1].

Саме ці питання за ініціативи першої леді України Олени Зеленської планується розглянути у межах 3-го Саміту перших леді і джентльменів, який відбудеться 6 вересня 2023 року і буде присвячений темі ментального здоров'я.

Автор публікації мав честь бути безпосередньо запрошеним до міжнародної групи експертів з підготовки аналітичних матеріалів саміту.

Ключові питання, які планується розглянути в межах цього саміту (проблеми ментального здоров'я особистості та проблемі формування ментального здоров'я у молодого покоління) матимуть надважливе значення для майбутньої розбудови й забезпечення сфери ментального здоров'я громадян не тільки в Україні, але й завдячуючи досвіду України у більшості цивілізованих країн Європи і Світу. На думку експертів, 75 % проблем із ментальним здоров'ям починаються у віці до 24 років». На жаль, ця цифра збільшується з кожним днем війни. Сьогодні це не статистика, це реальні люди.

За свідченням міністерки у правах ветеранів Юлії Лапутіної, в інтерв'ю «Інтерфакс- Україна» - кількість ветеранів, після російсько-української війни може зрости з 1,2 мільйона до 5 мільйонів. За її словами, до 24 лютого було зареєстровано 500 тисяч людей, які були учасниками війни на Донбасі з 2014. року. Крім ветеранів, політика міністерства спрямована на членів сімей загиблих.

Щонайменше 50% населення України переживає потенційно травматичний досвід пов'язаний з переживанням травматичного стресу. За даними досліджень фахівців міжнародної групи з вивчення травматичного стресу [2], в Україні до 2022 року 7% громадян України мали безпосередній досвід «дотику» до війни, зараз цей показник значно перевищує межу більшу за 50 %. Значне зростання чисельності громадян з потенційно травматичним досвідом та ризиком ментальних розладів з кожним днем війни збільшується, за категоріями населення це: безробітні 6 млн. осіб; військові ветерани 2-3%; внутрішньо-переміщені особи (ВПО) 6,2 %; зовнішньо-переміщені особи 7,7

Кожна із зазначених категорій має свої відмінні від інших соціальних груп за проявом та інтенсивністю протікання фактори ризику психічних розладів:

Внутрішньо переміщені особи становлять 6,2 млн. осіб. Серед цієї категорії населення найбільш вираженими факторами психічних розладів є:

– переживання травматичного досвіду; складнощі з адаптацією на новому місці; безробіття, необхідність перекваліфікації; суттєва зміна, втрата найближчого соціального кола підтримки, соціальна ізоляція та багато інших.

Для кожної групи притаманні як загальні стресори так і окремі, властиві лише певним групам населення серед яких:

До факторів ризику психічних розладів у даної категорії населення належать: переживання травматичного досвіду; складнощі з адаптацією на новому місці; безробіття, необхідність перекваліфікації; суттєва зміна, втрата найближчого соціального кола підтримки, соціальна ізоляція.

Військові та ветерани (від 0,8 до 1,8 млн): втрата ідентичності та складнощі в адаптації (мобілізовані); переживання втрати товаришів; втрата звичних соціальних зв'язків; особисті проблеми; фізичні травми та каліцтва; емоційна нечутливість, зниження емпатії тощо.

Факторами ризику психічних розладів для цієї категорії осіб можуть бути: нерозуміння соціуму після повернення з війни; втрата соціальних контактів; необхідність адаптуватися до життя, де немає чіткої ієрархії та визначення цілей; пережитий травматичний досвід; зловживання алкоголем (53%), ігromанія тощо.

Найважливішими потребами для цієї категорії фахівців можуть бути: психологічна та фізична реабілітація; проблеми у стосунках та сім'ї - 52%; погіршення відносин з друзями, знайомими – 23%; домашнє насильство – 12%; відсутність постійного заробітку – 11%.

Окремою категорією є літні люди, діти та підлітки.

Серед категорії літніх людей, яка в середньому по Україні налічує близько 7 млн. осіб найбільшими факторами ризику виступають: загострення хронічних хвороб, що значно обмежують функціонування, переживання втрати близьких людей, самотність; деменція. Найбільш значимими потребами виступають потреби у допомозі в вирішенні побутових питаннях, необхідність відновлення (підтримання) психічного і фізичного здоров'я, підтримка соціальної активності тощо.

Категорія підлітки в середньому нараховує 4 млн. громадян. Факторами ризику психічних розладів для цієї категорії є: затяжна апатія, пригніченість; складнощі з адаптацією; відчуття некорисності в умовах війни; вживання алкоголю та психоактивних речовин; самотність, соціальна ізоляція. Найбільш значимими потребами для цієї категорії населення є запити щодо% продовження навчання 89%; анонімні канали, додатки для самодопомоги; довірливі стосунки з психологом; залученість в створення послуг; відчуття потрібності, залученості в волонтерські та інші соціальні ініціативи; локації (місця) для спільної діяльності. Найбільш поширені розлади серед цієї категорії населення проявляються: депресивний стан (2,8%); підвищена тривожність (6,5%); поведінкові розлади (11%).

Це далеко не повний аналіз соціальних груп та різновидів ризиків психічних розладів.

Вищезначені проблеми потребують в умовах сьогодення активної розбудови цілісної державної системи та її функціональних підсистем. З цією метою державою зроблені лише перші кроки щодо контролю за кваліфікованим наданням сфери психологічних та реабілітаційних послуг як військовослужбовцям, ветеранам бойових дій, членам їх родин, так і всім категоріям громадян України які перебувають під факторами ризику розладів як психічного так і фізичного здоров'я.

Список використаної літератури

1. Аналітична інформація за даними Міністерства у справах ветеранів України Інтернет ресурс: Режим доступу: <https://data.mva.gov.ua/> (Дата звернення: 03.09.2023).

2. Iuliia Osmolovska, Mandy Bostwick, Dr Lenny Grant, Dr Serhii Myronets та ін. SCARS ON THEIR SOULS: PTSD and Veterans of Ukraine. Інтернет ресурс. Режим доступу: https://www.globsec.org/sites/default/files/202309/GLOBSEC_PTSD%20Report.pdf

Мул С.А.

*доктор психологічних наук, доцент,
генерал-майор, начальник Південного регіонального управління Державної
прикордонної служби України*

РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЗАДІЯНИХ У БОЙОВИХ ДІЯХ

Протягом 2022 року проведено комплекс психодіагностичних досліджень, серед військовослужбовців, які приймають безпосередню участь у відбитті та стримуванні збройної агресії.

Мета дослідження полягала у здобутті емпіричних даних особистості військовослужбовців перед вибуттям у зону бойових дій і після їх повернення до пунктів постійної дислокації військових частин, аналізі отриманих даних, пошук психологічних чинників, подій і явищ, які впливають і визначають психологічні спроможності бійця діяти в умовах бойових дій, психічні процеси, які відбуваються з особистістю військовослужбовця.

Для вирішення завдань дослідження використано емпіричні психодіагностичні методики:

- Багаторівневий особистісний опитувальник “Адаптивність-200”.
- Діагностика рівня соціальної фрустрованості (*спрямована на оцінку ступеня незадоволеності – задоволеності соціальними досягненнями в різних сферах життєдіяльності*);
- Мотивація професійної діяльності К. Замфір у модифікації А. Реана (*методика діагностики професійної діяльності*);
- Тест «Стан вашої нервової системи (*вивчення загального рівня стресостійкості*)»;
- Опитувальник респондента про стан здоров’я – шкала самооцінки депресії (*ефективна в діагностиці депресивного розладу*);

- Анкета «Прогноз» (методика виявлення осіб з ознаками нервово-психічної нестійкості);
- Опитувальник депресії Бека (направлена на діагностику депресивних станів);
- Методика оцінки вираженості актуальних страхів у бойовій обстановці (О. Кокун, І. Пішко, Н. Лозінська) (спрямована на вияв рівня вираженості актуальних страхів військовослужбовців, які беруть участь у бойових діях);
- Шкала оцінки впливу травматичної події (ШОВТП) (виявлення симптомів посттравматичного стресового розладу і оцінка ступеня їх вираженості);

У дослідженні приймав участь персонал бойових підрозділів:

- ✓ підрозділ 1 швидкого реагування (1387 осіб);
- ✓ підрозділ 2 швидкого реагування (187 осіб);
- ✓ зведений підрозділ 2 загону (183 особи);
- ✓ зведена інженерна група 79 загону (62 особи);
- ✓ підрозділ спеціального призначення 2 загону (193 особи);
- ✓ зведені підрозділи 25, 26 загонів (461 особа).

Загальна кількість досліджуваних склала **2473** досліджуваних. Усі чоловіки, вік від 25 до 60 років.

Бойові завдання, які виконуються в ході військового зіткнення з противником, проявляють усі риси інтелектуальних, особистісних, фізичних можливостей людини-військовослужбовця, її спроможності діяти в умовах особистісної та колективної відповідальності, вольової, емоційної, професійної стійкості приймати рішення, комунікувати та взаємодіяти з іншими військовими підрозділами.

Окремі результати дослідження:

1. У підрозділах частина бійців мають ознаки депресивного синдрому, крім того, наявні випадки депресії середньої тяжкості та тяжкої депресії, що являє собою загрозу для психічного здоров'я воїнів.

Цей стан ускладнюється частим коливанням настрою, підвищеною збудливістю, дратівливістю, недостатньою саморегуляцією.

2. Виявлено військовослужбовців з високим рівнем тривоги, що може свідчити про ще активну фазу переживань, внаслідок впливу травматичних подій, що спіткали військових.

3. Найактуальнішими страхами, що зустрічаються у досліджуваних під час участі у діях є бойові страхи, військовослужбовці найбільше вказують на страх згоріти живцем у техніці, страх авіаударів, обстрілу артилерії та підриву на мінно-вибухових пристроях.

Варто зазначити, що страх за власне здоров'я є досить вираженим, що проявляється у страху насилля чи тортур, нестатку захисного екіпірування, страх власної загибелі.

До цього додаються страхи військово-професійні, а саме страх зради серед своїх, помилок командування, полону, недоступності або запізнення допомоги та страх стати причиною смерті або поранення побратимів.

4. За шкалою оцінки впливу травматичної події певна категорія персоналу відчуває на собі симптоми вторгнення у свідомість неприємних образів або спогадів про травматичні події, що сталися під час участі у діях, що супроводжується прагненням уникати всього, що нагадує про такі події.

Поряд з тим, ряд військовослужбовців мають, як наслідок стресу високого рівня, напружену роботу свідомості з ознаками втоми у вигляді проблем з пам'яттю, швидкістю обробки інформації, відчуттям постійної втоми, частими безпричинними головними болями, повним або частковим безсонням, байдужістю до результатів, зниженням інтересу до альтернативних підходів у вирішенні проблем, апатія, втрата інтересу до життя.

Висновки. Протягом емпіричного дослідження здійснено обробку результатів та інтерпретацію використаних методик, що дало змогу оцінити масштабний вплив бойових дій на психологічну стійкість військовослужбовців.

Виявлено, що психологічна стійкість військовослужбовців знаходиться на середньому рівні.

Ключовим моментом рівня травматизації психіки військовослужбовця є *тривалість* перебування його у зоні активних бойових дій.

Після виснаження захисних ресурсів організму, що неминуче настає за відсутності вчасної ротації у місця відновлення, подекуди відбуваються безповоротні зміни стану психіки військовослужбовця, яка у подальшому потребуватиме значно тривалішого втручання психіатрів.

За відсутності вчасної, кваліфікованої та правильної корекційної роботи, адаптація травмованого військовослужбовця у суспільстві суттєво ускладнюється, уповільнюється та має винятково негативні наслідки, як для військовослужбовця, так і для його близького оточення.

До проблем пов'язаних з *тривожністю військовослужбовців в умовах бойових дій ми відносимо проблеми* зниження якості виконання бойових завдань окремими військовослужбовцями та підрозділами, або їх невиконання, дезертирство, залишення військової частини та інші. Тривожність, і як наслідок девіантність, не є домінантом при змінах поведінки особистості, як в звичайному середовищі так і у середовищі зі сталими показниками небезпеки. Тривожність при відсутності її профілактики змінює поведінку людини, і людини-військовослужбовця зокрема.

Підсумовуючи результати нашого дослідження можемо зробити загальні висновки: 1. Рівень особистої тривожності військовослужбовців досліджуваних підрозділів паритетний та без суттєвих відмінностей, що свідчить про високі морально-психологічні спроможності військових виконувати завдання в умовах бойових дій в подальшій перспективі.

2. Рівень реактивної тривожності підрозділів вирізняється між собою (*низька вираженість – підрозділ 1 41 (27%), а підрозділ 2 94 (58%), висока вираженість підрозділ 1 27 (18%), підрозділ 2 13 (8%)*), що пояснюється усвідомленням кожним військовослужбовцем ситуативного (небезпечного) середовища в найближчій перспективі, зокрема поверненням в зону бойових дій, після короткої перерви.

3. Показники фізичного віку військовослужбовця суттєво впливають на рівні тривожності персоналу, зокрема рівень особистої тривожності з низькою вираженістю найвищий у військовослужбовців вікової групи до 45 років – 69%, рівень особистої тривожності з високою вираженістю найвищий у військовослужбовців вікової групи після 50 років – 14%. По реактивній тривожності, з низькою вираженістю реактивна тривожність спостерігається у досліджуваних 25 років – 63%, помірна вираженість реактивної тривожності наявна у вікової групи 45 років – 52% та високий рівень вираженості реактивної тривожності вікової групи понад 50 років – 9%.

Виходячи з результатів дослідження та з метою зниження рівня тривожності у військовослужбовців, зменшення кількісних показників бойових травмувань, стресу персоналу, підвищення якості виконання бойових завдань пропонуємо:

1. Розробити комплексну багаторівневу програму зменшення рівня тривожності військовослужбовців бойових підрозділів (БПЗРТВ). 2. Програма повинна передбачати комплекс морально-психологічних, медичних, фізичних, соціальних, духовних заходів перед направленням військовослужбовця в район бойових дій, під час участі його у бойових діях. 3. По закінченні участі в бойових діях (поверненні до місць дислокації) БПЗРТВ повинна поєднуватись з реабілітаційними програмами. БПЗРТВ реалізовується усіма учасниками управлінського, виховного, медичного процесів.

Овсяннікова Я.О.

*кандидат психологічних наук, старший
науковий співробітник, начальник
навчально-наукової лабораторії
екстремальної та кризової психології
науково-дослідного центру
Національний університет цивільного
захисту України*

ДЕЯКІ АСПЕКТИ ЩОДО ЗБЕРЕЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ

Військові події, які наразі тривають на території України, мають значний вплив на психічний стан як військовослужбовців та і цивільного населення.

Стрес під час війни є нормальною реакцією на надзвичайну ситуацію, і багато людей можуть відчувати його в таких умовах [2]. Під час воєнного конфлікту стресові реакції населення можуть бути різноманітними і включати широкий спектр емоційних, фізіологічних, когнітивних та поведінкових проявів.

В результаті проведених досліджень були виділені загальні реакції на стрес особистості, які можуть виникати у відповідь на кризову подію.

Так, фізичні реакції включають: збудження нервової системи (збільшений пульс, підвищення артеріального тиску, роздратованість, головний біль, тривожність); м'язове напруження (напруга м'язів, особливо в шії, плечах та спині); порушення сну (в наслідок стресу можливе виникнення проблем зі сном, таких як безсоння, нічні кошмари та нездатність заснути, заспокоїтися та відпочити); травми (підвищений ризик отримання травм через недолік уваги або збудження); специфічні реакції: наприклад, шлунково-кишкові порушення, швидке дихання, реакція блювання [1].

Емоційні реакції: тривожність (загальна тривожність, посилені відчуття небезпеки та неспокою); страх та паніка (небезпека може призвести до панічних

атак, надмірної напруги та гіпервигляду, коли особа постійно шукає ознаки небезпеки) [2]; роздратованість, агресивність; відчуття безпорадності (втрата віри в свої здібності впоратися з ситуацією); сумніви та невизначеність (важкість прийняття рішень, коли ситуація невизначена); депресія та втрата настрою (воєнний стан може викликати пригнічений настрій, втрату інтересу до раніше приємних речей, до майбутнього); зниження самооцінки та віри у свої сили; емоційна лабільність (під впливом стресу емоції можуть бути надзвичайно інтенсивними та швидко змінюватися).

Поведінкові реакції: ізоляція (відчуття відокремлення від інших людей та соціальних активностей); зміни в споживанні (зниження апетиту або, навпаки, переїдання); зміни в роботі та навчанні (зниження продуктивності, зосередження та можливість виконання завдань); звернення до шкідливих звичок (збільшення вживання алкоголю, тютюну, наркотиків); ризикована поведінка (вчинки, які зазвичай можуть викликати небезпеку, але у відповідь на стрес можуть здаватися менш значущими) [1].

Хотілося б зазначити, що стан стресу у особистості пов'язаний з:

- втратою контролю над ситуацією;
- відчуттям безпорадності.

Таким чином виникає необхідність у стабілізації психічного стану особистості для адекватного сприйняття нею навколишнього середовища. Основним моментом у стабілізації психічного стану є зниження впливу зазначених реакцій на поведінку особистості.

Тож, перш за все, слід звертати увагу на дихання, наявність напруги у тілі та порушення концентрації уваги.

Спочатку необхідно стабілізувати дихання, зробити його свідомим. У стресовому стані дуже часто людина намагається робити вдих. Оскільки, вдих це інстинктивна реакція організму. Слід пам'ятати, що у стресовій ситуації треба робити видих, а не вдих. Саме видих допомагає знизити напругу організму особистості.

Існує велика кількість технік для стабілізації дихання. Наприклад, довели свою ефективність такі техніки як «Дихання за квадратом», яку необхідно повторити до 10 разів; «Антистресове дихання 4:8», також потребує не менше 10 разів повторів. Головне при стабілізації дихання пам'ятати про те, щоб видих був удвічі довшим.

Далі необхідно звернути увагу на м'язи тіла. Як правило, у стресових ситуаціях м'язи стають напружені, виникають м'язові зажими. Тому, варто діяти за принципом «розслаблення через напругу».

Під час стресової ситуації у особистості може спостерігатися порушення концентрації уваги (тунельне бачення). Для мінімізації тунельного бачення рекомендується зробити рухи головою у різні боки. Погляд фіксувати на великих предметах та називати їх у голос.

Важливою складовою у стабілізації психічного стану особистості в стресових ситуаціях є рідина. Вода допомагає знизити рівень стресу, тому необхідно підтримувати водний баланс в організмі. Рекомендується пити воду маленькими ковтками.

У кризових ситуаціях необхідно усіма можливими засобами повернути контроль над тілом задля зниження рівня психічного напруження особистості. Рекомендації, що були нами запропоновані надають можливість людині максимально швидко стабілізувати свій психічний стан та знизити інтенсивність переживання кризової події.

Значимо, що підтримка ментального здоров'я у воєнних умовах є ключовим аспектом для збереження добробуту та забезпечення оптимальної адаптації до невизначеності та стресу.

Список використаної літератури

1. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології: монографія. Том II / за заг. ред. В.П. Садкового, О.В. Тімченка; НУЦЗУ. Х.: ФОП Панов А.М., 2022. 436 с.
2. Кризова психологія: навчальний посібник / за заг. ред. О.В. Тімченка; НУЦЗУ. Х.: КП «Міська друкарня», 2010. 383 с.

Осьодло В. І.,
доктор психологічних наук, професор
Національний університет оборони
України,

Рибчук О. Г.,
ад'юнкт Навчально-наукового
інституту воєнної історії,
Національний університет оборони
України

РОЛЬ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ У СУЧАСНОМУ ЛІДЕРСТВІ

Ми живемо у час стрімких змін, час невизначеності, складності та нестабільності. Ці нові умови вимагають нових ефективних моделей лідерства. Сучасне лідерство – це активна діяльність задля визначеної мети, а не лише посада, вплив чи статус. Війна також задає попит на лідерів. І це цілком логічний процес, адже саме під час криз та катаклізмів лідери це ті хто допомагають опановувати ситуацію, знаходити шляхи вирішення проблеми та рухатися далі.

Шукаючи відповіді на запитання, що забезпечує командир лідерську позицію?, які саме якості допомагають бути не лише формальним лідером за посадою, а й впевнено вести за собою ввірений підрозділ? для початку варто розібратися з визначенням лідерства. На сьогодні існують різні теорії лідерства, які відрізняються підходами до вивчення цього питання, зокрема:

- аналіз лідерських якостей, необхідних ефективному лідерові в будь-якому організаційному контексті, що корінням своїм походять до теорії особистих якостей, згідно цього підходу, вчені намагалися визначити лідерські якості, як їх можливо виміряти та використовувати для ідентифікації лідерів;

- аналіз прикладів лідерської поведінки, коли центр уваги у дослідженнях зрушився від пошуку відповіді на питання «хто такий лідер?», до відповіді на

питання «що і як лідер робить?». Поведінковий підхід, таким чином, створив основу для класифікації стилів керівництва;

- ситуаційний аналіз ефективної поведінки лідера, що досліджує взаємодію різних ситуаційних змінних для того, щоб виявити причинно-наслідковий зв'язок у відносинах лідерства, що дозволяє передбачити можливу поведінку лідера і наслідки цієї поведінки;

Як бачимо вивченню цього питання приділяється багато уваги, проте на сьогоднішній день єдиного визначення, яке б врахувало усі вище запропоновані теорії лідерства не існує.

Розглядаючи питання лідерства та критичного мислення офіцерів, ми виходимо з позиції, що лідерство це тип управлінської взаємодії, який ґрунтується на більш ефективному для даної ситуації поєднанні різних джерел влади і спрямований на спонукання людей до досягнення загальних цілей. Підтвердження цієї думки ми знаходимо у вислові Д. Ейзенхауера, «Лідерство – це мистецтво, яке дозволяє примусити людину робити те, що вам хочеться, тому що вона сама хоче це зробити».

Лідерство є соціальним явищем, адже з'являється лише за умови взаємодії певної кількості учасників. Що ж саме змушує людей прислухатися, підкорюватися волі іншої людини, приймати позицію та виконувати вказівки? Очевидно що достатніми підставами для такої поведінки є довіра до лідера, авторитет та його історія успіху. Усі ці якості притаманні офіцеру який мислить критично, тобто ще до того як стати лідером він активно використовує інструменти критичного мислення для вирішення складних питань та ухвалення вірних рішень. Адже критичне мислення це використання тих когнітивних навичок або стратегій, які підвищують ймовірність бажаного результату. Тобто критичне мислення робить бажані результати більш ймовірними.

Ще одним важливим аспектом критичного мислення є його рефлексивність. Дж.Дьюї, досліджуючи феномен критичного мислення, спочатку називав його рефлексивним. Саме ця якість допомагає офіцеру поглянути на проблему з різних сторін, ретельно вивчити усі аспекти і таким

чином змінити точку входу в проблему. Критичне мислення дозволяє офіцеру бути впевненим у прийнятому рішенні, адже це рішення ухвалене на підставі чітких аргументів та достатніх підстав.

Проблеми які доводиться вирішувати сучасному військовому керівнику відзначаються надзвичайною складністю, невизначеністю, невідомістю і до того ж, час на їх вирішення, може бути досить обмеженим. Як бачимо для вирішення таких завдань не існує готових алгоритмів чи інструкцій. Офіцер повинен вміти мислити самостійно, опираючись на власні знання та стратегії мислення і також вміти генерувати ідеї та аргументувати їх. Про важливість самостійного мислення зазначав ще Клаузевіц у своєму трактаті «Про війну» де він писав: розглядом предмету, веде до точного ознайомлення з ним. Вона служитиме дороговказом скрізь освітить шлях, полегшить усі кроки, виховає судження і вбереже від помилок. Для того, щоб кожен не стояв перед необхідністю наново впорядковувати матеріал і повністю його розробляти й існує теорія. Вона повинна виховувати розум майбутнього полководця або, вірніше, - давати йому настанови у самовихованні, але не супроводжувати його на полі битви».

З цього можемо зробити висновок, що критичне мислення є не просто важливою якістю сучасного лідера, це вміння яке передує лідерству. Адже для того щоб завоювати довіру, здобути авторитет у колективі, вірно та вчасно ухвалити рішення, керівнику потрібно скористатися усіма інструментами критичного мислення.

ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ У ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ

Воєнний час - це період, коли люди стикаються із безліччю небезпек, втрат, а також досвідчують постійний стрес. Ці фактори можуть мати негативний вплив на психічне здоров'я індивіда, спричиняючи ряд психічних розладів.

Серед найвідоміших психічних наслідків війни - ПТСР. Цей розлад може розвинути після переживання жахливих подій, таких як бойові дії, втрати товаришів чи цивільних осіб. Симптоми ПТСР можуть включати в себе спогади про травматичні події, уникнення місць або ситуацій, що нагадують про травму, та постійне почуття напруженості.

Воєнний час може викликати почуття безнадії та відчайю, що, в свою чергу, може призвести до розвитку депресії. Ізолюваність, втрата близьких, постійний страх - це лише деякі з причин депресивних розладів під час війни. Постійний стрес та невизначеність можуть спричинити розлади тривоги. Це може бути все від загальних симптомів тривоги до специфічних фобій або панічних атак.

Військовослужбовці, що повертаються додому після служби, можуть стикнутися з труднощами адаптації до мирного життя. Вони можуть відчувати відчуженість, роздратованість чи агресію.

Деякі особи можуть намагатися самотійно впоратися із своїм психічним станом за допомогою алкоголю, наркотиків або інших речовин. Це може призвести до зловживання та залежності.

Воєнний час є випробуванням для психічного здоров'я людини. Важливо враховувати психічні потреби військовослужбовців і цивільного населення, надаючи їм відповідну підтримку та лікування.

Вплив війни на психічне здоров'я людей є комплексним і глибоким. Особи, що опинилися у зоні конфлікту, чи це військові чи цивільні, можуть зіткнутися з додатковими психологічними викликами.

Екстремальні стресові ситуації можуть спричинити дисоціативні розлади, коли особа віддаляється від реальності, забуваючи події або відчуваючи, ніби вона спостерігає за собою збоку. Хоча основна причина є психічною, симптоми проявляються в фізичних розладах, таких як болі, слабкість чи інші дискомфортні відчуття.

Збільшення тривоги, фобій і obsesій може призвести до розладів, відомих як неврози. Вони можуть проявлятися в поганому сні, нервовості або іритації.

Воєнні дії змінюють звичний ритм життя. Цивільні, які втекли від конфлікту, можуть мати труднощі з адаптацією до нового середовища, зокрема стикаючись із проблемами ідентичності та відчуттям втрати.

Воєнний час не тільки призводить до актуальних психічних розладів, але й залишає слід у психіці людей на довгі роки. Поглибимося у довготривалі психологічні наслідки. Незакінчений, тривалий стрес може призвести до хронічних психологічних та фізичних проблем, включаючи високий кров'яний тиск, серцево-судинні захворювання та загальне зниження якості життя.

Особи, що пережили воєнний час, можуть мати підвищену схильність до суїциду через почуття безнадії, відчуття вини або відчуження від суспільства.

Переживши багато обманів і зрад під час війни, люди можуть втратити довіру до інших, що може призвести до соціальної ізоляції та почуття самотності.

На диво, деякі особи можуть відчути позитивні психологічні зміни після воєнних травм. Цей явище відомий як посттравматичний рост, коли люди розвивають глибше розуміння себе, своїх цінностей та світу навколо.

Деякі особи можуть відчувати труднощі з розрізненням воєнної реальності від мирного життя, що може призводити до проблем з адаптацією та психозами.

Довготривалі психічні наслідки воєнного часу можуть тривати десятиліттями, навіть після завершення війни. Надзвичайно важливо надавати підтримку та ресурси для допомоги тим, хто стикався із воєнними травмами, щоб вони могли відновити своє психічне здоров'я та жити повноцінним життям.

Список використаної літератури

1. Державний формуляр лікарських засобів. Випуск шостий. Розділ 5. Психіатрія, наркологія, лікарські засоби. 2014. С. 311–408.
2. Волошин П. В., Марута Н. О., Шестопалова Л. Ф. Діагностика, терапія та профілактика медикопсихологічних наслідків бойових дій в сучасних умовах : методичні рекомендації. Харків, 2014. 79 с
3. Копаниця О. В., Пішко І. О., Хоружий С. М. Практика психологічної допомоги військовослужбовцям : Методичний посібник. К. : НДЦ ГПЗ СУ, 2012. 160 с.
4. Варій М. Й. Основи психології і педагогіки : підручник. Львів : Вид-во Львів. політехніки, 2017. 547 с.

Плох В. В.,

доктор психологічних наук, професор,

професор кафедри загальної психології,

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

ЧАСОВИЙ ВИМІР ОРГАНІЗАЦІЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПРИ ОБТЯЖЕННІ НЕГАТИВНИМИ ПСИХІЧНИМИ СТАНАМИ

Особливо виразно і часто негативні психічні стани виникають і закріплюються в особистісній організації в критичних ситуаціях життєдіяльності. В момент свого виникнення і розвитку критична ситуація для людини характеризується суттєвою невизначеністю та бурхливими переживаннями з наявністю страху і тривоги. Ефективне усунення загострених протиріч вимагає від особистості адекватного обставинам узгодження активності в когнітивній і афективній сферах. В критичних ситуаціях у форматах стресу, фрустрації, конфлікту, кризи будь-які негативні емоційні реакції в підкріпленні страхом і тривогою є виснажливими й відволікають увагу від збалансованого розумового опрацювання значущої інформації. Ситуативна активація закріплених негативних психічних станів через застосування психологічних захистів, послаблення уваги, нав'язування зручних стереотипних схем розумової діяльності й поведінки перешкоджає адекватній оцінці ситуації та визначенню необхідних ресурсів для дій [3, 4].

Внаслідок негативного емоційного впливу розуміння суб'єктом смислу ситуації може бути неповним, помилковим, відсутнім. При цьому окремі стереотипні варіанти реагування для певних закріплених негативних психічних станів виявляються особливо привабливими і бажаними. Раціональний вибір з числа відомих варіантів вирішення схожих проблем в минулому без достатнього розуміння сутності поточних подій більше спирається на визначення подібності різних ситуацій по окремим особисто прийнятним і помітним ознакам, на суб'єктивну оцінку імовірності успіху, на зручність реалізації відповідно до

наявного емоційного стану. У такому випадку продуктивна антиципація дійсно можливого майбутнього перебігу подій, цілепокладання, планування дій суттєво ускладнюються, а можливість успішного вирішення проблеми – знижується.

Згідно концепції Ж. Нюттена основою мотивації та діяльності людини є її відношення з дійсністю [2]. У відповідності до цього саме розуміння смислу подій може розглядатись як визначення провідного відношення для значущих актуальних і потенціальних змін дійсності. Для подальшого розкриття змісту наведеного положення доречним є звернення до поглядів А.Н. Уайтхеда на фундаментальну сутність процесів реальності [5]. У такому баченні практично будь-який прояв і, особливо, живих організацій може відноситися до деякого процесу в його становленні з численними факторами впливу.

З визначенням суб'єктом смислу провідного відношення в поточній ситуації в процесуальному вимірі встановлюється й притаманна цьому відношенню внутрішня тенденція реалізації з якогось початку в минулому до певних орієнтирів у майбутньому. Відкриття тенденції змін провідного процесу для поточної ситуації і визначення корегуючих зовнішніх впливів дозволяє в часовому вимірі охоплювати цілісним баченням в часовій тривалості розгортання процесу з минулого через теперішнє в майбутнє [3]. При цьому суб'єкт, володіючи знанням провідного процесу, отримує можливість складати і реалізовувати у часі послідовність необхідних дій достатньо узгоджено зі змінами дійсності. В такій узгодженості реалізацій і можливо досягати оптимально збалансованого психічного стану, який розглядається в літературі як потоковий [1]. У випадку недостатності розуміння смислу того, що відбувається, ідентифікація змістовної віднесеності поточних емоцій суттєво утруднюється. У такому варіанті емоції переживаються особистістю скоріше як певний відволікаючий фон для розумових пошуків та організації дій.

У двох проведених нами емпіричних дослідженнях приймали участь 139 і 42 студенти [3, 4]. В якості психодіагностичного інструментарію використовувалися: Фрайбуржський особистісний опитувальник (FPI, форма В); Шкала «компетентність у часі» з тесту самоактуалізації особистості

(Е. Шостром); «Опитувальник часової перспективи» (Ф. Зімбардо); «Шкала переживання часу» (О.О. Кронік, Є.І. Головаха). Для статистичної обробки даних було застосовано кореляційний аналіз за Спірменом.

Було встановлено зворотній статистичний зв'язок у групі досліджуваних ($n=139$) показника «компетентність у часі» з негативними психічними станами, що відповідають: невротичності ($r_s=-.343$; $p<.001$); депресивності ($r_s=-.534$; $p<.001$); дратівливості ($r_s=-.266$; $p=.002$); сором'язливості ($r_s=-.333$; $p<.001$); емоційній лабільності ($r_s=-.468$; $p<.001$). Також визначалися статистичні зв'язки в групах досліджуваних негативних психічних станів з переживаннями часу (табл. 1) та з складовими часової перспективи особистості (табл. 2).

Таблиця 1.

Статистичні зв'язки (за Спірменом) у групі досліджуваних ($n=139$) негативних психічних станів із показниками переживання часу

Психічний стан	Статистичний параметр	Показники переживання часу					
		швидкоплинний	стрибок одібний	стиснутий	неприємний	різноманітний	роздроблений
Невротичність	R	.053	.089	.087	.208*	-.125	.135
	p	.535	.299	.310	.014	.142	.112
Спонтанна агресивність	R	.192*	.279**	.176*	.052	-.040	.197*
	p	.024	.001	.039	.541	.636	.020
Депресивність	R	.108	.175*	.052	.281**	-.174*	.168*
	p	.208	.040	.544	.001	.041	.047
Дратівливість	R	.200*	.334**	.118	.122	-.075	.271**
	p	.018	.000	.165	.154	.379	.001
Емоційна лабільність	R	.111	.147	.089	.235**	-.192*	.196*
	p	.193	.084	.298	.005	.024	.021

Примітка: * – $p < .050$; ** – $p < .001$.

Наведені результати свідчать про те, що негативні психічні стани перешкоджають узгодженому за часом та змістом повноцінному проживанню досліджуваними поточного моменту життєдіяльності (зв'язки показника «компетентність у часі»). При цьому переважаючи переживання досліджуваних по відношенню до плину часу формують суб'єктивне враження розпаду потоку подій на різні фрагменти (див. табл. 1). Також можна констатувати і емоційну напругу щодо виокремлених фрагментів часової послідовності та переходів між

ними через актуалізацію негативних психічних станів.

Таблиця 2.

Статистичні зв'язки (за Спірменом) у групі досліджуваних (n=42) негативних психічних станів із складовими часової перспективи

Психічний стан	Статистичний параметр	Складові часової перспективи		
		Минуле негативне	Теперішнє гедоністичне	Теперішнє фаталістичне
Невротичність	R	.572**	.322*	.235
	p	.000	.038	.133
Депресивність	R	.651**	.315*	.485**
	p	.000	.042	.001
Дратівливість	R	.485**	.253	.425**
	p	.001	.107	.005
Сором'язливість	R	.537**	.206	.469**
	p	.000	.191	.002
Емоційна лабільність	R	.590**	.237	.411**
	p	.000	.131	.007

Примітка: * – $p < .050$; ** – $p < .001$.

Таким чином цілісність організації актуального моменту життєдіяльності, яка ґрунтується на розумінні особистістю смислу її критичних відношень з дійсністю, через негативні психічні стани суттєво порушується. При цьому зв'язки між окремими фрагментами часової послідовності скоріше несуть на собі відбитки протиріч, відповідного емоційного забарвлення та схем психологічних захистів, що стали підґрунтям для формування того або іншого негативного психічного стану [4].

Останнє підтверджується значущими зв'язками негативних психічних станів з орієнтацією досліджуваних на негативні враження з минулого (див. табл. 2). Разом із цим цілісність часової організації діяльності порушується через суттєве скорочення передбачуваної перспективи майбутнього. Скорочення часового горизонту майбутнього відбувається у наближенні до виміру теперішнього з його гедоністичним наповненням (див. табл. 2). Останній факт може пояснюватись намаганнями досліджуваних позбутися внутрішньої емоційної напруги через застосування компенсаторних захисних реакцій від тиску з боку фіксованих протиріч з минулого та від страху через невизначеність

перебігу майбутнього.

Висновки

1) Суттєва виразність негативних психічних станів (невротичність, депресивність, дратівливість, сором'язливість, емоційна лабільність) перешкоджає повноцінному проживанню особистістю поточного моменту організації діяльності в його цілісності, осмисленості, поєднанні в необхідній повноті і узгодженні всіх значущих часових компонентів з минулого досвіду, з теперішнього, яке сприймається, з передбачуваного можливого майбутнього.

2) З обтяжуючими особистістю негативними психічними станами пов'язано здебільшого неприємне враження фрагментації, розриву, розпаду часової послідовності змін в межах єдиного процесу організації діяльності з характерними переживаннями стрибкоподібності, прискореності, роздробленості плину психологічного часу.

3) Негативні психічні стани для особистості в побудові часової перспективи діяльності пов'язані з зосередженням на негативному минулому, з гедоністичною спрямованістю в теперішньому, з обмеженістю осмисленого визначення майбутнього, з покладанням на випадковість й зовнішні обставини.

Список використаної літератури

1. Csikszentmihalyi, M. Finding Flow: The Psychology of Engagement with Everyday Life. New York: Basic Books, 1998. 192 p.
2. Nutten, J. Motivation, Planning, and Action: a Relational Theory of Behavior Dynamics. Leuven & Hillsdale, New York: Leuven University Press. 1984. 251 p.
3. Plokhikh, V. V. Limitation of psychological defense on the formation of students' time perspective. Insight: the psychological dimensions of society. 2022. 8. P. 39-55. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2022-8-4>
4. Plokhikh, V., Yanovskaya, S., Bilous, R. Psychological Defenses of Students in the Process of Experience of Time. BRAIN. Broad Research in Artificial Intelligence and Neuroscience. 2023, Volume 14, Issue 1, pages: 138-156. <https://doi.org/10.18662/brain/14.1/411>
5. Whitehead A. N. Process and Reality. New York, 1969. 471 p.

Похілько Д.С.

*кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник,
провідний науковий співробітник навчально-наукової лабораторії
екстремальної та кризової психології науково-дослідного центру,
Національний університет цивільного захисту України*

ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ДИТИНИ В КРИЗОВИХ ЖИТТЄВИХ УМОВАХ: РОЛЬ ДОРОСЛОГО

Наразі питання збереження психічного здоров'я українців є одним з найважливіших, і стоїть, напевно, одразу на наступному місці після перемоги. За ініціативи та за підтримки першої леді Олени Зеленської з грудня 2022 року діє Національна програма психічного здоров'я та психосоціальної підтримки українців. Саме від людини, її стану здоров'я, її поглядів та можливостей залежить майбутнє усієї держави. Наявність постійної загрози життю, психологічне та фізичне виснаження, насильство, втрата рідних, окупація, постійні обстріли, руйнування будинків, вимушене переселення, проживання в будівлях, які до цього зовсім не придатні й багато чого іншого негативно впливають на здоров'я людини.

Нажаль, війна не обирає жертв, вона вбиває та калічить усіх: і мужнього воїна, і беззахисну дитину. З впевненістю можна сказати, що війна є травматичною подією в житті кожної української дитини, й точно залишить в її психіці свій чіткий відбиток травми. Для когось цей відбиток вже є помітний сьогодні, а в когось, за наявністю певних умов, він може проявитися і через 5, 10, 20 і навіть 50 років. Адже, для кожної дитини початок війни був несподіванкою; війна, так чи інакше, принесла із собою реальну та екзистенціальну загрозу життю; війна принесла значні емоційні переживання; в перші дні вона посіяла паніку та нерозуміння що робити, як діяти тощо. Все це є необхідними компонентами для формування психологічної травми в особистості, тим паче в незрілої психіці дитини.

Можна сказати, що діти страждають вдвічі більше ніж дорослі. Першим джерелом травматизації для дитини стає безпосередньо сама небезпечна ситуація війни, другим – емоційно ізольований дорослий (див. рис.1). Так відбувається, бо дитина з народження сприймає світ і події в ньому через дорослого, орієнтується щодо реакцій та моделей поведінки в тій чи іншій ситуації на дорослого, що знаходиться поруч, і якому вона довіряє. Така картина сприйняття світу прийнятна для дітей перших років життя, але, враховуючи той факт, що війна є нестандартною подією, то й орієнтація дитини на реакції дорослого залишиться в поведінці дитини на довший час. Це відбувається за рахунок того, що травмована психіка повертається до більш ранніх форм поведінки.

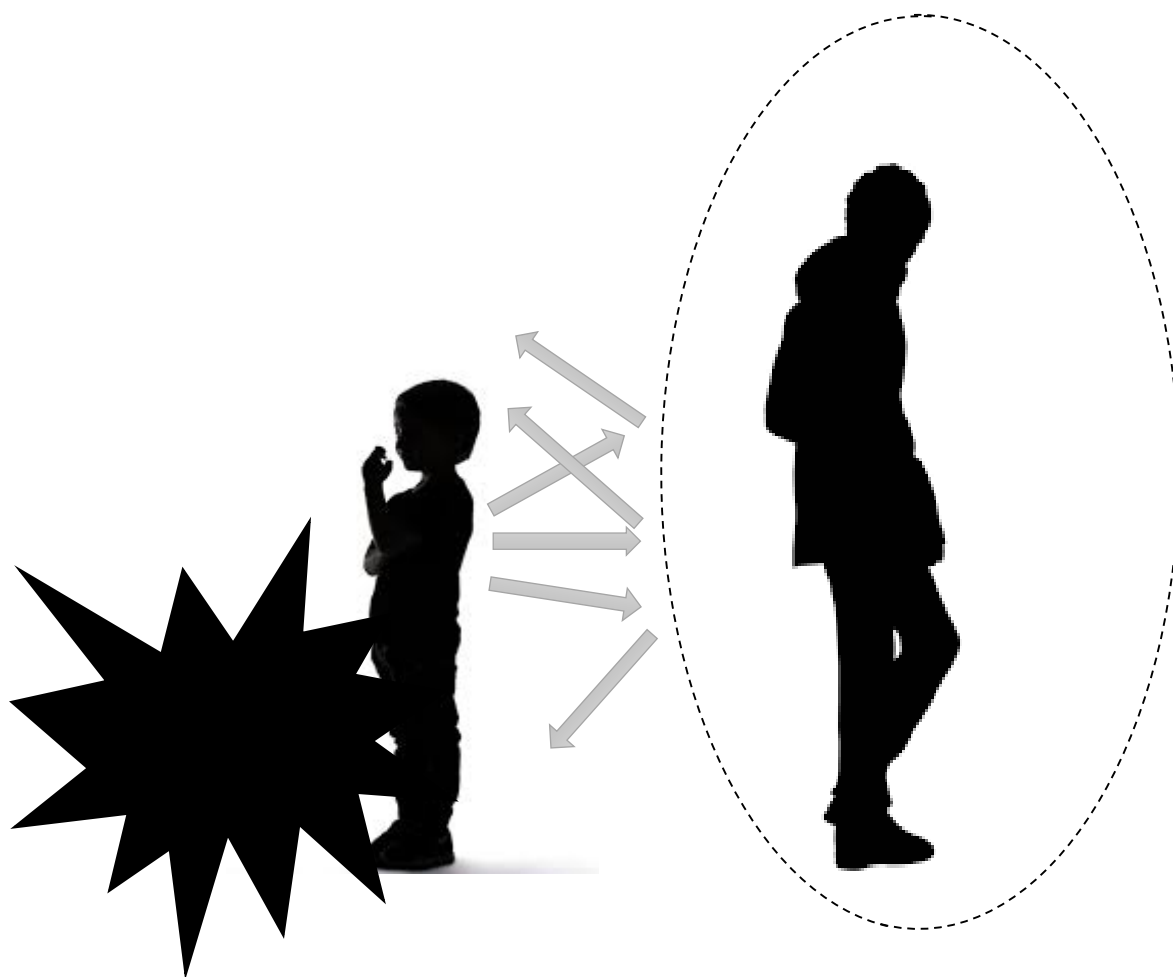


Рис. 1. Джерела травматизації дитини

Другим травматичним моментом є емоційно ізольований дорослий, який не чує і не реагує на потреби дитини. Травмований дорослий, який сам потребує

допомоги, і який знаходиться немов у вакуумі під дією механізмів психологічного захисту, просто фізично не може чути і бачити потреби дитини. Не може надати потрібної їй уваги, підтримки та піклування. Дитина при цьому на несвідомому рівні відчуває себе покинутою, на самоті зі своїми внутрішніми переживаннями, страхами тощо.

В доданок ще варто сказати, що дитина завжди віддзеркалює стан дорослого, якщо дорослий дуже емоційно реагує, виплескуючи свій внутрішній стан, то й дитина буде себе поводити схожим чином. Навіть, якщо дорослий не транслює своїх емоцій, але відчуває сильне нервово напруження, роздратування, злість, то й дитина буде знервованою.

Отже, дорослий в кризовій ситуації для дитини в першу чергу є еталоном сприйняття, реагування та поведінки в ситуації що склалася.

По друге, сам дорослий завдає емоційний фон, який буде панувати у відносинах з дитиною.

По третє, дорослий є опорою та підтримкою для дитини, який допомагає впоратися з усіма переживаннями та проблемами. Недарма старовина італійська приказка говорить: «Якщо дитина в біді, то закрій рот та відкрий обійми».

Шкоду, яку вже нанесла нашому народові русько-українська війна не можна буде порахувати в повному обсязі, адже її відголоски будуть лунають ще в декількох поколіннях українців.

Поплавська Є.В.

кандидат психологічних наук, доцент

кафедри педагогіки та психології

Міжнародний гуманітарний університет

МЕНТАЛЬНІСТЬ У КОНТЕКСТІ ВЗАЄМОДІЇ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ВІРТУАЛЬНОЇ РЕАЛЬНОСТЕЙ

Сучасний світ відрізняється високотехнологічною культурою, розвиненою ІТ-індустрією та інтенсивним впровадженням технологій, які дозволяють віртуально моделювати соціальні процеси, створювати доповнену та змішану реальності на стику соціального та віртуального світів. В таких умовах відбувається інтеграція людини у великі світи, іменовані «мета всесвітами», «штучними суспільствами», «цифровими двійниками». Ефективність віртуальних моделей у вирішенні соціальних завдань розширює сферу їх застосування. З кожним роком «цифрові двійники» соціальної реальності стають доступними людям різного віку та соціальних груп. При цьому залученість людини та суспільства до процесів віртуального життя змінює звичні для них соціальні практики, принципи вибудовування комунікацій та здійснення ефективної діяльності.

Впровадження віртуального світу у соціальний визначає специфічні умови життя людини на межі цих двох складних світів. Згідно з останніми дослідженнями [4], соціальний та віртуальний світи відрізняються ієрархічною структурою, системою правил та норм поведінки агентів, змістом санкцій, цінностей та смислових орієнтирів. Віртуальний світ, будучи цифровою моделлю соціального світу, не передає всі властивості оригіналу, лише деякі з них, найбільш значущі для цілей розробників. Отже, структура та зміст цих світів не завжди і не у всьому збігаються. Помітна тотожність зовнішніх кордонів об'єктів та процесів, тоді як їх зміст, якості та властивості багато в чому різняться. Людині доводиться одночасно відповідати вимогам, що висувуються

соціальним та віртуальним світами. В результаті відбуваються зміни в когнітивній сфері (удосконалюються розумові здібності людини; розвивається її інтелект; одночасно, скорочуються обсяги довготривалої пам'яті, уява стає мізерною).

Свідомість людини опиняється у стані максимальної напруги: перебудовуються ментальні програми дій, з'являється суперечливість і нестабільність сенсожиттєвих орієнтирів, виникають складності прийняття рішень, як наслідок, неможливість вибору вірних поведінкових стратегій. У зв'язку з цим вчені заговорили про високу ймовірність виникнення системи загроз безпеці особистості, включеної до умов віртуального світу. До війн, епідемій, руйнування екосистем, забруднення навколишнього середовища, продовольчих криз як основних загроз безпеці, на думку дослідників, додалася віртуальна реальність і тотальна «залученість» до неї особистості [5].

У зарубіжних дослідженнях домінує вивчення впливу технологій віртуальної (VR) та доповненої реальності (AR) на когнітивну сферу особистості [6], а також впровадження технологій віртуальної реальності (VR) у медицину та охорону здоров'я [4]. Так «віртуальна реальність» розглядається у прив'язці до спеціалізованих технічних винаходів та інтерфейсів (технологій VR, AR), що дозволяють симулювати звуки та зображення, характерні для світу природи та світу людей [3]. Закордонні вчені вважають, що потрапити у віртуальну реальність можна виключно за допомогою рукавичок, шоломів, окулярів, платформ та інших пристроїв. За їх відсутності віртуальна реальність стає потенційною.

Ряд дослідників називають віртуальну реальність штучним феноменом, «штучною соціальністю», визначаючи її як комунікативну мережу, в якій комунікації здійснюються між людьми та іншими агентами (штучним інтелектом) [5]. Дослідження віртуальної реальності обмежуються аналізом її впливу на психіку людини, її здоров'я, соціалізацію особистості, навчальне та наукове пізнання, взаємодію з навколишнім світом [1; 4; 6]. Такі дослідження не можна назвати досить повними у зв'язку з тим, що вчені не приділяють належної

уваги аналізу галузі співвідношення соціальної та віртуальної реальностей, виявлення ефектів від взаємодії даних «світів» та їхнього впливу на людину та її свідомість.

З одного боку, інтеграція соціальної та віртуальної реальностей створює нові можливості для розвитку людини та суспільства, для освоєння та перетворення дійсності, дає можливість прогнозування наслідків діяльності та мінімізує ризики. З іншого боку, віртуальна реальність, функціонуючи всередині соціальної, впроваджується у її засади, впливаючи на природу «людського», на психофізіологію, психіку, свідомість. У результаті трансформується ментальність людини: змінюється зміст ключових та периферичних рівнів ментальності, її глибинних та поверхневих структур (відбувається зміна ціннісно-смыслових установок та архетипічних засад). Змінюється не тільки навколишній світ, а й сама людина, її духовна сфера, свідомість. Звичні для людини моделі поведінки, засновані на ментальних програмах, втрачають своє значення і перестають працювати за умов співвідношення соціальної та віртуальної реальностей. При цьому нові ментальні програми перебувають у стадії становлення. Це визначає необхідність наукового осмислення трансформацій ментальності в умовах співвідношення соціальної та віртуальної реальностей.

Дослідження трансформації ментальності в умовах співвідношення соціальної та віртуальної реальностей доповнює соціокультурну теорію ментальності, ставить проблеми ментальності у віртуалістиці, розвиває концепцію соціального синкретизму, дозволяє аналізувати особливості свідомості людини цифрової епохи, визначати схеми та моделі її поведінки, отже, вчасно . необхідні корективи.

У зарубіжних дослідженнях наголошується, що «люди – це ультра соціальний вигляд», проте взаємодії людей необхідно досліджувати з позицій «розширеного еволюційного підходу», тобто у контексті співвідношення природної, генетичної та культурної еволюції [5]. В даний час провідними є дослідження впливу зовнішньої природи на здоров'я, когнітивні здібності

людини та її свідомість [6]. Зазначається, що залученість людини в природу благотворно впливає на організм та розумові процеси. Причому в дослідженнях зовнішня природа найчастіше імітується за допомогою технологій VR та AR.

Віртуальна реальність була створена та успішно інтегрувалася в соціальну реальність, проте яскраві ефекти співвідношення віртуальної та соціальної реальностей стали помітними саме в новому «світі», для характеристики якого застосовують абревіатуру BANI-світ. Крихкий (Brittle), неспокійний (Anxious), нелінійний (Nonlinear), незбагнений (Incomprehensible) світ, який характеризується появою невідомих людині потрясінь, які дивують і його дезорієнтують. Технології VR і AR подібно до штучного інтелекту є частиною нашого життя, вони створені для успішнішої орієнтації людини у світі, проте зруйнувати її якраз можуть ефекти від співвідношення віртуальної та соціальної реальностей.

Список використаної літератури

1. Deutsch D. (2011) The fabric of reality. Penguin UK. 400 p .
2. Imhoff, R., Zimmer, F., Klein, O. et al. (2022) Conspiracy mentality and political orientation across 26 countries. Nat Hum Behav 6, 392–403. <https://doi.org/10.1038/s41562-021-01258-7>
3. Stanković, S., Lazarevic, L. B., & Knezevic, G. (2021). The role of personality, conspiracy mentality, REBT irrational beliefs, and adult attachment in COVID-19 related health behaviors. <https://doi.org/10.31234/osf.io/q2nye>
4. Hugues, O., Fuchs, P., Nannipieri, O. (2011). New Augmented Reality Taxonomy: Technologies and Features of Augmented Environment. In: Furht, B. (eds) Handbook of Augmented Reality. Springer, New York, NY. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-0064-6_2
5. Henrich, J., & Muthukrishna, M. (2021). The origins and psychology of human cooperation. Annual Review of Psychology, 72, 207–240. <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-081920-042106>
6. Browning, M. H. E. M. et al. (2021). The Role of Methodological Choices in the Effects of Experimental Exposure to Simulated Natural Landscapes on Human Health and Cognitive Performance: A Systematic Review. Environment and Behavior, 53(7), 687–731. <https://doi.org/10.1177/0013916520906481>

Пастернацький А. В.

аспірант кафедри психології і педагогіки,

Міжнародний гуманітарний університет

ОСНОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТА ЯКОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ

В еволюції сформувалася особлива форма психічного відображення значущих об'єктів та подій – емоції. Те саме явище у різних людей викликає різні емоційно-вольові стани і процеси. Емоції наповнюють наше життя емоційним змістом та визначають ступінь активності особистості. Почуття відповідають найвищим соціальним потребам, виражають духовний світ людини і є характеристикою її особистості. Здатність людини до самодетермінації та саморегуляції, упорядкованості, цілеспрямованості та свідомості можлива завдяки вольовим проявам особистості. Воля є психічною функцією, яка буквально пронизує всі сторони життя людини, робить її вільною від зовнішніх впливів.

Емоції – це суб'єктивні реакції людини на впливу зовнішніх і внутрішніх подразників, що відображаються у формі переживань та особистої значущості для суб'єкта і виявляються у вигляді задоволення або невдоволення. Часто у літературі поняття «емоції» та «почуття» ототожнюються. Емоції та почуття справді взаємопов'язані, але по суті мають і суттєві відмінності. Так, емоції – це відносно прості переживання, які виникають у певній ситуації та зникають разом з нею. Вони притаманні людям та тваринам. Почуття утворюються на основі базових емоцій, шляхом опосередкування соціальними емоційними еталонами (етичні та естетичні категорії).

Емоції супроводжують всі прояви життєдіяльності людини і виконують важливі функції в регуляції поведінки та діяльності людини: пристосувальну, сигнальну, оцінюючу, регуляторну та комунікативну. Основні характеристики емоцій: модальність, знаковість, інтенсивність, тривалість, ступінь

усвідомленості. Розглянемо їх більш докладніше.

Модальність – основна якісна характеристика емоцій, що визначає їхній вид за специфікою та особливою забарвленістю переживань. За модальністю виділяються три базові емоції: страх, гнів і радість. При всьому різноманітті практично будь-яка емоція є своєрідним виразом однієї з цих емоцій. Наприклад, тривожність, занепокоєння являють собою різні прояви страху; злість, роздратування, лють – гніву; весілля, тріумфування, торжество – радість.

Характер переживання визначає знаковість емоцій – позитивні і негативні, залежно від того, яку дію індивід проводить у позитивному чи негативному ставленні до його потреб, інтересів, установок. За впливом на організм і впливом на подальшу поведінку людини емоції поділяються на стеничні та астенічні. Стеничні емоції підвищують життєдіяльність та активність людини, астенічні, навпаки, знижують. Позитивні емоції частіше мають стеничний ефект. Більшість негативних емоцій виражаються чи в тій чи в тій формі.

Емоції характеризуються також інтенсивністю, тривалістю та усвідомленістю. Діапазон відмінностей за інтенсивністю внутрішнього переживання і зовнішніх проявів дуже великий. Наприклад, радість може виявлятися як слабка за силою емоція, наприклад, коли людина відчуває задоволення. Захват – емоція більшої сили. Гнів проявляється в діапазоні від подразливості та обурення до ненависті та люті.

За тривалістю емоції тривають від кількох секунд до багатьох років, іноді протягом усього життя. Ступінь усвідомленості емоцій також може бути різним. Деколи людині важко зрозуміти, яку емоцію він відчуває і чому вона виникає. Іноді має місце одночасна взаємодія протилежних емоцій, наприклад любові та ненависті чи радості та смутку. У цьому проявляється амбівалентність емоцій як наслідок складного і неоднозначного ставлення людини до об'єкта, що викликає переживання.

Якості, що характеризують кожну конкретну емоційну реакцію, можуть поєднуватися по-різному. Основні форми вираження емоцій – чуттєвий тон, ситуативна емоція, афект, пристрасть, почуття, настрої і стрес.

Чуттєвий тон проявляється в тому, що багато відчуттів людини мають певне емоційне забарвлення. Ми не просто відчуваємо якийсь запах чи смак, а сприймаємо його як приємний чи неприємний. Відчуваючи тепло чи холод, ми одночасно відчуваємо задоволення чи невдоволення. Образи сприйняття, пам'яті, мислення, уяви також емоційно забарвлені.

Ситуативні емоції виникають у процесі життєдіяльності людини найчастіше інших емоційних реакцій. Їх основними характеристиками прийнято вважати відносно невелику силу, короткочасність, швидку зміну емоцій, малу вираженість зовнішніх проявів. Ситуативні емоції, як правило, не чинять на поведінку людини сильного впливу. У той же час при помітному переважанні протягом тривалого періоду позитивних або негативних емоцій вони здатні змінити його настрій, підвищити або знизити працездатність.

Якщо події, що відбуваються, мають для людини дуже високу значимість, а ситуація для неї занадто складна і вона не справляється з нею, її емоційна реакція може висловитися у формі афекту.

Афект – це бурхливий, короткочасний перебіг емоцій, що супроводжується яскраво вираженими поведінковими реакціями і вегетативними симптомами. Афект повністю захоплює психіку людини, оскільки має властивості домінанти, гальмує всі інші процеси. Це спричиняє звуження, а часом і відключення свідомості, зміни у мисленні і, як наслідок цих змін, неадекватну поведінку.

Пристрасть – це сильний глибокий, тривалий емоційний стан з високим ступенем усвідомленості, що породжує високу активність особистості, спрямовану на досягнення своєї мети чи предмета пристрасті.

Настрій – більш чи менш тривалий і стійкий емоційний стан, що забарвлює всі інші переживання і діяльність людей. Це цілісне світовідчуття, що зберігається протягом тривалого періоду і фарбує всю поведінку людини. Настрій характеризується відносно великою силою, різним ступенем тривалості і усвідомленості. Настрій завжди має причину (зовнішню чи внутрішню). До зовнішніх причин належать: фізичне самопочуття, хронічні захворювання, властивості нервової системи, темперамент, характер. Зовнішні причини в

основному пов'язані з співвідношенням успіху і невдач, характером міжособистісних відносин тощо. Настрій різних людей, викликаний однією і тією ж причиною, може бути неоднаковим і навіть протилежним.

Стрес – стан нервово-психічного напруження, тривалий, ступінь усвідомленості довга. Це загальна неспецифічна реакція організму у відповідь на інтенсивний вплив стресорів. Існують три групи ознак ступеня стресу: фізіологічні прояви; зростання напруженості; зміна функціонального рівня діяльності, які виявляються у зміні його якісного показника.

Фрустрація – психологічний стан, що виражається в крайній пригніченості і дезорганізує свідомість і діяльність людей. Вона виникає, коли ступінь незадоволеності вищий, ніж людина може стерпіти. Вона може бути викликана об'єктивними чи уявними причинами. Фрустрація може виявлятися у формі агресії, фіксації та депресії.

Екстаз – це болісно захоплений стан. Досить сильний, але короткочасний. Середній ступінь усвідомленості, тобто людина, що усвідомлює причину стану, може керувати своєю поведінкою, але контроль за поведінкою слабшає.

Емоційність особистості пов'язана з її моральним, духовним потенціалом. Володіння емоціями – одна з переваг людини. Але це не означає, що обов'язково треба бути байдужим. Необхідно володіти своїми емоційними реакціями. Смілива людина не позбавлена почуття страху – вона обдарована владою над ним. Володіння своїми почуттями це не придушення їх, а включення у складну систему емоційно-вольової регуляції, надання їм доцільної спрямованості.

Панченко О. А.,

*доктор медичних наук, доктор наук з державного управління,
професор, Заслужений лікар України, генеральний директор
Державний заклад «Науково-практичний медичний
реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України»,
президент Громадської організації «Всеукраїнська
професійна психіатрична ліга»*

Кабанцева А. В.,

*кандидатка психологічних наук, завідувачка
відділення клінічної психології, учена секретарка,
Державний заклад «Науково-практичний медичний
реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України»,
доцентка кафедри медичної психології ПрАТ ВНЗ «МАУП»*

ОСОБИСТІСТЬ У ТУРБУЛЕНТНОМУ ЧАСІ

Розгляд означеної теми потребує конкретизації понятійного апарату, де вихідним є «турбулентний час». При вивченні цього поняття слід виходити з того, що воно знаходиться у семантичному полі інших вихідних понять: «турбулентність» і «епоха турбулентності».

Турбулентність. У другій половині ХХ століття науковці звертають увагу на той факт, що такі ознаки кризи, як бурний розвиток подій, непередбачуваність, невизначеність, нестабільність, із винятків перетворюються на норму життя у сучасному світі. Поступово в середовищі соціологів, політологів, економістів, і других дотичних спеціалістів популяризується категорія «хаос» для опису соціальних систем. Нелінійний підхід і теорія хаосу презентували нове, більш адекватне сучасним умовам, уявлення про соціальні системи, в яких динамічність та різноманітність визначають їх нестабільність, нестійкість і некерованість. У межах такого дискурсу з'являється категорія

«турбулентність», що здатна максимально коректно відобразити стан системи як вихідної умови соціально-політичної динаміки. Деякі вчені зазначають, що турбулентність можна розглядати в якості як екзогенного, так і ендогенного явища, тобто не лише властивістю зовнішнього середовища, але й внутрішньої організації [1]. Зовнішня турбулентність може викликати внутрішню турбулентність, але внутрішня турбулентність може призвести до формування середовища як турбулентного та загрозливого. У даному контексті слід наголосити на тому, що людина, як особистість, також може розглядатись як організована система, що знаходиться у зовнішньому середовищі – суспільстві, турбулентність якого впливає на її ментальний стан. В свою чергу особистість також є фактором турбулентності щодо суспільства. Уорд Гуденаф джерелом соціальної турбулентності вважає занепокоєння особистості соціальною ідентичністю та особистою цінністю. Допоки люди залишаються людьми, вони будуть стурбовані своєю індивідуальною та груповою ідентичністю, а також почуттям цінності, яке вони з неї виводять, особливо з огляду на дедалі складніші соціально порядки, в яких живуть люди. Звідси, на його думку, можна очікувати, що соціальна турбулентність триватиме постійно як артефакт нашої людяності [2].

Епоха турбулентності. Згідно класичного уявлення, епоха – тривалий період, що виділяється за характерними явищами, подіями. За авторським визначенням «епоха турбулентності – це історичний період, коли частішають і загострюються економічні та соціально-політичні конфлікти із характерним зростанням насильства у вигляді війн, революцій, тероризму; відчуття краху колишнього стабільного стану, бурхливих суперечливих емоцій (від утопічних надій до розгубленості й песимізму), що ведуть до істотного порушення психічного здоров'я населення, внутрішнього соціального порядку в державі, а також порядку та форм міжнародних відносин».

Турбулентний час. У семантичному полі спільною ознакою турбулентного часу з турбулентністю є явища, що носять мінливий, неочікуваний та/або непередбачуваний характер, а спільною ознакою з епохою турбулентності є

акцент на певний часовий проміжок. Зрозуміло, що поняття «турбулентний час» вказує на певний період у довгостроковому часовому вимірі епохи турбулентності, який не має чітких меж своєї протяжності, але йому присутня циклічність прояву в глобальному цивілізаційному розвитку. Спільною рисою для всіх названих категорій у семантичному полі є поняття «криза». Зараз людство переживає накопичення криз, пов'язаних складною динамікою суспільних процесів. Їх причини та наслідки перетікають одна в одну. Таке накопичення криз відоме як полікриза: одночасне виникнення кількох катастрофічних подій. Полікризу важко досягнути, оскільки катастрофічні події можуть бути розподілені як географічно, так і між різними рівнями та соціальними групами, викликаючи подальші несподівані події та процеси. Канадський дослідницький центр Cascade Institute концепцію полікризи окреслює у трьох її суттєвих особливостях (цитуються по [3]). Перша з них – наявність причинно-наслідкових зв'язків між кризами, що виникають. Друга – залучення в кризу відразу декількох систем. Третьою особливістю називається те, що в ситуації полікризи «колективний ефект» криз в окремих системах, які «взаємодіють, посилюють і видозмінюють одна одну», не можна порівняти із «сумою ефектів, які б вони мали окремо».

Протягом останніх років колективна увага світових лідерів зосереджена на «виживанні» та подоланні «надзвичайних ситуацій» на тлі соціальної та політичної поляризації, загострення геополітичного протистояння. Довгострокові ризики, такі як зміна клімату, здоров'я та безпека людини, цифрові права, брак ресурсів та економічна нестабільність набули накопичувального характеру, створюючи загрозу нової полікризи, яка може утворитися у найближчому десятилітті.

Адам Туз підкреслює, що полікриза є реальною не тільки на суспільному рівні. Вона насправді відчувається і має вплив і на особистому рівні [цитуються по [3]].

Полікриза – це дія та наслідки взаємозалежних кризових факторів, що спричиняють синергетичний ефект у певному проміжку часу. Цей проміжок

можна визначити як поняття «турбулентний час» – певний період у континуумі епохи турбулентності, що інтегрує взаємозалежні турбулентні явища у полікризу як у глобальному, так і у особистісному вимірі, викликаючи синергетичний ефект. Згідно даної логіки, накопичення кризових факторів веде до складного взаємозв'язку проблем, антагонізмів, неконтрольованих процесів, тобто виникнення у людини, на нашу думку, життєвої полікризи. Торкаючись найбільш фундаментальних життєво значущих цінностей і потреб людини, дезорганізуючи її життєдіяльність, полікриза стає домінантою внутрішнього життя і супроводжується сильними емоційними переживаннями. У життєвій полікризі особистість одночасно виступає суб'єктом (хто здійснює діяльність якій надає сенс, наповнює новим її змістом, має свободу прийняття рішень, виокремлює себе з реальності) і об'єктом (знаходиться в полі об'єктивної реальності, має обмеження волі, сприймає прийняті рішення та дії, підпорядковується їм, при цьому перетворюючись і змінюючись сам). Отже, особистість як суб'єкт має на меті змінити світ, зрозуміти реальність і відреагувати на неї, а як об'єкт – здійснює пасивне прийняття дій. Головним є те, щоб особистість залишалася суб'єктом.

Список використаної літератури

1. Fischer, M. D. Organizational turbulence, trouble and trauma: Theorizing the collapse of a mental health setting. *Organization Studies*. 2012. 33 (9). P.1153–1173.
2. Ward H. Goodenough. Concern with Social Identity and Personal Worth as a Source of Social Turbulence. *Proceedings of the American Philosophical Society*. Vol. 134. No. 3 (Sep., 1990). P. 328-334.
3. Чи є життя в полікризі: чому нове слово налякало Давос?. 16.02.2023. URL: <https://xn--90aamhd6acpq0s.xn--j1amh/teoriya/chy-e-zhyttya-v-polikryzi-chomu-nove-slovo-nalyakalo-davos>

Райчева Л. І.

кандидат економічних наук, доцент.

начальник навчального відділу,

Міжнародний гуманітарний університет

ПСИХОЛОГІЯ ОСВІТИ

В КОНТЕКСТІ ІМПЛЕМЕНТАЦІЇ ЕКОНОМІКИ ЗНАНЬ

Розвиток інноваційної економіки, як доведено світовою практикою, забезпечується виключно за рахунок знань, інформації, новітніх технологій. Знання перетворюються на один із основних факторів виробництва. Такий ресурс проявляється у синергічному ефекті від найбільш ефективного використання ресурсів земля, капітал, праця. Лише подолання розриву між домінуючим в Україні виробництвом, що базуються в основному на сировинно-видобувних галузях економіки, і економікою, заснованої на знаннях забезпечує домінування в Україні інноваційної моделі соціально-економічного розвитку. До того ж, досвід багатьох країн Центральної та Східної Європи переконливо свідчить про розвиток економічного зростання, що можливий лише з-за умови переходу до економіки знань, в якій порівняльні переваги країн усе менше визначаються багатством природних ресурсів і все більше – технічними інноваціями і конкурентним застосуванням знань або їхнім поєднанням.

Для України реалізація першочергових завдань стратегії «конкурентоспроможна особистість – конкурентоздатна освіта – конкурентоздатна економіка», а також відповідної економічної, освітньої й науково-технічної політики є можливою за умови забезпечення високого рівня освітньо-професійного, у першу чергу економічного, рівня населення, модернізації організаційно-управлінської системи всіх видів економічної діяльності на інноваційних засадах [1]. Безперечно, один з напрямів вирішення зазначеної проблеми - це розвиток у молоді підприємницьких здібностей, які

забезпечуватимуть досягнення реальних успіхів у будь-якій області вибраної ними професійної діяльності [2].

Отже, вимоги економіки, заснованої на знаннях, висуває перед суспільством освітянську проблему *формування економічної культури молоді, її бізнес-підготовки до входження у життя за умов розширення підприємницьких складових інноваційної економіки*, перебудови змісту вищої економічної освіти. Тому, актуальним є вирішення проблеми якісної підготовки майбутніх фахівців з підприємницької діяльності, що обумовлює переосмислення та методологічне обґрунтування процесу бізнес-освіти, а вища освіта, інтегруючи навчальну, дослідницьку та інформаційну функції, сприяє розширенню економічних можливостей країни, виступає в якості реалізатора стратегії економічного зростання на основі знань [3, 4].

Так, сьогодні саме *«виробництво» знань є основним джерелом зростання економіки* країни: освіта надає реальний вплив на розвиток економіки країни, визначає рівень її життя і конкурентоспроможності в світі за рахунок підготовки кваліфікованих фахівців, формування знань і створення можливостей для отримання доступу до глобальної інформації. Здатність суспільства створювати і продуктивно застосовувати знання, перетворювати їх в джерело прибутку має визначальне значення для сталого економічного розвитку і підвищення життєвого рівня населення країни [3].

Економіка знань або економіка, що створена на засадах знань – це економіка, у якій більшу частину валового внутрішнього продукту забезпечено діяльністю з виробництва, обробки, зберігання і розповсюдження інформації і знань [9]. Також економіка, заснована на знаннях, або *знаннєва економіка* – модель економіки, у якій наукові знання та їх технологічне застосування забезпечують більшу частку економічного зростання, порівняно з іншими відтворювальними факторами. Відтак, враховуючи багатоплановість проблем формування та розвитку економіки знань, їх взаємозв'язок з усіма аспектами функціонування економічної системи, окремі питання зазначеної проблематики

вивчали зарубіжні та вітчизняні дослідники, зокрема Д. Белл , Дж. Гелбрейт , В. Андрущенко, В. Луговий та ін.

Отож, з викладеного вище *під економікою знань розуміють* три системно ув'язані *основні сфери*: 1) освіта і навчання, що спрямовані на індустріальне запровадження новітніх знань в голови людей, і виробництво, формування високо інноваційного інформованого людського капіталу; 2) спрямування науки, на генерування та індустріальне накопичення наукової інформації, стовідсоткове її залучення до освіти і виробництва; 3) високотехнологічне виробництво, конкурентоспроможність якого визначалася б не близькістю до влади, а інноваційним рівнем, в умовах якого (виробництва) інновації стали б найістотнішим, іманентним чинником виживання підприємства у конкурентній боротьбі як на внутрішньому, так і зовнішньому ринках .

Особливо ефективною для тих суспільних суб'єктів, які цілеспрямовано орієнтуються на самореалізацію в рамках певних форм підприємницької активності має бути *економічна соціалізація*. Одним з фундаментальних структурних елементів такої соціалізації є система освіти, від якісних та кількісних показників якої багато в чому залежить міжнародна конкурентоспроможність економіки України, її внутрішня стабільність, здатність до інноваційного розвитку. А важливим аспектом теорії формування і розвитку економічних знань, що, власне, і вказує на їх зміст, є *професійна підготовка*, як одна із ланок побудови ефективної системи економічної освіти особистості. Концептуально ж *складовою професійної освіти є бізнес-освіта* яка орієнтована на задоволення потреб особистості, групи, суспільства, держави.

В бізнес-освіті крім навчання підприємництву і бізнес-стандартам, значна увага приділяється розвитку лідерства та бізнес-дослідженням. Так, знання у сфері бізнесу дає можливість моделювати алгоритми процесів з реалізації різних варіантів підприємницьких ідей. Така освіта дає підґрунтя для дій підприємця з урахуванням юридичного, управлінського, морально-етичного, економічного та інших аспектів діяльності. Отож, *соціальне замовлення на бізнес-освіту* існує як з боку суспільства, зацікавленого в соціально відповідальних суб'єктах

підприємницької діяльності, так і з боку самих цих суб'єктів, стурбованих викликами повсякденності і своєю відповідністю новітнім тенденціям в сфері економіки і бізнесу.

Таким чином, становлення інноваційної економіки України, заснованої на знаннях, вимагає формування відповідного рівня соціально-економічної, громадянської, моральної культури сучасного підприємця. Це зумовлює необхідність впровадження в суспільстві якісної економічної освіти, зокрема бізнес-освіти. Тому, основні завдання такої освіти розглядаються з позиції формування підприємця новітньої формації. Професійна економічна освіта сьогодні має формуватися у тісному взаємозв'язку з підприємницькою діяльністю, що забезпечуватиме повноцінну соціалізацію населення, що має підприємницькі здібності, в умовах змін знаннєвого суспільства.

Список використаної літератури

1. Семів Л. К. Вплив вищої освіти на формування людського капіталу в умовах переходу до економіки знань / Л. К. Семів, Р. А. Семів // Регіональна економіка – 2009. – №1. – С. 15–25.
2. Філіпенко А. В. Готовність молоді до підприємницької діяльності як філософсько-педагогічна проблема / А. В. Філіпенко // Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка. – 2009. – Вип. 3. – С. 13–19.
3. Оноприенко В. И. Императивы образования для знаниевого общества / В. И. Оноприенко // Наука і наукознавство. – 2007. – №1. – С. 94–97.
4. Старовойт О. В. Економіка знань у стратегії інноваційного розвитку освіти: автореф. дис ... канд. філос. наук: 09.00.10 / О. В. Старовойт . – Київ : Б.в., 2010. – 18 с. – На укр. яз. – Режим доступу: <http://osvitata.com/osvita-ta-ekonomika/ekonomikaznan-u-strategi-innovatsiynogo-rozvitku-osviti.html>.

Савченко Л. Л.,

*кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри теорії та методики дошкільної освіти,
Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна
академія» Харківської обласної ради*

Отлич Г.О.,

*здобувачка освіти, 4 курс, Комунальний заклад «Харківська
гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради*

Савченко Д.Р.,

*здобувачка освіти, 2 курс, Комунальний заклад «Харківська
гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради*

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ДІТЯМ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМАТИЧНІ ПОДІЇ

Переживання травматичних подій та втрат під час війни чи іншого тривалого конфлікту може призвести до серйозних психологічних страждань у дітей та їхніх родин. Потерпілі групи населення зазнають тривалого дистресу та психологічних ускладнень навіть по закінченні будь-якої гострої небезпеки чи кризи. Надання дітям систематичної психосоціальної підтримки на ранньому етапі не може позбавити страждань і психологічного болю, але здатне посприяти загальному оздоровленню та благополуччю дітей.

Стратегія Ради Європи з прав дитини на 2022-2027 роки передбачає способи запобігання та захисту дітей від насильства, серед яких – підвищення обізнаності про важливість психологічної підтримки дітей у державних системах охорони здоров'я та освіти та спрощення доступу дітей до таких послуг. У цьому ж документі передбачено спеціальну главу про права дітей у кризових і надзвичайних ситуаціях, де рекомендовані заходи щодо захисту дітей під час

кризи охорони здоров'я, зокрема через підтримку психологічної стійкості дітей, забезпечення їхнього права на освіту та соціальне включення, а також шляхом сприяння цифровому громадянству для дітей, які мають зміцнити їхню здатність реагувати на кризу. Окрім того йдеться про розвиток потенціалу та інструментів для підтримки держав-членів у захисті дітей під час збройних конфліктів і в реінтеграції та реабілітації дітей, які повертаються із зон конфлікту [2, с.7].

Війна зумовлює численні травматичні події, які впливають на весь спектр контекстуальних, міжособистісних та внутрішньоособистісних сфер дитини [3]. Багато дітей, які зазнали війни чи конфлікту, стикалися з багатьма стресовими ситуаціями та втратами, жили в постійному страху за особисту безпеку та безпеку своєї сім'ї, боючись зазнати насильства, страждання через розлуку з членами родини чи навіть смерть близької людини. Можливо, їм доводилося швидко тікати від воєнних дій, залишаючи свій дім, школу, друзів і родичів. Цей досвід наражає їх на багато притаманних дитинству випробувань одночасно. Нерідко вплив війни на дітей стає ще обтяжливішим через те, що його зазнають і їхні батьки та інші дорослі, котрі мали б бути для них запорукою безпеки. Психологічне благополуччя батьків і опікунів впливає на розвиток і благополуччя дітей ще з утроби матері. Дітям потрібен дорослий опікун, який би чуйно реагував на них і допомагав регулювати свої емоції, щоб світ здавався їм не таким страшним місцем [2]. Війна часто перешкоджає батькам і опікунам задовольняти емоційні потреби своїх дітей таким чином, як вони це б робили в звичайних умовах, і це ще більше змушує дітей почуватися в небезпеці.

Коли небезпека загрожує життю або становить загрозу серйозних травм, це стає потенційно травматичною подією для дітей. Аналізуючи реакції дітей різного віку на травматичні події, слід розуміти, що це нормальні реакції на ненормальні події.

1. Реакції дитини від народження до 3 років на травматичні події: пагано спить, не хоче спати одна, прокидається із криком; боїться, що з батьками щось трапиться, не виносить розлуки; відчуває проблеми з харчуванням; не говорить так добре, як раніше, втрачає навички; коїть щось небезпечно для себе; лякається

чогось, чого не лякалась раніше; здається «гіперактивною»; грає інтенсивно, говорить про жахливі речі, що бачила; стала вимогливою, командує, упирається; стала дратівливою, гнівається, багато кричить; б'є близьких дорослих; стверджує, що у всьому винні батьки, говорить про ненависть та нелюбов до них; поводить так, ніби не відчуває ніяких почуттів; багато плаче; сумує за людьми, яких більше не бачить після події, та за речами, які загубилися під час подій.

2. Реакції дитини 4-6 років на травматичні події: надмірне чіпляння за батьків чи інших дорослих; поведінка, «як у маленьких» (наприклад, смоктання великого пальця); мовчанка; відсутність активності чи гіперактивність; відмова від ігор або повторення лише однієї гри; страх і переживання про те, що щось погане трапиться знову; порушення сну, часті кошмари; зміна режиму харчування; збентеження; втрата здатності належно зосереджуватися, виконання ролей дорослих; дратівливість.

3. Реакції дитини 7-12 років на травматичні події: зміна рівня фізичної активності; збентеженість у почуттях та поведінці; відстороненість, уникання соціальних контактів; постійне повторення розмов про подію; неготовність чи небажання відвідувати школу; відчуття та демонстрація страху; негативний вплив на пам'ять, концентрацію та увагу; розлади сну та апетиту; агресія, дратівливість та невгамовність; проблеми соматичного характеру (фізичні симптоми, пов'язані з емоційним стресом), занепокоєння долею інших постраждалих; самозвинувачення та відчуття провини.

4. Реакції підлітків на травматичні події: відчуження, сором, почуття провини; усвідомлення власних страхів, почуття уразливості, страх набуття образу ненормального; провокаційна поведінка, вживання психоактивних речовин, нерозбірливі сексуальні зв'язки; страх повторення того, що сталося, реакції на все, що нагадує про подію; різкі зміни в міжособистісних стосунках, відчуження, віддалення; радикальні зміни в ставленні до життя; прагнення передчасно почати доросле життя; хвилювання про інших постраждалих; глибоке відчуття горя; відчуття сорому чи провини за те, що не вдалося чи не було можливості допомогти постраждалим; замикання в собі чи жалість до себе.

Психологічне консультування та психотерапія є невід’ємною частиною процесу реабілітації дітей та підлітків, оскільки сприяє вирішенню внутрішньоособистісних проблем, що ускладнюють психологічну адаптацію дітей, які пережили травматичні події. В консультативній роботі з дітьми та підлітками варто дотримуватись наступної послідовності кроків: відновлення у дитини/підлітка позитивного ставлення до себе, довіри до світу; аналіз проблем, що виникають після пережитої травми; постановка позитивної мети у вигляді опису бажаного вирішення проблеми і необхідної для цього поведінки; опис конкретних досягнень на день, тиждень, місяць; визначення можливих ресурсів і союзників – тих, хто може допомогти в досягненні бажаного результату; корекція агресивної поведінки; опрацювання рецидивів старої поведінки, що перешкоджає досягненню поставленої мети [2, с.9].

Під час роботи з дітьми, які зазнали травматичної події, фахівець несе особисту відповідальність за захист їхніх прав та інтересів. Він повинен надавати допомогу без проявів дискримінації, розуміти культурні, гендерні та лінгвістичні особливості дитини, запобігати стигматизації, передбачати ситуації, що загрожують життю та безпеці дитини, уникати дій, які можуть спричинити травмуючі впливи на дитину чи завдати шкоди її благополуччю, діяти в найкращих інтересах дитини, а в разі потреби – надавати допомогу в реінтеграції та поновленні прав дитини тощо.

Список використаної літератури

1. Музиченко І. В. Шляхи подолання дитячої психотравми в діяльності працівників психологічної служби: [метод. рек.] / Музиченко І.В., Ткачук І.І. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2017. 88 с.
2. Психологічна підтримка та допомога дітям, які пережили травматичні події. Навчально-методичний посібник / Автори-упоряд.: Н. Вааранен-Валконен, Н. Заварова, за заг. ред. О. Калашник. – Київ: 2022
3. Слоун М., Розінер І. Чи пом’якшує самокомплексність вплив політичного насильства серед підлітків. 2013.

Самара О.Є.

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Національний університет «Одеська юридична академія»*

Ташилатов В.А.

*кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології
Національний університет «Одеська юридична академія»*

МОТИВАЦІЙНИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ БАР'ЄР У СВІДКА КРИМІНАЛЬНОГО ПРАВОПОРУШЕННЯ

Процес розслідування злочинів (кримінальних правопорушень), в будь-якій країні, є психологічно досить складним, але при цьому дуже цікавим. Можна сказати, що матеріали розслідування кримінального правопорушення є своєрідним витвором мистецтва у галузі літератури, а кожен окремий документ, на шталт протоколу огляду місця події або протоколу допиту, є своєрідною главою в цьому творі.

Кожна посадова особа, що здійснює розслідування, робить це у характерній тільки для неї манері. Адже на скільки психологічно вірними, виваженими та кваліфікованими будуть слідчі дії, настільки і якісним буде отриманий результат. Це стосується перш за все безпосереднього процесу отримання інформації від потерпілих, свідків чи осіб, що підозрюються у вчиненні кримінально правопорушення. На скільки слідчий налагодить з такими учасниками процесу необхідний психологічний контакт, на стільки і буде у подальшому встановлена істина, тобто квінтесенція усієї кримінально процесуальної діяльності.

Результат отримання усних або письмових свідчень є одним із основних доказів у кримінальному провадженні. Але сам процес отримання таких свідчень інколи буває не результативним. Адже можуть виникнути різноманітні психологічні бар'єри між слідчим та особою, у якої потрібно отримати таку

необхідну інформацію. Це такі бар'єри як: когнітивний (пізнавальний), комунікативний та мотиваційний. Нами більш детально буде розглянуто останній із перерахованих, тобто мотиваційний бар'єр.

Отримання свідчень від потерпілої особи чи особи, що підозрюється у вчиненні кримінального правопорушення, та можливі при цьому психологічні бар'єри ми умисно розглядати не будемо. Тому що тільки свідок, єдиний із учасників кримінального процесу, що є на нашу думку повинен бути «незацікавленою особою» в результатах розслідування.

Будь-яка поведінкова діяльність психічно здорової людини є усвідомленою, що безпосередньо пов'язана з наявністю необхідних цілей та мотивів. Мотив може утворитися у суб'єкта діяльності як ззовні так із середини, тобто мати об'єктивний чи суб'єктивний характер. Мотив виникає при появі будь-якої потреби, що має предметне вираження. При чому ця потреба може бути природною, соціальною або особистісною. Як підкреслював у своїх творах видатний психолог, уродженець Одеси, С.Л. Рубінштейн, потреба представлена суб'єкту психічно, це психологічний аспект, зв'язок потреб з емоціями. Тобто можна чітко сказати, що відсутність мотиву – це відсутність емоцій, а відповідно і рушія поведінки усвідомленої людини. Тому мотиваційний бар'єр ми вважаємо основним із психологічних бар'єрів.

Причини мотиваційного бар'єру можуть бути різні:

А) Стійкий правовий нігілізм свідка, зневажливе ставлення до представників правоохоронних органів та органів державної влади.

Б) Різноманітна особистісна зацікавленість в результатах розслідування (підкуп свідка, вигода від не притягнення винуватої особи до передбаченої законом відповідальності).

В) Побоювання за можливу помсту з боку особи, що вчинила злочин чи його кримінального оточення.

Г) Взагалі не бажання бути свідком. Як правило виникає у осіб, які раніше вже були свідками у кримінальних провадженнях. Особа розуміє про витрати часу на проведення різноманітних слідчих дій (допит, впізнання, слідчий експеримент),

а також про матеріальні витрати у вигляді незароблених коштів, витрат на рух до місця проведення слідчої дії та назад.

Мотиваційний бар'єр може проявлятися в різних формах:

- небажання свідка давати будь-які показання, посиляючись на відсутність спогадів про необхідну для слідства інформацію.
- надання фрагментарної або частково достовірної інформації про злочин.
- надання цілком неправдивої інформації.

Способи подолання такого психологічного бар'єру можливо лише за умови непростой психологічної діяльності по набуттю свідком якостей повноцінного члена суспільства, якому притаманне негативне ставлення до злочинності, як до суспільно-небезпечного явища. Ця психологічна діяльність покладається безпосередньо на особу, що проводить розслідування кримінального правопорушення.

ЖИТТЄВИЙ ПРОСТІР ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ

В сучасній психології накопичено велику кількість емпіричного матеріалу за такими приватними проявами індивідуального світу людини, як персональний простір («personal space» – Sommer, 1969), просторова ідентичність («place identity» – Twigger-Ross, Uzzell, 1996), просторова приналежність («place-belongingness» – Korpela, 1989), прихильність до місця («place attachment» – Hidalgo, 2001), почуття місця («sense of place» – Hay, 1998) та ін. Зроблено численні спроби для об'єднання даних про взаємовідносини людини і середовища в цілісну систему, інтеграції їх з різними галузями психології, які відображені у концепціях приватності, життєвого середовища або в понятті «психологічний простір особистості». Наразі актуальною науковою категорією є «життєвий простір», яка досліджується для вивчення та опису життєдіяльності певної особистості.

Щодо феномена особистості, то його вивчення нерозривно пов'язане із соціально-культурним контекстом, який зумовлений історичними особливостями певної епохи. Адже у первісному суспільстві людина практично не виділялася із суспільного середовища, оскільки умови її буття не дозволяли вижити поза спільнотою подібних їх індивідів. Натомість складні та суперечливі процеси, що відбуваються наразі у різних сферах суспільного життя, пред'являють особливі вимоги до особистості, її соціальної поведінки, системи цінностей та спрямованостей.

Саме поняття «особистість» вживається стосовно окремої людини, починаючи з певного етапу її розвитку. Під ним розуміється людина з певними рисами характеру, індивідуальними здібностями та схильностями. У більш

вужькому визначенні під поняттям «особистість» розуміється «людина, яка має сформований світогляд, переконання, цінності та ставлення до життя» [3].

Обов'язковими атрибутами особистості є здатність до праці та творчості, самостійність, прагнення до свободи, сила волі, неповторність чуттєво-емоційних переживань, відповідальність тощо. Причому ці атрибути обумовлені загальним соціокультурним контекстом, у якому формується та розвивається особистість.

Особистість часто розглядається в якості соціокультурного конструкта, адже суспільство впливає на її формування шляхом соціалізації, здійснюючи вплив на неї через фактори соціокультурного середовища. Але на формування особистості впливає не лише соціум чи культура. Бо вона постає у своїй життєдіяльності і як об'єкт, що існує у соціальному світі, і як суб'єкт, який конструює цей світ у своїй сенсотворчій діяльності. Тобто відбувається переломлення зовнішніх чинників життєдіяльності особистості через її набутий досвід, індивідуальні особливості та прагнення [3]. Особистість створює свій життєвий простір, структуруючи зовнішню реальність відповідно до внутрішньої.

Життєвий простір особистості є результатом певного структурування світу, виділення в ньому особливо значущих, тісно пов'язаних із власними інтересами та прагненнями областей, які особистість сприймає і переживає як «власний» світ [1]. До нього включаються певні території, штучні та природні об'єкти матеріального світу, люди та їх спільноти, пов'язані з ними інформаційні простори, світ ідей, культурних та релігійних цінностей – все те, що представляється важливим та цінним для людини на певному життєвому етапі. При цьому життєвий простір функціонує як система: психічні явища, включені до нього, співіснують у системі зв'язків з іншими явищами – «не психічними», утворюючи широкий фізичний та соціальний світ людини.

Процес становлення життєвого простору особистості відбувається завдяки репрезентації у її образі світу смислового конструкта «своє – чуже», який ґрунтується на первинних формах узагальнення суб'єктом своїх відносин зі

світом. Даний конструкт допомагає відобразити найсуттєвіші у культурному та індивідуальному відношенні характеристики причетності особистості до власного життєвого світу, будучи фундаментальною опорою її існування [2].

Здатність до формування гармонійного життєвого простору можна розглядати в межах культурно-історичної теорії як необхідну передумову розвитку особистості, ефективності її діяльності у різних сферах життя. Адже сформований життєвий простір сприяє розвитку та зміцненню автономності, самостійності особистості у відносинах із навколишнім світом, певній незалежності від зовнішніх впливів. Це допомагає виражати та підтримувати суб'єктність та індивідуальність особистості.

Важливо зауважити, що за останні десятиліття життєвий простір людей був істотно змінений. Це пов'язано з процесами модернізації, глобалізації, віртуалізації, поширенням цифрових технологій практично у всіх сферах існування людини. Адже вони задають якісно нові соціокультурні параметри для самовизначення та самореалізації особистості. Їх розповсюдження призвело до одночасного повсякденного існування особистості відразу у двох світах – реальному (офлайн) і цифровому (онлайн). Цим світам характерний взаємний вплив та проникнення один в одного. Адже будучи безперервним потоком штучно створеної інформації, віртуальне середовище сприймається людиною як психічна реальність за допомогою механізмів інтеріоризації та екстеріоризації. Це актуалізує визначення взаємозв'язків цих світів та подальше осмислення й освоєння цього матеріалу зі сторони психології особистості, що допоможе протистояти впливу віртуального середовища, зберігаючи власний життєвий простір як цілісне утворення.

Список використаної літератури

1. Гончаренко Ю. В. Вивчення життєвого простору особистості: філософсько-психологічний аспект. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Психологічні науки. 2016. Вип. 1(1). С. 130-134.

2. Корнієнко І. О. «Життєвий простір особистості» в категоріальному апараті психології. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Психологічні науки*. 2016. Вип. 2(1). С. 79-84.

3. Турбан В.В., Сердюк Л.З. Генеза поняття «особистість» в українській психологічній науці: монографія; за ред. В.В. Турбан. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2020. 178 с.

Sembrak A.

*student of the 1st year of the second (master's) level of higher education
of the Faculty of Social and Humanities
The State institution "South Ukrainian National
Pedagogical University named after K. D. Ushynsky"*

PARENTING STYLE AND ITS INFLUENCE ON CHILDREN'S SPORTS ACHIEVEMENTS

Nowadays, many parents try to develop their children comprehensively, engage with them in various aspects of life – communication and sociability, education and training, and also devote time to physical activity and sports, which, in fact, can affect not only the physical health of the child's personality, but also qualitatively affect their psychological indicators. Sometimes, simple sports activities turn into something more significant for both parents and children, so sports life and its results, achievements, and success can eventually move to the forefront of family life. Sport, in this case, becomes one of the main areas of concentration and discipline in the family and takes on more professional positions that require certain results and achievements from the child.

If we are talking about a child's success in sports, we can identify a number of factors that determine it, such as physical fitness, mental state, temperamental and individual indicators of the child's personality, intellectual abilities, self-esteem and self-confidence, ability to analyze and synthesize, i.e. cognitive indicators, etc. [3]. Parental attitude and upbringing in the family to the child, i.e. the style of upbringing that is leading in the family, can also be identified as one of these indicators. We will consider this aspect in the child's sports life, namely, how the style of parenting and its features qualitatively affect the life of a young athlete.

Why is the parental figure so important for a child athlete? It should be remembered that in any family, parents are a kind of example, surrounded by whom children observe the reactions, habits, and communication of adults. Moreover, they

stay in this environment as long as possible until they become adults themselves. Looking at their elders, they can copy their reactions to defeats and victories, make independent judgments and opinions based on what they have heard at home [2]. Also, children can draw conclusions about themselves, their importance and successes, which can come from a certain attitude or communication of their loved ones with them - this is how a child athlete's self-esteem can be formed, which can be one of the key positions in the success of sports achievements.

In our work, we set ourselves the following tasks: to theoretically study the topic of parenting styles and behavioral tactics, their impact on the child's personality, and the success of his or her sports achievements. To select specific methods and techniques, to conduct an empirical study according to the chosen topic, and to analyze the results. And also, based on the results of the study, to draw up a psychological educational program that provides knowledge about behavioral tactics in the context of interaction with a child athlete, which will contribute to more successful interaction in the area of parent-child relationships, which, in turn, will have an impact on the success of sports achievements.

In modern psychology, the family upbringing style is defined as a certain combination of social expectations (requirements) and certain controlling sanctions towards the child by parents. Then, the system of upbringing, which includes to a certain extent purposeful actions (but there is also something that is not always realized), methods and techniques of upbringing, as well as what can and cannot be done in one's attitude towards a child, will be defined as the chosen style (tactics) of upbringing. The following scholars have studied this issue in their time: E.G. Eidemiller, J.A. Comenius, K. Leonhard, A.E. Lichko, J.-J. Rousseau and others.

Therefore, referring to the scientific literature [1], we can distinguish the following main parenting tactics: authoritarian, democratic, indulgent (or liberal), and unstable. The following parenting styles can also be characterized: competitive, entertaining, overprotective, preventive, controlling, compassionate, harmonious, etc.

List of references:

1. Krotenko V.I., Zastavna I.S. (2014) Vplyv stylu simeinoho vykhovannia na formuvannia aktsentuatsii kharakteru u pidlitkiv [Influence of the style of family upbringing on the formation of character accentuations in adolescents]. *Special Psychology*. Kyiv. 290-292. [in Ukrainian].

2. Moroz E.O. (2017) Rol semy v zhyzny rebenka [The role of the family in the life of a child]. *Materials of the electronic "Scientific Journal"*. Olimp. Barnaul. [in Russian].

3. Chernyshov A.I. (2020) Indyvidualni osoblyvosti uspishnosti v sportyvnyi diialnosti [Individual characteristics of success in sports activities]. *Materials of the master's thesis*. Starobilsk. 19-41. [in Ukrainian].

Сервачак О.В.

*к. пс. наук, доцент кафедри історії та права,
ДВНЗ «Донецький національний технічний університет»*

Мамедова А.Ф.

*студентка 4-го курсу спеціальності «Право»,
ДВНЗ «Донецький національний технічний університет»*

СОЦІАЛЬНА РЕКЛАМА В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ

Реклама – потужний інструмент комунікації, який дозволяє передати повідомлення, створити образ та спонукати до дії, що допомагає підприємствам, брендам виділитися та залучити увагу споживачів. Історія розвитку соціальної реклами починається у 1906 році, коли «Американська громадянська асоціація» розмістила рекламу, що закликала захистити Ніагарський водоспад від шкідливих дій електричних компаній [1]. Після Другої світової війни з'являються сучасні форми соціальної реклами, її активно використовують церква, медичні установи, навчальні заклади, як своєрідні ліки, що вживаються для профілактики хвороб суспільства [1].

В той час і в нашій країні почала розвиватися соціальна реклама. Саме цей етап можна віднести до радянського періоду її розвитку. Він та сучасний етап різняться в своїх завданнях, підходах до впливу на суспільство, в цінностях, технологіях та соціокультурному контексті. Сьогодні реклама спрямована на підвищення емоційного зв'язку з аудиторією, використовує сучасний візуальний дизайн, глибокі історії та відвертість у подачі інформації, її тематика та форми більш різнопланові. Радянська реклама характеризувалася формальним, пропагандистським підходом, з акцентом на комуністичній ідеології. Однак, існують певні схожості: вплив на громадську думку та поведінку, підтримки певних цінностей чи ідеологій. У наші дні соціальна реклама являє собою новий

затребуваний елемент культури ХХІ століття, вид соціальної діяльності, актуальний для сучасного суспільства. Підтвердження цього – поява поняття «соціальна реклама» в редакції Закону України "Про рекламу" від 2003; проведення фестивалів і конкурсів соціальної реклами [4].

Цей вид реклами став об'єктом вивчення представників різних наукових галузей. З'явилися роботи українських науковців: А. Лященко, В. Осаула, Д. Олтаржевського, О. Сватенкова, А. Стрелковської та ін. М.О. Докторович визначає соціальну рекламу як «вид комунікації, орієнтований на залучення уваги до актуальних проблем суспільства та його моральних цінностей» [7]., Т. Шальман, громадський діяч пише: «мета соціальної реклами досягається шляхом створення рекламних звернень, в яких пропагується те чи інше позитивне явище, або розповідається про наслідки негативних звичок та явищ» [2].

Головний редактор журналу «Практична психологія та соціальна робота» О. Губенко у 2009 році проаналізував розвиток соціальної реклами в Україні. Таа дійшов висновку, що 52% українців узагалі не знають, що таке соціальна реклама. З тих, кому відоме таке поняття, лише 15% вважають, що вона потрібна [6, с. 194]. Виявляється, що роль соціальної реклами, у якості засобу поширення інформації, освітньої діяльності, формування національної ідентичності, формування позитивних соціальних навичок на початку 2000-их років в Україні була недооцінена, а її потенціал не використано, на жаль.

Історичні події в Україні 2013-2014 року створили необхідність звернення до патріотичної соціальної реклами. Окремі ролики того періоду «Зігрій солдата в зоні АТО», «Війна ближче, ніж здається» та інші набули популярності серед населення та отримали визнання на різних світових платформах. 22.02.2022 року разом з українським народом весь світ побачив криваве обличчя російського диктатора та його «олов'яних солдатиків». Вже зараз можна побачити роль соціальної реклами, що з'єднує всі верстви суспільства навколо спільних цінностей та завдань, плекає почуття гордості за наших захисників, бережного ставлення до історії, культури, традицій, «створює атмосферу, моду, на все

українське; популяризує та поширює суспільні ідеї щодо розв'язання національних проблем; формує готовність активно діяти на благо країни» [3].

Ще одна форма соціальної реклами під час воєнного конфлікту, набула розповсюдження - мурали. Вони відіграють значущу роль у вираженні повідомлень та емоцій, мобілізації громадської думки та підтримки постраждалих: «Мурали – наша відповідь на російську агресію на культурному фронті» [8].

Результати опитування, щодо ставлення населення до соціальної воєнно-патріотичної реклами, яке провела українська команда експертів після повномасштабного вторгнення РФ, (Мал.1), демонструють, що більшість вважають доречним нині використовувати в рекламних креативах воєнну тему.



Рис. 1. Результати опитування Г. Петрушина, А. Загородської та ін.

Отже, респонденти, в переважачій більшості приймають сучасну соціальну рекламу, як доречну, важливу та невід'ємну частину політичних процесів в державі й, в подальшому, цінне історичне джерело. Але, з тих 16 % опитуваних, які висловили своє негативне ставлення, 56% вважають використання війни спекуляцією на емоціях, а 32% наголошують про знецінення таким чином заслуг ЗСУ. Пошук шляхів до залучення кожної верстви населення в загальні питання є важливим завданням для рекламотворців, яким важливо спиратися на дослідження та висновки політологів, соціологів, психологів, важливо піднімати широкий спектр актуальних для сьогодення тем: мобілізація, патріотизм, підтримка воїнів, що отримали значні пошкодження здоров'ю, навички піклування про психічне здоров'я українців питання. Крім того важливо вже розробляти та впроваджувати ідеї післявоєнного життя, вирішення

економічних, соціальних, політичних та інших питань, побудови здорового суспільства, яке зможе підтримати ветеранів, інтегрувати свій досвід в мирне життя. Ці питання потребують уваги та подальших досліджень.

Підсумком проведеного дослідження, є думки, що соціальна реклама є інструментом змін, вона має потенціал й актуалізувати проблеми й пропонувати шляхи вирішення, представляє собою одночасно інформаційний феномен, вид мистецтва, складову соціальної політики, що може створити сприятливе середовище для громадянської активності, вирішувати актуальні загальнонаціональні питання. Але, цей вид реклами повинен будуватися на глибокому розумінні соціальної ситуації, вмінні прогнозувати її розвиток та вирішувати актуальні кризи, попереджати негативні сценарії розвитку.

Список використаної літератури

1. Соціальна реклама та її роль у формуванні моральних норм і стереотипів.
URL: <http://surl.li/dwirc>
2. Шальман Т.М. Соціальна реклама – важливий складник ринку та PR / Т. М. Шальман. Наукові записки Інституту журналістики. 2014. С. 256-260.
3. Онкович Г.В. Медіаосвіта (Загальний курс) : програма навч. курсу для студентів ВНЗ. Київ : ІВО НАПН України, 2010. 24 с.
4. Слушаєнко В.Є. Соціальна реклама: світовий досвід та українські реалії / В.Є. Слушаєнко, Л.О. Гірієвська // Вісник Національного технічного університету України «КПІ». Політологія. Соціологія. Право: Зб. наук. праць. Київ: ІВЦ «Політехніка», 2009.
5. «Високий сезон» під час війни: як змінились правила реклами.
URL: <http://surl.li/kouee>
6. Клос, Л., Джавадян, О.-М. Соціальна реклама як приклад сучасної практики соціальної роботи в Україні, 2021. С. 190-200.
7. Докторович М.О. Соціальна реклама: структура, функції, психологічний вплив // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Педагогічні науки. 2014. Вип. 115. С. 70-73.
8. Муралі як реакція на війну з'являються в Україні та за кордоном.
URL: <http://surl.li/kcvtw>

Синякова В.Б.

кандидат педагогічних наук, доцент,

докторант лабораторії психології

соціально дезадаптованих неповнолітніх,

Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПНУ

ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЙНО-РЕСУРСНОЇ СКЛАДОВОЇ ЗАМІСНИХ ФОРМ БАТЬКІВСТВА В ШВЕЙЦАРІЇ

Проблема створення замісних форм батьківства історично не втрачала своєї актуальності, але в умовах війни є особливо важливою, оскільки суттєво збільшилась кількість дітей, які позбавлені батьківського піклування. Пошуком відповідей на ці та багато інших питань займалися такі науковці, як О. Безпалько., С. Архіпова, А. Капська, О. Карпенко, І. Зверєва, Н. Заверіко; проблеми дітей-сиріт вивчали В. Ослон, Н. Толстих, А. Прихожан, В. Мухіна, Дж. Райкус, Р. Хьюз, Л. Волинець, проблеми прийомних сімей – Г. Бевз, Н. Максимова, І. Пеша, Ж. Петрочко. Але не зважаючи на ґрунтовні розробки цих питань, на сьогодні надзвичайно часто трапляються випадки повернення дітей з підлітків з прийомних сімей та існує проблема небажання створювати замісні форми батьківства з дітьми підліткового віку.

Аналізуючі функціонування форм замісного батьківства на території Швейцарської конфедерації можна зазначити, що в них майже відсутні випадки повернення дітей із замісних форм батьківства та є досвід успішного створення замісних форм батьківства з дітьми підліткового віку, також існують певні відмінності під час підготовки прийомних батьків. Отже, ми вважаємо за доцільне дослідити процес формування мотиваційно-ресурсної складової замісного батьківства з метою визначення позитивного досвіду їх функціонування і можливого впровадження його в Україні.

Принагідно зауважимо, що питання народження дітей в Швейцарії стає актуальним для місцевого населення у віці 35-40 років і пізніше. Багато хто

відкладає планування сім'ї, тому що освіта і кар'єра є пріоритетними напрямками життєдіяльності. мають пріоритет або немає відповідного партнера. Відтак, соціологи Цюрихського університету стверджують, що однією з причин низького рівня народжуваності є ситуація з доглядом за дітьми в Швейцарії. Жінки в країні мають порівняно коротку декретну відпустку. Таким чином, для багатьох жінок народження дитини все ще є поворотним моментом у їхній кар'єрі, який потребує ретельного розгляду. Оскільки витрати на догляд за дітьми в Швейцарії дуже високі, щомісячне утримання дитини коштує від 1200 до 1800 швейцарських франків на місяць залежно від віку. На момент забезпечення стабільної фінансової ситуації жінки досягають віку, коли бажання мати дітей не може бути здійснене, а усиновлення може бути розумною альтернативою. Також є багато пар, які, окрім біологічної дитини, хотіли б збагатити свою родину прийомною дитиною, що позбавлена піклування батьків. Пріоритетом сучасного суспільства є підбір замісної форми батьківства для дитини, а не дитини для замісної форми батьківства. Тому фахівці з усиновлення за законодавчої підтримки влади мають забезпечити оптимальну форму замісного батьківства для дитини, що позбавлена батьківського піклування. І найважливішим кроком в цьому напрямку є дослідження провідних мотивів усиновлення та ресурсів майбутніх батьків, щодо забезпечення життєдіяльності дитини.

Важливим аспектом психологічної характеристики майбутніх прийомних батьків є надання ними біографічних відомостей про себе, які мають містити змістовні відповіді на такі питання:

1. Опишіть Ваших батьків і Вашу сім'ю, кількість братів і сестер, сім'ю, в якій Ви проживаєте стосунки з батьками та братами і сестрами, ваше ставлення до братів і сестер тощо. Також опишіть попередні важливі партнерські стосунки та дітей, якщо вони у вас є.
2. Де і в якому середовищі Ви виростили? Яким був Ваш досвід навчання в школі та освіти?

3. Які спогади у Вас залишилися про дитинство у Вашій родині, вдома та в школі?

4. Які події у Вашому житті вплинули та сформували Вас (стосунки, громадянські події, кризові ситуації у сфері охорони здоров'я, смерті, перебування за кордоном тощо)?

5. Опишіть Вашу поточну життєву ситуацію: Ваш партнер, Ваші діти, якщо вони у Вас є, Ваша сім'я, ваші соціальні контакти з родичами, друзями та сусідами?

6. Опишіть свої інтереси, хобі та дозволя?

7. Опишіть, які цінності є важливими для Вас, а також Ваші релігійні, політичні та соціальні зобов'язання?

8. Опишіть Вашу професійну або робочу ситуацію. Скільки ви працюєте? Як Ви плануєте організувати свою роботу, домашнє господарство, навчання та догляд за дитиною? Які міркування лежать в основі цього планування?

9. Опишіть зміни, яких Ви очікуєте в результаті усиновлення дитини: у сім'ї, у повсякденному житті, у спілкуванні з родичами, друзями, сусідами.

10. Чи знають Ваші друзі, родичі, сусіди знають про заплановане усиновлення? [1].

Заява на усиновлення містить питання характеристики дитини, яку бажають усиновити (вік, стать, стан здоров'я). Особлива увага приділяється медичним характеристикам замісних батьків за якими вони не мають власних дітей. Також з'ясовуються дані про країну походження дитини (законодавчо регламентовано диференційні процедури створення замісної форми опіки в залежності від країни народження дитини і взаємовідповідності законодачої бази цієї країни з Швейцарією). Кандидати в замісні батьки мають надати відомості Центральному комітету з усиновлення в разі їх співпраці з агентством по усиновленню[2].

Вивчення мотиваційно-ресурсної складової замісної форми батьківства передбачає ретельну перевірку придатності заявників, у тому числі з огляду на

стан їхнього здоров'я (Гаазька конвенція про усиновлення (НАÜ), Цивільний кодекс Швейцарії (ZGB) та Федеральний кодекс). Необхідно надати максимально можливу гарантію того, що батьки зможуть виховувати, піклуватися та супроводжувати усиновлену дитину до досягнення нею повноліття [3].

Таким чином, Центральний орган виконавчої влади з питань усиновлення вимагає наступне для того, щоб розглянути заяву про для усиновлення необхідна детальна інформація про стан здоров'я заявника.

Заявник може сам призначити лікаря для складання медичної довідки. Якщо під час розгляду заяви центральним органом кантону виникають питання щодо стану здоров'я заявника, медичний висновок не дає адекватної відповіді, центральний орган призначає додаткове обстеження призначеним ним фахівцем.

Отож, аналізуючи результати нашого дослідження можна зробити висновки, що процес створення замісної форми батьківства на території Швейцарії є кропітким та тривалим процесом, що адаптований до створення різних форм замісного батьківства, а , відповідно, проходження курсу навчання прийомних батьків та отримання сертифікату відповідності, є лише першим кроком до створення замісної форми батьківства.

Список використаних джерел

1. Pflegefamilien. Kanton Zürich. URL: <https://www.zh.ch/de/familie/ergaenzende-hilfen-zur-erziehung/pflegefamilien.html> (date of access: 24.10.2022).
2. Fedlex. Fedlex. URL: https://www.fedlex.admin.ch/eli/cc/54/757_781_799/de (date of access: 03.10.2022).
3. Kinder und Jugendliche - Stadt Zürich. Startseite Portal der Stadt Zürich - Stadt Zürich. URL: https://www.stadt-zuerich.ch/portal/de/index/politik_u_recht/kindes_und_erwachsenenschutzbehoerde/kinder_jugendliche.html (date of access: 24.10.2022).

Сорока О.М.

*кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри навігації і управління судном,
Дунайський інститут Національного університету
«Одеська морська академія»*

РЕЗУЛЬТАТИ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ДІАГНОСТИЧНОГО ОБГРУНТУВАННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ РОЗВИТКУ СТРЕСТІЙКОСТІ ФАХІВЦІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ

Стресостійкість є індивідуальною якістю людини, рівень сформованості якої проявляється під час виконання складних фізичних вправ. У різних наукових джерелах виокремлюються психічна та фізіологічна складові стресостійкості, що оцінюються дослідниками за допомогою психологічних тестів та показників діяльності серцево-судинної, дихальної та нервової систем організму, що характеризують перебування організму у стресі. Фіксація фізіологічних показників представлених методик є достатньо простою і може здійснюватися на заняттях з фізичної підготовки із застосуванням різних електронних пристроїв, таких як: пульсометри, тонометри тощо у польових умовах у межах відпрацювання складних нормативів.

На етапі теоретичного аналізу існуючих методик оцінки стресостійкості виявлено, що одним із показників, що впливають на сприйняття ситуацій людини, що виникають як стресові, є поточний стан здоров'я (психічний і фізичний), який може бути оцінено за кількістю захворювань у попередній випробування період. Згідно з думкою вчених, чим меншою була кількість захворювань, тим вища його опірність стресу і відповідно вища стресостійкість. Ґрунтуючись на цьому твердженні, можна зробити висновки, що людина, яка перенесла захворювання, може відчувати стрес, пов'язаний із психологічною неготовністю до виконання вправи, тобто у людини можуть з'являтися думки, що

організм не готовий до майбутнього навантаження, яке є неминучим, і на цій основі відчувати стрес. Логічно, що «шанс на стрес» є тим вищим, чим частіше хворіла людина до випробування. Таким чином, можна констатувати, що основними показниками рівня стресостійкості з врахуванням її психічної та фізіологічної складових є соціонічний та психомоторний типи особистості, вегетативний показник та стан здоров'я, облік яких повинен ґрунтуватися на даних психофізіологічного контролю.

Оскільки рівень фізичної підготовленості фахівця екстремальної професії є предиктором його стресостійкості, а вона починає формуватись ще під час його фахової підготовки у закладі вищої освіти. Відповідно до цього було проведено низку тестувань, спрямованих на виявлення ефективних способів її оцінки. На підставі результатів тестувань експериментально встановлено:

об'єктивною оцінкою вправ зі стресоутворюючого впливу програми навчання обстежуваних із виокремленням найскладніших із них є результати застосування методу експертної оцінки разом із результатами проведення психологічного опитування;

поділ обстежуваних за соціонічним типом особистості повинен здійснюватися за допомогою опитувальника Т.Холмса і Р.Раге як основної методики та програмно-тренувального комплексу «Психо-тест-ПГС» як перевірконої; виявленню зовнішніх ознак стресового стану має передувати дотримання основних вимог, що полягають у забезпеченні однакового кількісного складу учасників занять і наявності двох і більше керівників занять із відповідною кваліфікацією, зважаючи на динамічність проведення практичних занять та індивідуальність прояву зовнішніх психофізичних ознак стресу. При цьому оцінка здібностей до саморегуляції повинна ґрунтуватися на виявленні типу дихання із врахуванням того, що збільшення інтенсивності дихання веде до більшого прояву негативних наслідків: надмірне збудження, зайва метушливість, помилкове прийняття рішень, найбільший прояв гальмівних процесів, що характеризуються значним зниженням ресурсів нервової системи. Також навчання навичкам саморегуляції щодо врівноваження психічних проявів

(комплексне застосування методів діафрагмального дихання та аутотренінгу) має здійснюватися відповідно до виявленого рівня стресостійкості. Це сприятиме формуванню нового функціонального стану, що дозволяє: використовувати навички довільної регуляції за рахунок гармонізації роботи серцево-судинної та дихальної систем; самотійно долати страх, ситуаційні фобії, довільно знижувати рівень тривожності та напруження; проводити самотійні тренування за допомогою методів контролю над функціональним станом свого організму; зберігати працездатність в умовах сильної фізичної втоми та тривалої психічної напруги; необхідною умовою в оцінці фізіологічного компонента стресостійкості є виявлення Індексу стресу, що характеризує ступінь стресового стану, що виникає перед виконанням контрольних вправ, основними показниками якого є частота серцевих скорочень та пульсовий артеріальний тиск; ступінь впливу стресових чинників на психомоторні показники залежить від типу функціональності центральної нервової системи, достатньо інформативною у її визначенні є методика експрес-діагностики властивостей нервової системи за психомоторними показниками Є.Ільїна (теппінг-тест).

За результатами проведених експериментів уточнено, що соціонічний тип особистості (швидкість реакції на стрес), показник Індексу стресу (ступінь зміни роботи вегетативної системи), психомоторний тип людини (працездатність центральної нервової системи) і стан здоров'я, що визначається за кількістю захворювань у період, що передує випробуванню, є компонентами інтегрального показника рівня стійкості до стресів, що дозволяє робити висновки про готовність фахівця морського транспорту до виконання складних фізичних вправ. Також отримані дані на етапі проектування дозволили припустити обов'язковість проведення комплексу рекреаційних заходів, спрямованих на «налаштування» обстежуваних із несприятливим соціонічним типом особистості до складних фізичних вправ. Ними можуть бути профілактичні паузи із виконанням комплексів вправ із саморегуляції за допомогою вирівнювання (заспокоєння) дихання та створення позитивних уявних образів (тривалість пауз

не більше 30-60 с), а також мультимедійний супровід на усіх етапах виконання стресоутворювальної вправи.

Представлені експериментальні дослідження підтвердили такі позиції вихідної гіпотези - формування стресостійкості обстежуваних на заняттях із фізичної підготовки буде ефективним, якщо дотримуватись таких психолого-педагогічних умов:

поділ на підгрупи під час навчального процесу здійснюватиметься на основі виявленого соціонічного типу особистості обстежуваних (стресонестійкі, стресогальмівні, стресостійкі, стресотреновані);

визначення рівня стійкості до стресів буде здійснюватися інтегрально, із використанням чотирьох показників: фізіологічний (частота серцевих скорочень, артеріальний тиск), психомоторний (сила нервової системи), соціонічний тип особистості, стан здоров'я;

у змісті навчальних занять із фізичної підготовки для кожної з груп із несприятливим соціонічним типом особистості буде визначено індивідуальні маршрутні завдання;

у кожному розділі фізичної підготовки буде виокремлено вправи за стресотворювальною ознакою: метання гранати, гімнастика та атлетична підготовка (виконання складних координаційних вправ), тест Купера, біг на 2000 м;

для груп із низьким та середнім показниками рівня стресостійкості проводити спеціальні тренінги з оволодіння навичками діафрагмального дихання та аутотренінгу;

моделювання стресових службових ситуацій здійснюється на етапі вдосконалення стресостійкості.

Реалізація цих умов у повному обсязі має підвищити рівень стресостійкості майбутніх фахівців морського транспорту до виконання складних вправ програми навчання.

Сініченкова А. С.,

*викладач кафедри спеціальної педагогіки і психології та
інклюзивної освіти*

*Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна
академія» Харківської обласної ради*

Савченко Л. Л.,

кандидат педагогічних наук, доцент,

доцент кафедри теорії та методики дошкільної освіти

*Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна
академія» Харківської обласної ради*

Бондар В. О.,

здобувачка освіти, 4 курс

*Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна
академія» Харківської обласної ради*

ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ ПІД ЧАС СТРЕСОВОЇ ПОДІЇ

Українське суспільство сьогодні переживає черговий кризовий період, пов'язаний з багатьма чинниками. Найбільш руйнуючою обставиною сьогодення є збройний конфлікт на сході держави. Конфлікт, який розділив не тільки політиків та громадянське суспільство, а й сім'ї та особистості.

Психосоціальна підтримка, яка не має на меті індивідуальне терапевтичне втручання для дитини, окреслює будь-який тип підтримки, спрямованої на захист або сприяння психосоціальному благополуччю та/або на лікування чи запобігання виникненню психічного розладу. Її мета – зміцнити дитячі захисні механізми та зменшити стресові реакції, які розвинулися через минулі або поточні стресори в їхньому житті. Керівництво з психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в умовах надзвичайної ситуації [1], надане

Міжвідомчим постійним комітетом (МПК), припускає, що основна ідея керівництва полягає в тому, що соціальна допомога має ключове значення для захисту та підтримки психічного здоров'я та психосоціального благополуччя населення, що потерпіло від надзвичайних ситуацій. Згідно з Пойжула, у кризових ситуаціях важливо не використовувати медичний підхід, заснований на розладі, а радше дотримуватися кризової психологічної моделі, котра включає поліпшення добробуту, підтримку копінгу та запобігання розладам. Дітям окрім задоволення основних потреб потрібен захист, підтримка та можливість обговорити потенційно травматичні події з «безпечним» дорослим. Діти можуть отримати психосоціальну допомогу для свого благополуччя на багатьох рівнях. Наприклад, від батьків, друзів, вчителів і релігійних лідерів.

Стрес – це реакція організму у відповідь на дуже сильний зовнішній подразник. Загалом це нормальна реакція людини, захисний механізм нашого організму. Під час стресу відбуваються глобальні психофізіологічні, біохімічні зміни в організмі. Для дитини він не шкідливий, якщо вона швидко долає негативний вплив чи адаптується до нього. Виникнення стресу в дитини означає, що вона включилася в певну діяльність, спрямовану на протидію небезпечним для неї впливам. Однак здатність до адаптації не безмежна. У разі якщо інтенсивність та тривалість негативного впливу стресу перевищують можливості протидії організму, виникає дистрес – стан хронічного стресу. Він спричиняє надмірне психічне, емоційне та м'язове напруження, порушення діяльності внутрішніх органів та зміну поведінки.

Коли в дитини вирують емоції, раціональне мислення не запускається. Тому нотації дорослих не спрацьовують. І щоб дитина їх почула, спочатку треба заспокоїтися. Не треба повчати її і не виявляти агресію до неї, бо вона це сприйме як загрозу й опиратиметься. Необхідно заспокоїти дитину, і тоді в неї ввімкнеться мислення і вона буде готова до діалогу. Також для дітей дуже важливим для подолання стресових ситуацій є стабільний стан (чи принаймні врівноваженість) дорослих. Батьки мають зосередитися на стабілізації власних емоцій та відновленні безпечного зв'язку з дитиною. Адже батьки та найближче

оточення дитини можуть стати для неї ресурсним середовищем – таким, що допоможе пережити травму й адаптуватися до нових умов.

Стресові події можуть викликати у дітей різні поведінкові особливості, почуття, які важливо відслідковувати та адекватно допомогти дитині пережити, проявити й пропрацювати їх. Це можуть бути почуття незахищеності, страх майбутнього, гнів, агресія, сором і відчуття провини, відчуженість та ізоляція від оточуючого середовища, сум. У дітей можуть виникнути проблеми з навчанням, увагою, можливістю запам'ятовувати інформацію, психосоматичні порушення (такі, як логоневроз (заїкання), енурез (нетримання сечі), бронхіальна астма, нейродерміти та ін.).

Безпека та життя дитини безпосередньо залежать від її рідних і близьких дорослих, а також від того, як вони допомагають їй впоратися зі стресом. Фахівців, які надають психосоціальну підтримку дітям, повинні мати певні підходи та навички: сприймати дітей такими, якими вони є; розуміти місцеві звичаї та культуру; володіти місцевою мовою для полегшення спілкування; хвалити дітей за їхні вчинки та позитивну поведінку, цінувати їх; ставитися до дітей з повагою, а не принижувати їх, глузуючи або обзиваючи; помічати навіть невеличкі зміни в поведінці дітей; використовувати зрозумілу для дітей мову; надавати дітям можливість висловлювати свої почуття та ідеї та приймати їх; давати дітям право вибору; не демонструвати фаворитизм і не віддавати перевагу в ставленні до окремих дітей; приділяти більше індивідуальної уваги дитині, яка може мати бажання поговорити; виявляти емпатію та чутливість до потреб дитини; бути надійним і не давати брехливих обіцянок; бути гнучким і креативним – вміти оптимально використовувати наявні ресурси, але мати здатність адаптуватися до іншої ситуації, якщо попередня видається дітям нудною і вони не сприймають її; моделювати відповідні способи боротьби з труднощами та очікувану поведінку; вміти працювати в команді; бути чутливим до своїх власних змін.

Список використаної літератури:

1. Посібник із захисту дітей у надзвичайних ситуаціях (ЮНІСЕФ, Індонезія, 2008 р.) Toolkit on Child Protection in Emergencies Section 5- Pyschosocial Support.pdf (bettercarenetwork.org)

2. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України : посіб. для практиків соціальної сфери / Мельник Л.А. та ін. ; за ред. Волинець Л.С. Київ: ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. 72 с.

ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ, ЯКІ ЗНАХОДЯТЬСЯ В УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОГО ТИСКУ

Сучасні діти живуть в епоху соціальних потрясінь, глобальних змін та високої інформаційної напруги, що формує надзвичайно інтенсивний ритм життя [1]. Відчуваючи значний інформаційний тиск дитина вимушена швидко реагувати на події та адаптуватися до нових умов.

Інформаційний тиск - потік інформації, особливо емоційно забарвленої, що перевантажує психіку та викликає стрес, а в деяких умовах - і паніку. Після чого, людина вимушена певний час відновлювати сили та перебувати у стані асенізації [4].

Питання глобальної цифровізації суспільства розглянуто у дослідженнях К.Дубняк, М.Яковенко, О.Авдєєвої; інформаційно-психологічної безпеки особистості у роботах О.Панченка, О.Архіпова, Н.Гробар [2].

Аналіз зазначених досліджень підкреслює актуальність та амбівалентність наслідків впливу інформаційного середовища на дітей. Інформаційне середовище – основне джерело інформації для людини, що здійснює безпосередній вплив на її психічну діяльність та формує соціальну поведінку.

Необхідність отримання інформації у дітей, це природня риса, яку вони задовольняють засобами безпосереднього спілкування з оточуючими або через інтернет-ресурси. Авторитетні дорослі виступають для дитини зразком комунікації, а вид цієї комунікації буде (позитивний чи негативний) залежити від кожного окремого випадку. Вербальне, очне спілкування задовольняє одну з

базових потреб дитини – потребу у безпеці, коли при комунікації є можливість встановити зоровий контакт, відчутти підтримку, отримати вичерпну інформацію щодо подальших дій або прогностичних пояснень. У таких умовах дитина набуває впевненості у своїх силах і майбутньому.

У той же час, якщо сфера очного спілкування дітей порушена, то вони звертаються до медіа ресурсів, які мають як переваги, так й недоліки:

- представлення інформації у ігровій формі викликає жвавий інтерес дітей; рух, звук, анімація надовго утримують увагу дитини. У той же час збільшується ризик розвитку гіподинамії та виникає додаткове навантаження на очі дітей;

- у процесі роботи за комп'ютером, дитина молодшого віку здобуває впевненість, що вона може самостійно виконати завдання, але поряд із цим, затримується розвиток навички охайності у виконанні завдань та здібності уникання помилок;

- різноманітність інтернет-ресурсів дозволяє підліткам знаходити безліч інформації, аналізувати її та робити висновки. При цьому, доступність до будь-якого роду інформації веде до ризику зіткнення з некоректним контентом.

Політичні та соціальні обставини що склалися сьогодні, створюють несприятливий фон для повноцінної життєдіяльності дитини. В них посилюється страх за своє життя та життя своїх близьких. У результаті цього, ускладнюється пристосування до нових обставин, що у подальшому призводить до дезадаптаційного стану. Негативі емоції внаслідок інформаційного тиску, викликають зміни в організмі, що стають підґрунтям для розвитку невротоподібних реакцій та психосоматичних станів [3].

Проблематикою впливу надмірного інформаційного навантаження на емоційну та соматичну сферу дітей Державний заклад «Науково-практичний медичний реабілітаційно-діагностичний центр МОЗ України» займається з 2011 року. Проведено дослідження щодо впливу інформаційних технологій на емоційний та соматичний стан дитини, у якому взяли участь 152 респондента у віці 8-17 років.

Для обстеження соматичного статусу застосовували наступні методи дослідження: анамнестичне, функціональне, лабораторне та параклінічне. Психодіагностичний блок склали: проєктивні, стандартизовані методи та анкетування батьків. Так, було діагностовано, що у дітей, які проводять за інформаційними носіями більше трьох годин у день, позитивний кореляційний взаємозв'язок між шкалами «Тривожність», «Астенія» і функціональними розладами ЖКТ ($r=0,45$, $p<0,05$).

Тривожність, як маркер психологічно-несприятливого стану дітей, оцінювалася у сферах: міжособистісних стосунків, реакцій психічної діяльності при невизначених обставинах та як особистісна риса. Так, прояви тривожного стану підлітків, у контексті соціальної взаємодії, визначено показником «Тривога внаслідок оцінки оточуючих» і діагностовано у 30,76% обстежених. Характер реакції з боку нервової системи, що також проявляється вегетативними розладами, зафіксовано за шкалою «Зниження психічної активності в наслідок стресу» та діагностовано у 34,51% респондентів.

За результатами дослідження батьків, визначено взаємозв'язок між типом сімейних відношень та характером психологічних проблем дітей: афективні прояви дітей – у родинях з емоційно нестабільними відносинами (19%), тривожні розлади найчастіше зустрічаються у родинях з ієрархічними відносинами (35%), соматоформні розлади у коаліційних родинях (46%).

Таким чином, внутрішньо-сімейний клімат, стиль виховання і спосіб життя родини безпосередньо впливають на стан здоров'я дітей. Впровадження заходів щодо оптимального інформаційного середовища сприятиме сталому розвитку дітей, а рання своєчасна медико-психологічна допомога при перших ознаках психосоматичних порушень попередить розвиток соматичної та психічної патології та їх хронізації.

Висновки.

1. Емоційні порушення, що виникають у дітей внаслідок інформаційного навантаження визначаються апатичним симптомокомплексом з

асенізацією, ризиками якого є розвиток невротоподібних станів та формування деструктивної поведінки.

2. Характер реагування у ситуації тривоги, визначено зниженням активності, що притаманно пристосувальній позиції. У зрілому житті, така позиція визначається складовою інфантильного типу особистості.

3. Інформаційна гігієна та конструктивна комунікація дітей із авторитетними дорослими (очна, безконфліктна, відверта) попереджає розвиток психічних порушень.

Список використаної літератури.

1. Кабанцева А.В. Підтримка дитини в умовах емоційного напруження. /А.В. Кабанцева, О.Л. Корнєєва. – Навч.-метод. посібник. – Київ. КВІЦ, 2018 – 136 с.

2. Крива Н.Л. Дитина старшого дошкільного віку в сучасному інформаційному середовищі / Н.Л. Крива // Медико-психологічні аспекти реабілітації й габілітації в епоху турбулентності. – 2021. Київ. КВІЦ – 420 с.

3. Панченко О.А. Воздействие информационной среды на психическое и соматическое здоровье ребенка / Панченко О.А., Симоненко Е.Б., Зарубайко А.В., Цапро Н.П // Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С.Костюка НАПН України. 2015. Т IV. Випуск 10. С. 100–107.

4. Saqib Amin. Why Ignore the Dark Side of Social Media? A Role of Social Media in Spreading Corona- Phobia and Psychological WellBeing. International Journal of Mental Health Promotion. 2020. 22. P. 29–38. DOI: <https://doi.org/10.32604/IJMHP.2020.011115>

Скворчевська Є.Л.

кандидат психологічних наук, доцент,

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

БАР'ЄРИ В СПІЛКУВАННІ ЯК ПРОБЛЕМА СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ПІДЛІТКІВ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ЗА КОРДОНОМ

В спілкуванні народжується особистість. Людині важко бути щасливою, успішно працювати, самовдосконалюватися, самоутверджуватися, не контактуючи з іншими. Спілкування є однією з основних потреб людини, яка живе в суспільстві. Завдяки спілкуванню відбувається взаємодія між людьми в процесі спільної діяльності, в тому числі трудової. За змістом спілкування охоплює всі сфери людського життя, об'єктивні та суб'єктивні їх прояви. Тому питання про ефективність людського спілкування – універсальне.

Серед явищ, що ускладнюють спілкування, а іноді призводять до повного його блокування, провідну роль відіграють комунікативні бар'єри. Комунікативні бар'єри (франц. *barriere* – перешкода) – це перешкоди на шляху адекватної передачі інформації між партнерами зі спілкування. Бар'єри спілкування у підлітків, що змушені були переїхати за кордон в умовах війни можуть бути пов'язані з незнанням мови, адаптації до нового місця, міжкультурної адаптації до нового етнічного середовища, манерами спілкування. Саме комунікативні бар'єри часто є причинами багатьох конфліктів, взаємних розбіжностей і невдоволення людей.

Проблема подолання різноманітних комунікативних бар'єрів, як одна із характеристик процесу спілкування досить широко розглядалися у вітчизняних і зарубіжних дослідженнях. Головним джерелом у життєдіяльності і розвитку особистості є спілкування. У спілкуванні здійснюється сприймання та розуміння між людьми, формуються засоби комунікації, такі прояви, як імітація, навіювання, засвоєння соціальних норм, традицій тощо.

Концептуальні розбіжності виявляють існування різних змістовних визначень до поняття «комунікативні бар'єри». Є. Ю. Пономарьова у загальному вигляді комунікативні бар'єри пропонує визначити як перешкоди на шляху передачі інформації від комунікатора (відправник інформації) до реципієнта (одержувача) [5].

І. Я. Глазкова вважає, що комунікативний бар'єр – це психологічна перешкода на шляху адекватної передачі інформації між партнерами зі спілкування [2].

Н. В. Гоч зазначає, що віковою нормою для підлітка є емоційний рівень реагування на труднощі життя. Підлітки частіше використовують емоційні способи боротьби зі стресом, оскільки загострення емоційних властивостей особистості є їх характерною ознакою. З'являються психологічні новоутворення, притаманні саме підлітковому віку: розвиток рефлексії і, як результат цієї рефлексії, – розвиток самосвідомості. При цьому, розвиток рефлексії не обмежується тільки внутрішніми змінами самої особистості підлітка, а у зв'язку із виникненням самосвідомості, для нього стає можливим і глибше розуміння інших людей [3].

Особистість підлітка перебуває у стадії формування та має особливості, які можуть відрізнятися від особистісних характеристик дорослих чи дітей. Деякі з особливостей особистості підлітків можуть включати:

1. Ідентифікаційна криза: у період підліткового віку підлітки починають визначати свою самоідентичність та шукати своє місце у суспільстві. Вони можуть відчувати невпевненість і вагатися з визначенням своїх цінностей та переконань.

2. Підвищена чутливість до оцінок оточуючих: підлітки часто стурбовані тим, що про них думають інші та намагаються відповідати соціальним нормам та очікуванням своєї групи однолітків.

3. Відчуття відповідальності, що розвивається: підлітки починають усвідомлювати свою роль у суспільстві і свою відповідальність за свої вчинки і дії.

4. Нестійкість емоційного стану: підлітки можуть відчувати широкий діапазон емоцій, включаючи радість, смуток, роздратування, страх. Їх емоційний стан може змінюватися швидко і бути дуже нестійким.

5. Прагнення незалежності: підлітки хочуть бути незалежними від батьків і починають шукати свою власну ідентичність [2].

К. В. Мостепан під бар'єрами спілкування розуміє фактори, які сприяють втраті і спотворенні сенсу інформації в процесі взаємодії.

Автором складено умовний «портрет» підлітка з проблемами спілкування. Перша група підлітків – сором'язливі, які не мають сформованих умінь щодо спілкування і не вміють встановлювати контакти з однолітками. Друга група підлітків відчуває себе комфортно в ситуації обмеженої комунікації. У них низька потреба в комунікації, вони живуть своїм внутрішнім світом і переживаннями. Вони багато читають, часто захоплюються фантастикою, вивченням мов тощо. Третя група – підлітки, які нікуди не ходять, у них немає друзів, вони ні з ким не хочуть спілкуватися, не приймають участі у жодному заході [4].

Проблеми у спілкуванні підлітків можуть виникати з різних причин і можуть мати негативний вплив на їх соціальну адаптацію та розвиток особистості. Комунікативні бар'єри у підлітків можуть бути викликані різними чинниками. Деякі з них можуть включати:

1. Соціальні бар'єри – відмінності в культурі, статусі, віці чи релігії, які можуть ускладнювати ефективне спілкування.

2. Відсутність уміння слухати – слухачі можуть бути надто зайняті своїми думками чи емоціями, щоб повністю слухати інших, що може призвести до непорозуміння та конфліктів.

3. Мовні бар'єри – підлітки, які говорять різними мовами, можуть зіткнутися з мовними бар'єрами, які можуть ускладнювати спілкування.

4. Технологічні бар'єри – слухачі можуть використовувати різні способи комунікації, такі як: соціальні мережі або месенджери, що може спричинити технологічні бар'єри. До них відносяться: недостатнє знання технології або відсутність доступу до Інтернету [1].

Отож, для подолання комунікативних бар'єрів у підлітків, що були змушені переїхати за кордон важливо допомогти їм розвинути навички ефективного спілкування, такі як: вміння слухати та бути відкритим до нових ідей та точок зору, а також навчитися шанобливо ставитися до інших культур, релігій та переконань.

Список використаної літератури

1. Велитченко Л., Шаповалова В. Комунікативна установка як соціально-психологічний аспект процесу комунікації. Сучасна психологія: проблеми та перспективи. *Збірник наукових праць за матеріалами Всеукраїнської науково-практичної конференції «Сучасна психологія: проблеми і перспективи» (24 травня 2022 р.)*. Ізмаїл: РВВ ІДГУ. 2022. С. 32-35.

2. Глазкова І. Я. Комунікативні бар'єри: сутність, причини появи, типологія. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. 2011. Випуск IV. Частина I. С. 250-258.

3. Гоч Н. В. Особливості прояву психологічного стресу у підлітків. *Психологічна допомога: від кризи до ресурсу : Матеріали III Всеукраїнського науково-практичного форуму, м. Суми, 21–26 квітня 2020 року*. За заг. ред. А.В. Вознюк. Суми : НВВ КЗ СОІППО, 2020. С. 41-45.

4. Мостепан К. В. Бар'єри спілкування підлітків: психологічна характеристика. *Актуальні проблеми сучасної психології : матеріали II Всеукраїнської наукової інтернет-конференції 15 жовтня 2021*. Одеса. 2021. С. 113-119.

5. Пономарьова Є. Ю. Сутнісна характеристика емоційних бар'єрів та його впливом на розвиток особистості підлітка. *Гуманітарні науки*. 2020. № 1 (49). С. 15-21.

Стасюк В.В.,

*доктор психологічних наук , професор,
професор кафедри морально-психологічного
забезпечення діяльності військ (сил),
Національний університет оборони України*

ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИЙ РЕСУРС У СТРУКТУРІ СТРЕСОСТІЙСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Виконання бойового завдання військовослужбовцями в сучасних умовах війни охоплює період від початку підготовки до конкретних дій, аж до повного досягнення цілі. На даному етапі військовослужбовці реалізують алгоритми, сформовані в процесі підготовки до бою, оскільки з початком бойових дій появляються непередбачувані ситуації. При цьому механізми психічної саморегуляції в бойовій обстановці набувають нових ознак: зростають вимоги до аналізу інформації, що надходить і військовослужбовцю необхідно швидко враховувати зміни обстановки, уточнювати прийняті до бою рішення і плани, вносити корективи в способи виконання відпрацьованих професіональних дій, нарощувати бойові зусилля незважаючи на зростаючі труднощі. Такі дії стають можливими, в тому числі і завдяки наявним інтелектуальним ресурсам у військовослужбовців.

У психології, під інтелектом розуміють пізнавальні здібності людини, що охоплює психофізіологічні процеси, стани і психологічні властивості, систему психічних процесів, яка забезпечує їй здатність оцінювати ситуацію, приймати рішення, регулювати свою поведінку і діяльність. Інтелект розглядається, як мисленнєві і розумові здібності людини, умовами розвитку і прояву яких є діяльність.

У свою чергу, інтелектуальні якості визначають особливості функціонування інтелекту, тобто здатність особистості до переробки різноякісної інформації і усвідомлена її оцінка. Інтелектуальні якості є

результатом як освіти, навчання, так і певних біологічних передумов. Дані якості носять особистісний характер і є компонентом будь-якої професіограми [2].

Теоретичною основою подолання негативних наслідків впливу стресу на особистість є розроблена американським психологом Р. Лазарусом транзакційна модель стресу, де провідна роль у розвитку стресостійкості особистості належить процесу оцінки людиною стресової ситуації, тобто визначення індивідуальної значущості різних елементів ситуації та власної спроможності до подолання стресу. Спочатку людина завдяки своїм когнітивним процесам здійснює рефлексивну діяльність щодо особливостей стресу та власних ресурсів для його подолання. Це в свою чергу, викликає в неї певні емоції, які впливають на мотивацію щодо цілеспрямованого регулювання власної поведінки, спрямованої на боротьбу зі стресом [3, 4].

Сьогодні інтелектуальна сфера є важливим ресурсом захисно-долаючої поведінки особистості. У контексті професійної діяльності і з врахуванням її специфіки інтелектуальні здібності і когнітивні стилі певним чином взаємозв'язані, утворюючи “інтелектуальний ресурс” особистості.

Дослідження “інтелектуального ресурсу” особистості показали, що люди з високим показником інтелекту здатні виокремлювати найбільш суттєві характеристики проблемної ситуації. У напружених ситуаціях вони покладаються на власний досвід, вважаючи за краще самостійно аналізувати ситуацію та ухвалювати рішення. Такі люди, вирізняються активністю, вмінням прямо виражати і контролювати власні імпульси, впевнені у собі, легко переключаються з одного виду діяльності на інший, мають високий рівень автоматизації пізнавальних функцій, більш стійкі до перешкод. Крім того, високий показник інтелектуального розвитку дозволяє їм швидше і легше оволодівати новими знаннями та навичками.

Для осіб з відносно середніми показниками “інтелектуального ресурсу” властиве переважання інтуїтивного сприйняття ситуації. Ригідні особистості демонструють менше терпіння у ситуаціях, у яких виникають перешкоди. Вони оцінюють себе як збудливих, чутливих, лабільних, менш стійкими до перешкод.

Притаманний їм ефект інтерференції позитивно пов'язаний із нейротизмом. У таких осіб більш структурована система уявлень про оточуючий світ, яку вони успішно застосовують у предметній діяльності.

Особам з низьким показником “інтелектуального ресурсу” не просто долати складно організований контекст ситуації. Вони вирізняються пасивністю, тривожністю, недостатньою впевненістю, більш схильні приймати рішення без детального обмірковування проблеми, демонструють меншу толерантність у ситуації перешкод. У них більш виражена схильність до ризику як наслідок тенденції уникати ситуації невизначеності. Висока інтерференція свідчить про їхню чутливість до перешкод, тобто до збільшення часу і кількості помилок під час переробки інформації, а низький рівень інтелектуальних здібностей заважає їм швидко пристосовуватись до нових умов життєдіяльності [1].

Таким чином, “інтелектуальний ресурс” являється латентною перемінною, яка включає як інтелектуальні здібності, так і когнітивні стилі. Військовослужбовці з високим рівнем інтелекту використовуватимуть ефективну копінг-стратегію у подоланні стресових ситуацій в бою. Військовослужбовців з низьким рівнем інтелекту використовуватимуть пасивні копінг-стратегії, які спонукатимуть до зловживання механізмами психологічного захисту та зверненні до більш примітивних механізмів подолання стресових ситуацій.

Список використаної літератури

1. Сафін О.Д., Немінський І.В. Інтелектуальний ресурс особистості як чинник вибору нею стратегій захисно-долаючої поведінки. *Психологічний журнал*. Умань, 2022. № 8. С. 93–101.
2. Синявський В. В., Сергєєнкова О. П. Психологічний словник / за ред. Н. А. Побірченко. Київ : Наук. світ, 2007. 274 с.
3. Стасюк В.В., Українець В.М. Сутність стресостійкості у психологічній науці. *Науковий журнал “Габітус”*. Одеса, 2023. Вип. 48. С. 60–65.
4. Charles Stangor, Jennifer Walinga (2014). Introduction to Psychology – 1st Canadian Edition, 1308 p.

Тімченко О.В.

*доктор психологічних наук, професор, головний науковий співробітник
навчально-наукової лабораторії екстремальної та кризової психології,
Національний університет цивільного захисту України*

ЩО ЗАЛИШАЄ НАМ У СПАДОК ВІТЧИЗНЯНА СПЕЦІАЛЬНІСТЬ

19.00.09 – «ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ»

Для проведення аналізу ієрархії частоти понять¹, усі теми 230 докторських та кандидатських дисертацій, захищених в Україні у 1991-2021 рр. зі спеціальності 19.00.09 – «Психологія діяльності в особливих умовах», були об'єднані в єдиний текстовий масив, який був проаналізований за допомогою комп'ютерних програм аналізу тексту на основі контент-аналізу. При аналізі текстового масиву проблематики дисертаційних досліджень за спеціальністю 19.00.09 був проведений аналіз за частотою зустрічальності окремого слова та словосполучення. Оскільки для нас було цікавим якісний аналіз тем дисертацій, то нами була встановлена нижня межа частоти зустрічальності слова або словосполучення $f = 1$. По кожному з виділених термінів був встановлений відносний процент зустрічальності у загальному текстовому масиві. Терміни, які були виділені з тем дисертаційних досліджень, представлені у вигляді ієрархії на основі частоти зустрічальності.

Таким чином, результат аналізу тематичної структури назв 230 докторських та кандидатських дисертацій зі спеціальності 19.00.09 – «Психологія діяльності в особливих умовах» показує, наскільки часто у назвах зустрічаються ті чи інші психологічні поняття. Ці данні дозволили оцінити відносну «вагу» різноманітних понять у семантиці напрямків дисертаційних досліджень в межах вищезазначеної спеціальності, виявити більш-менш докладно пророблену наукову тематику і, нарешті, дозволили подивитись на увесь текстовий матеріал за смисловими зрізами різної глибини.

¹ Дослідження проведено спільно з Д.М. Шашенковим.

Аналіз гендерних розбіжностей в дисертаційних дослідженнях за спеціальністю 19.00.09 – «Психологія діяльності в особливих умовах» у вигляді «хмари слів» наочно представлено на рис. 1. та рис. 2.

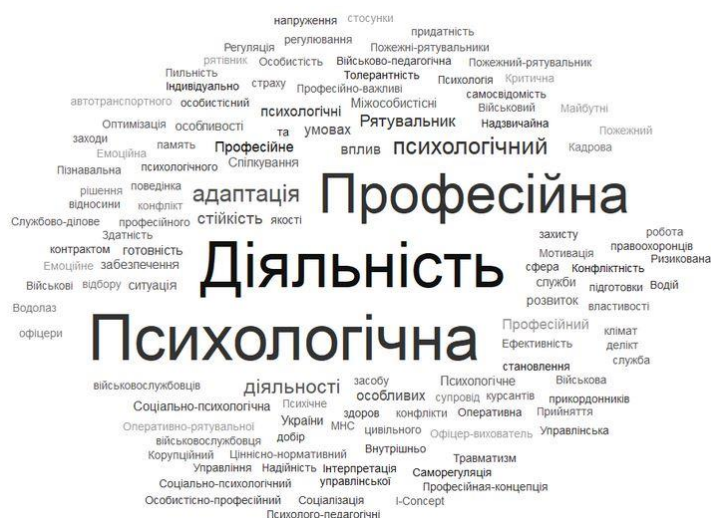


Рис. 1. - Ключові слова в роботах дисертантів-чоловіків за спеціальністю 19.00.09 - «Психологія діяльності в особливих умовах»

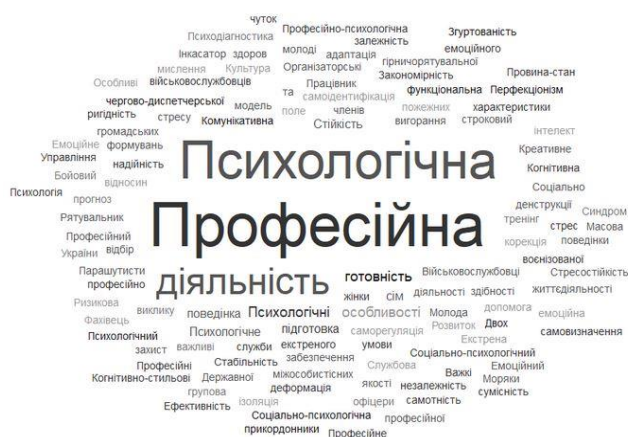


Рис. 2. - Ключові слова в роботах дисертанток-жінок за спеціальністю 19.00.09 - «Психологія діяльності в особливих умовах»

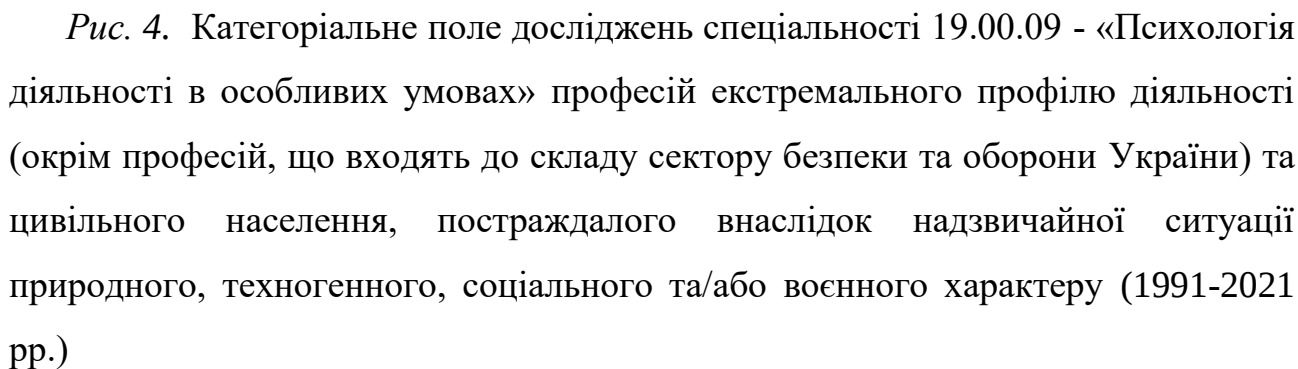
Бачимо, що чоловіки-науковці найчастіше оперували такими поняттями: «професійна», «діяльність», «психологічна», «адаптація», «стійкість», «рятувальник».

Жінки частіше використовували такі ключові слова: «психологічна», «професійна», «діяльність», «готовність», «стійкість».

Можемо констатувати, що найбільш вживані слова для чоловіків та жінок майже однакові, а невелика різниця між ними не вказує на суттєві розбіжності у наукових інтересах та не є гендерно специфічною.



Категоріальне поле досліджень спеціальності 19.00.09 - «Психологія діяльності в особливих умовах» професій екстремального профілю діяльності (окрім професій, що входять до складу сектору безпеки та оборони України) та цивільного населення, постраждалого внаслідок надзвичайної ситуації природного, техногенного, соціального та/або воєнного характеру представлено на рис. 4.



303

Тицька Я. О.

*кандидат юридичних наук, доцент,
декан Факультету права та економіки,
Міжнародний гуманітарний університет*

ПРАВОВЕ ОСМИСЛЕННЯ ПОВЕДІНКИ ЛЮДИНИ В НООСФЕРІ

Історія розвитку людства знає багато окремих умовних сфер людської активності: міфологічна, етична, догматично-релігійна, інтелектуальна, доктринально-богословська, позитивістська, природно-обґрунтовальна тощо. Ці сфери, хоча й пов'язані з розумом, інтелектом людини, але не мали великої планетарної сили: локальний характер одного суспільства запозичували інші суспільства з певними доповненнями та змінами [1,2,3,4]. Такі культурологічні діяння не становили світової небезпеки, оскільки у біосфері лише зароджувалась потужна консолідована спільність – ноосфера, а слухняність людини не перевершувала допустимої похибки, творчості. Однак онтологічні норми передбачали й передбачають виникнення такої сфери, яка матиме величезну планетарну силу. Це ноосфера, яка практично і теоретично набуває активності як на свідомому, так на і підсвідомому рівні і є останнім етапом творіння людства.

Бажаним для ноосфери є колективна свідомість, що межує з демократичністю і побудована на принципах рівності, свободи, виборності тощо. Народолобність є онтологічною властивістю різних суспільних утворень, вона гальмує егоїстичні діяння і дає розумові проявлятися на благо колективу. Це стосується й держави, яка, будучи народолобивою, охороняє інтелектуальні здобутки своїх вчених, належно оцінює їх і дбає про умови подальшого розвитку.

Синергетичні прояви колективного розуму найнеобхідніші для ноосфери [3]. Річ у тому, що управління розуму необхідно підпорядкувати природним процесам, що проявляються нелінійно, самоорганізовано, динамічно. В умовах

ноосфери людина намагається впорядкувати суспільні відносини, які вона вважає хаосом, наслідком чого часто є розпад суспільства на окремі угруповання. Але, якщо дослухатися до природних біфуркаційних процесів, дати їм дійти до критичної точки і в цій точці проявити народолобність, то такий колективний розум збереже симетрію та правову гармонію. Це і є *філософсько-правове обґрунтування гармонізації світу від суспільно-державних катаклізмів*.

У ноосферні процеси найчастіше проникає штучний розум, штучний інтелект. Як “штучний інтелект”, так і “штучний розум” є метафоричним (переносним) об’єднанням техніки і людини. На нашу думку, краще було б вживати такі терміни, як “енциклопедія технічних процедур”, “накопичувач технічних операцій”, “програма технічної діагностики”, бо “розум”, “інтелект” онтологічно притаманні лише людині [4].

Кожен із проявів природного і штучного розумів (колективного й індивідуального) не існує в ідеальному вигляді. Життєдіяльний процес утворює різноманітні комбінації різновидів розуму для забезпечення нормального розвитку. Проте дивні атрактори синергетичних інтелектуальних процесів призводять до планетарної глобалізації, яка є неминучим явищем, оскільки людський розум посилює глибину впливу на природу, все частіше порушується коеволюційний зв’язок, нехтуються вчення про Космос, не враховується те, що думка має велику природну силу, руйнуються тонкі духовні структури Всесвіту [1]. Така характеристика ноосфери є *теорією глобальних проблем*. Це до того ж стосується й негативних тенденцій техносфери, біотехнології, біомедичної технології, екології, мінералогії, спричинених відсутністю контролю за відповідними природними об’єктами та їхніми взаємозв’язками.

Проте, глобальні проблеми ноосфери повинні вирішуватися на міждержавному рівні правовими методами [2]. Адже на всі порушення біосфери є витвори людського розуму у позитивному праві. Позитивне право часто дає добро підсвідомо, узаконює нищення біосфери, до якого, крім людини,

залучається інша жива й нежива природа, органічний й неорганічний світ. Основною причиною ноосферної кризи є неправомірне поведінка людини.

Поведінка людини є процесом взаємодії видимого матеріального світу і невидимого духовного світу, унаслідок чого реалізовується *онтологічна інформація* про її призначення на Землі [4]. Для підтримання свого існування, активного творіння “другої природи” перед людиною постає проблема вмілого збалансування матеріального і духовного, тілесного і душевного, інтелектуального й почуттєвого, пристрасного і непристрасного, необхідного і достатнього тощо. Для людства завжди актуальне пояснення своєї поведінки, обґрунтування своїх вчинків, звіт про виконання своїх онтологічних обов’язків, оскільки унаслідок правомірності чи неправомірності людини змінюється навколишнє середовище та духовні структури Всесвіту. Особливо загострюється питання поведінки людини тоді, коли проявляються активні дії розуму, інтелекту, що характерно для ноосфери.

У науці поведінку людини як систему дій біологічних, фізіологічних, психологічних, правових та інших рівнів науковці здебільшого зводять до системи вчинків, сукупність рефлексів, реакцію організму й психіки на зовнішні стимули [2]. Дослідження поведінки людини розпочалось практично недавно – кінець XIX ст. – і встановлено, що за психічною природою виділяють три *типи поведінки*: інстинктивна, практична (навіпаки), розумна і два *види*: зовнішня (рухи, вчинки, висловлювання) і внутрішня (почуття, мислення). Це дослідження перебуває в активній фазі, оскільки виникли нові науки, зорієнтовані на поведінку людини. Зокрема, це стосується не тільки соціології, філософії, але й філософії права, соціології права, юридичної деонтології, канонічного права, синергетики права, семіотики права тощо. Проблеми філософії права скеровують людину на виконання *завдань поведінки* щонайменше у таких змістах: інтелігібельному, сенсигельному, екзистенційному та флуктаційному.

Інтелігібельні завдання проблем філософії права відображають інтелектуально-правовий предмет уваги, своєрідні постулати розумової діяльності. Це, передусім, стосується вищої моралі, ненасильства, гуманізму,

турботи, позитивного права. Предметом уваги у ноосферній поведінці є ненасильство, що підтримує честь і гідність людини, дає їй на власний розсуд виконувати онтологічне призначення. [4].

Загалом, інтелігібельні завдання проблем філософії права відображають мету життя людини на Землі. Ця мета, хоча й передбачає утворення і народження метафізичних ідей, але є ноуменальною, тобто збагненою, що досягається розумом. Ноуменальна сутність людини у ноосфері необхідна. І яким би інтелігібельним світ не був, завжди повинна існувати певна межа, демаркація, за яку людський розум не поширюється, і відсутня суєта розуму. Вважатимемо це правилом для ноосфери, оскільки інтелігібельна група завдань виконує контрольну функцію проблем філософії права.

Не менш важливими завданнями проблем філософії права є *сенсигібельні ускладнення*, що відображають почуттєво-правовий предмет уваги. До них зарахуємо почуття: совісті, відповідальності, естетичності, альтруїзму. У ноосфері необхідний такий моральний самоконтроль, як совість. Почуття совісті є природним задоволенням чи незадоволенням своєю поведінкою. Йдеться про те, що якщо людина часто вдається до аналізу своєї діяльності, звіряє свої вчинки з природними нормами, то такі внутрішні регуляції набувають точності й адекватності. Звичайно, неправильна постановка мети життя притуплює почуття совісті й тоді вона є химерою, що стає причиною недослуховування до власного внутрішнього голосу (внутрішнього імперативу), заспокоєння.

Відтак, ноосферна діяльність неминує повинна бути пов'язана з *інтеріоризаційними засадами*. Йдеться про процес перетворення зовнішніх, реальних дій на внутрішні, які визнають ідеальними мотивами поведінки. Особливо це стосується перевірених життєвою практикою надбань попередніх поколінь. Тут спрацьовує взаємозв'язок “діяльність – свідомість”, який для ноосфери має методологічне значення. Фактично інтеріоризаційні засади інтерпретують підсвідомий стан людини, який є визначальним чинником інтелектуальної діяльності, оскільки людина у своїй поведінці завдячує підсвідомому, яке є вирішальним для її соціалізації [4].

Таким чином, розглянувши *ключові екзистенційні проблеми поведінки людини у ноосфері*, зазначимо цінність особистих правових норм. Так, людина скеровує свої інтелектуальні зусилля здебільшого на задоволення пристрастей, хизується своїми панівними звичками і не завжди задумується, що розум не може бути у стані спокою і перебуває у трьох можливих вимірах: природному, надприродному і протиприродному. Звичайно, найкраще утримувати розум у природному стані, в якому він був створений. Для входження у надприродний стан потрібен своєрідний духовний розум, для того, щоб втриматися від певних блукань, антиприродно-правових помислів, що вдається важко. Найлегше (що є природно-протиправним) вдається не контролювати пристрасні помисли, які відображають неприродний (протиприродний) стан душі. Для розуму потрібно великих зусиль, щоб не захоплюватися всім неприродним, щоб безпристрасно ставитися до речей, якими володіємо, і цим зміцниться природно-правовий аспект поведінки людини в ноосфері.

Список використаної літератури

1. Мічіо Кайку. Фізика майбутнього / переклала з англ. А. Кам'янець. – Львів: Літопис, 2013.
2. Кузнєцова А. Ф. Ноосфера. Ноосферна (еволюційна) освіта: завдання і принципи їх реалізації // Духовність особистості: методологія, теорія і практика № 5 (52), 2012. - С. 139.
3. Вернадский В. И. Мышление как планетарное явление. – М. : Наука, 1982
4. Маслова Н. В. Периодическая система общих Законов человеческого общества. – М. : Институт холодинамики, 2006.

Українець В.М.,

ад'юнкта кафедри морально-

психологічного забезпечення діяльності

військ (сил)

Національний університет оборони

України

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЙНОГО КОМПОНЕНТУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВИХ СЛУЖБОВЦІВ

Сьогодні проблема стресостійкості актуальна в усіх сферах діяльності, однак після 24 лютого 2022 року, початку широкомасштабного вторгнення Росії в Україну, проблема поведінки військовослужбовців у стресових ситуаціях набула неабиякої актуальності.

Як показує практика, рівень військової майстерності, бойового вміння багато в чому залежить від злагодженості підрозділу, технічного забезпечення особового складу під час виконання завдань, виявлення та вирішення соціальних проблем, морального настрою та особистої мотивації кожного військовослужбовця. Такий підхід, разом із принципом матеріального стимулювання, ефективно впливає на мотивацію військовослужбовців та сприяє підтримці на достатньому рівні військової мотивації, дисципліни та боєздатності Збройних сил України.

Слід додати, що військовослужбовець не є сліпою зброєю в руках зовнішніх обставин битви та природних інстинктів, його поведінка значною мірою визначається спрямованістю особистості, особливостями характеру, інтелекту, сили волі, емоцій, здібностей тощо. Без розуміння цього неможливо пояснити основи самопожертви, ризику, взаємовиручки, особливо в умовах, коли повинен спрацювати інстинкт самозбереження.

Проведені дослідження показали, що мотиваційний компонент у структурі стресостійкості є ключовими для поведінки особистості в емоціогенних ситуаціях [4].

У психологічній літературі мотивація розглядається, як сукупність стійких мотивів, спонукань, що визначають зміст, спрямованість і характер діяльності людини, її поведінку. У свою чергу мотиваційна сфера особистості являється системою всіх мотивів особистості, її потреб, установок, інтересів, які виконують функцію спонукання, спрямування і регулювання діяльності та поведінки особистості [3].

Загалом мотивація, як рушійна сила поведінки відіграє велику роль і в процесі формування особистості військовослужбовця, сформованості його інтересів до військової професії та усвідомлення її суспільного значення, професійної діяльності. Мотивація надає військово-професійній діяльності військовослужбовця спрямованість, осмисленість, динамічність та ефективність [5].

Однак, в основі будь-яких мотивуючих факторів лежать потреби військовослужбовців та мотиви. У загальному розумінні потреба – це те що виникає у кожного військовослужбовця та має індивідуальний прояв. Під мотивом розуміється те, що викликає певні дії людини. Мотив знаходиться в середині кожної людини, та має персональний характер, залежить від великої кількості зовнішніх та внутрішніх факторів, а також від дії інших виникаючих паралельно з ним мотивів. Мотив не тільки спонукає військовослужбовця до дій, але й визначає, що необхідно виконати та як буде виконана дана дія. Мотиви піддаються усвідомленню, військовослужбовець може впливати на свої мотиви пригнічуючи їх дію або навіть усовуючи їх зі своєї мотиваційної складової [1].

Дослідження особливостей професійної мотивації військовослужбовців показали, що в багатьох ситуаціях при виконанні військовослужбовцями бойових (службово-бойових) завдань в екстремальних умовах, мотивація є одним з ключових факторів для військового підрозділу у досягненні поставлених перед ним цілей.

Мотивація до професійної діяльності військовослужбовців є ієрархізованою динамічною системою мотиваційних структурованих утворень, на основі взаємозв'язку провідних інституційних прагматичних (внутрішніх) та (зовнішніх) мотивів, регулюючих здійснення діяльності, у результаті чого формується система спонукань, які детермінують діяльність. Зовнішніми мотивами є спонукання або примушування щось робити зовнішніми для людини стимулами, підкріпленнями, а внутрішні мотиви пов'язані із самим змістом діяльності, а не із зовнішніми обставинами. Визначивши провідні мотиви військовослужбовця, можна цілеспрямовано впливати на його поведінку та результат діяльності [2].

Таким чином, кожен командир та начальник повинен пам'ятати, що особовий склад до ведення бойових дій треба готувати психологічно. Поточний стан вмотивованості підрозділу має постійно відстежуватися командуванням, щоб підтримувати загальний бойовий потенціал на високому рівні. Адже, військовослужбовці є найважливішим компонентом, і лише їхня діяльність забезпечує надійне функціонування та успішне застосування зброї та військової техніки. Тільки за таких умов військовослужбовці разом створюють ту силу, яка має сили досягти перемоги.

Список використаної літератури

5. Гром В. А., Георгадзе О. А., Якіменко І. В. Методичний підхід до оцінювання рівня мотивації військовослужбовців Збройних Сил України. *Збірник наукових праць Центру стратегічних досліджень НУОУ імені Івана Черняхівського*. Київ, 2016. № 2 (57). С. 67–70.

6. Приходько І. І., Колесніченко О. С., Мацегора Я. В. Мотивація військовослужбовців до діяльності в екстремальних умовах: систематизація досліджень. *Journal "Disaster and crisis psychology problems"*. Харків, 2021. № 2 (2). С. 69–85.

7. Синявський В. В., Сергєєнкова О. П. Психологічний словник / за ред. Н. А. Побірченко. Київ : Наук. світ, 2007. 274 с.

8. Стасюк В. В., Українець В. М. Сутність стресостійкості у психологічній науці. *Науковий журнал “Габітус”*. Одеса, 2023. Вип. 48. С. 60–65.

9. Шабанова В. І., Нікітенко Г. О., Особливості мотивації військовослужбовців до військово-професійної діяльності. *Науковий журнал “Інсайт”*. Херсон, 2019. Вип. 2. С. 31–36.

Хайрулін О.М.,

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри
морально-психологічного забезпечення дій військ (сил),
Національний університет оборони України*

ІГРОВІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЇ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ

Життєдіяльність сучасної людини є об'єктивним віддзеркаленням нової епохи, особливості якої втілилися в науковому та загальнокультурному акронімі VUCA. Концепт VUCA був обраний світовими лідерами і науковцями для опису хаотичного, бурхливого й такого, що стрімко змінюється, середовища, яке швидко стало “ новою нормою ”, та особливості якого використовуються агресивними геополітичними суб'єктами в якості засобів впливу. Прикладом цього є злочинні дії російської федерації, що призвели до анексії українського Криму та широкомасштабної російсько-української війни. Українське суспільство перебуває у стані максимального екзистенційного напруження, що об'єктивно викликає зниження психологічного благополуччя громадян. Актуальні обставини воєнного часу, умови післявоєнного відновлення, подальшої ефективної життєдіяльності українського суспільства у світі ризику та невизначеності потребують від вітчизняної психологічної науки обґрунтованих пропозицій для створення моделей і технологій ковітальної життєдіяльності людини у довікллі перманентних життєвих ускладнень.

Науково-обґрунтованою вихідною позицією, раціональною програмою і сценарієм пошуку та реалізації психологічних засобів продуктивної життєдіяльності суб'єкта в наведених умовах усе більше постає гра – соціокультурний феномен та одночасно інтегральний фактор самореалізації людини як суб'єкта, особистості та індивідуальності у процесі, просторі та часі її онтогенезу [6; 7]. Вона постає “ формою особистісної причетності усупільненого індивіда до світу і характеризує його екзистенційну присутність

у цьому світі; водночас саме гра визначає онтофеноменальний вітакультурний формат його психодуховного самоздійснення і вчинкового самозреалізування” [6, с. 102]. Гра є виразним класичним полідисциплінарним об’єктом наукового пізнання. Розвідці закономірностей використання поліфеномену гри як суб’єктного та соціального екзистенційного засобу та його прагматичного застосування в реальних умовах буття людини і соціальної групи, присвячена увага дослідників різних часів та наукових дисциплін. У царині наукової психології потужне теоретико-методологічне та прагматично зорієнтоване підґрунтя створено результатами досліджень когорти вчених (Г. Спенсер, К. Гросс, С.Л. Рубінштейн, Й. Гейзинга, Г. Олпорт, Ж. Піаже, Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, О.В. Запорожець, Д.Б. Ельконін, М. Лацарус, Р. Кайуа, А. Бандура, Е. Берн, В.В. Давидов, В.А. Роменець, Г.П. Щедровицький, Г.О. Балл, А.В. Фурман, В.П. Москалець, П.П. Горностай, М. Лебланк, Дж. Шелл, Дж. Мак-Гонігал, Г. Фрейермут, С.К. Шандрук, В.В. Жовтянська та ін.). Суттєво посилює результативність дослідження гри адаптація у психологічному науковому просторі здобутків математичної дисципліни – теорії ігор (В. Парето, Дж. Нейман, Дж. Мак-Кінсі, Дж. Неш, Т. Шелінг, М.М. Воробьйов, В.А. Лефевр, А.В. Крушевський, А. Діксіт та ін.). Виразний психологічний зміст, який підтверджує актуальність дослідження ігрових аспектів психології життєвого простору особистості, мають мультидисциплінарні світові та вітчизняні наукові підходи й теорії: методологічні позиції аналітичної філософії (І. Кант, Г. Фреге, Б. Рассел, Л. Вітгенштайн, Р. Карнап, В. ван О. Квайн, М. Фуко, Г.П. Щедровицький, А.В. Фурман, З.С. Карпенко, В.О. Сабадуха, Л.М. Шенгерій, А.С. Синиця та ін.); система постнекласично-зорієнтованих принципів, підходів, засобів і нормативів психологічного пізнання (Г. Башляр, А.В. Фурман, М.М. Слюсаревський, З.С. Карпенко, В.П. Москалець; В.О. Сабадуха та ін.); філософсько-психологічна теорія вчинку (В.А. Роменець, І.П. Маноха, В.О. Татенко, А.В. Фурман, П.А. М’ясоїд та ін.), теорія системогенезу (функціональної системи) (Е. Ласло, П.К. Анохін), вітакультурна методологія і циклічно-вчинковий підхід (А.В. Фурман, О.Є. Фурман (Гуменюк) і наукова школа); теорія таксономічної системи видів

провідної діяльності людини (Г.І. Челпанов, О.М. Леонтьєв, В.В. Давидов та ін.); психолінгвістичні підходи на основі мовної (мовленнєвої) гри (Л. Вітгенштайн, Дж. Остін, О.І. Смирницький, Л.О. Калмикова, Л.В. Засєкіна, О.О. Селіванова, В.В. Зірка та ін.); соціально-філософська теорія повсякдення як динамічної рівноваги життєвого світу людини (І.В. Карівець), теорія багатомірності рольової реальності (Н.С. Корабльова), концепція гри як універсальної форми боротьби за суб'єктне та групове сприйняття й оцінювання (П. Бурд'є), теорія габітусу (П. Бурд'є, Т.М. Титаренко, А.А. Фурман, І.В. Карівець), теорія онтологічного моделювання (Р. Карнап, В. ван О. Квайн, Т. Грубер, Н. Гуаріно, Т.М. Басюк та ін.).

Аналіз результатів наукових досліджень гри, її потенціалу як універсального прагматичного засобу буття сучасного суб'єкта, актуальних тенденцій впливу наявних умов на життєдіяльність і психологічне благополуччя людини, підтверджує гіпотезу про те, що гра – це: 1) світоглядна універсалія, категорія культури, функціональний архетип, універсальна онтофеноменальна форма екзистенції людини і спільноти; 2) матриця організації та продуктивна програма життєдіяльності суб'єкта у реальних умовах його соціальної взаємодії; 3) спосіб буття людини і суспільства, що здатний забезпечувати процеси життєдіяльності людини або соціальної групи за будь-яких умов; 4) єдина модальність одночасно екстеріоризації та інтеріоризації на атрибутивній основі свідомого “подвоєння світу”, буття одночасно на двох планах-вимірах активної свідомості – зовнішньо-середовищного та внутрішньо-суб'єктного, які існують за принципами системної взаємної співдії, доповнюваності, комплементарності; 5) вид діяльності (категорія «діяльність» є родовим поняттям), який: а) акумулює історично накопичений соціальний досвід; б) у взаємодоповненні задає цілісний образ людського світу; в) виявляється як базова структура людської свідомості, що має універсальний функціоналізм; г) відіграє роль глибинної програми соціального життя, яка серцевинно містить інваріанти абстрактного всезагального змісту; г) характеризується смисловим наповненням, що зорганізується у вигляді своєрідних кластерів і в їх сукупності утворює

пізнавальний образ світу певної епохи, спільноти, індивіда (докладне обґрунтування див. [8; 9]). Тезаурус перспективного психологічного дослідження гри містить таксономічно структуровані концепти, які послідовно утворюють вузлові онтологічні механізми гри: власне гра, різнорівневі за категорійною матрицею модуси гри, габітус, ситуація, пропріум, диспозиції, похідні комунікативні інваріанти, що у змістовлюють і формують життєдіяльність суб'єкта: культура, стратегії, тактики, комунікативні дії/акти та ін.

Список використаної літератури

1. Велика українська енциклопедія. Словник. Київ : Державна наукова установа «Енциклопедичне видавництво», 2015. 1408 с.
2. Енциклопедія освіти / Акад. пед.. наук України ; головний редактор В. Г. Кремень. — К. : Юрінком Інтер, 2008. — 1040 с.
3. Психологічна енциклопедія. Київ : Академвидав, 2006. 424 с.
4. Роменець В. А., Маноха І. П. Історія психології ХХ століття: навч. посібник / В. А. Роменець, І. П. Маноха. Вид. 3-тє. Київ : Либідь, 2017. 1056 с.
5. Філософський енциклопедичний словник. Київ : «Абрис». 2002. 742 с.
6. Фурман А. В., Шандрук С. К. Організаційно-діяльнісні ігри у вищій школі: монографія / А.В. Фурман, С.К. Шандрук. Тернопіль: ТНЕУ, 2014. 272 с.
7. Фурман А. В., Шандрук С. К. Сутність гри як учинення: монографія / А.В. Фурман, С.К. Шандрук. Тернопіль: ТНЕУ, 2014. 120 с.
8. Хайрулін О. М. Діапазон розвивального потенціалу гри як суб'єктної програми. Психологія і суспільство. Тернопіль, 2021. № 1. С. 82–116.
9. Хайрулін О. М. Психологія ігрового моделювання соціального життя суб'єкта : монографія. Тернопіль : ЗУНУ, 2021. 404 с.

Цільмак О.М.

доктор юридичних наук, професор,

завідувачка кафедри психології,

Національний університет «Одеська юридична академія»

ПРОВИНА ТА МЕТОДИ ЇЇ КОРИГУВАННЯ

Особа – не є ідеальною. У процесі життєдіяльності вона робить не тільки добрі вчинки, якими вона може пишатися, а й вчинки, за які вона відчуває провину та сором. На думку вчених, **провина** – це: 1) прагнення покарати себе, коли особа бере на себе відповідальність за злиття, яке переривається (Ф. Перлз); 2) суб'єктивний дисфоричний стан, який переживається як «тривожна поганість» (І. Ялом); 3) емоційний досвід, який виникає, коли особа вірить або усвідомлює – точно чи ні – що вона порушила власні стандарти поведінки або порушила загальнолюдські моральні норми і несе за це порушення значну відповідальність (<https://uk.wikipedia.org>); 3) процес усвідомлення своїх помилок, негідності свого вчинку та ін. (Академічний тлумачний словник); 4) оцінка власних дій чи поведінки як небажаної, але при цьому внутрішньо особа не втрачає власну гідність; 5) почуття каяття або смутку через минулий вчинок, яке ми відчуваємо, коли думаємо, що завдали шкоди або порушили свій моральний кодекс (Марк Вінвуд) та ін.

Розглядаючи ці поняття, слід зауважити, що почуття провини більш складне емоційне явище, так як воно може бути нав'язаним з дитинства, може бути неусвідомленим, невротичним, хронічним тощо. Тому, розкритий вченими зміст терміну «провина» тільки приблизно відображає його змістовну сутність.

У той же час доволі часто можна зустріти у публікаціях плутанину між почуттям провини та почуттям сорому. Провина ж більше стосується конкретних дій особистості, вчинків або намірів. Сором стосується загалом особи, тобто її особистості, усвідомлення себе.

Почуття провини ґрунтується на раціональній або ірраціональній оцінці: 1) особою своїх дій або бездіяльності; 2) іншими людьми дій або бездіяльності особи.

Саме оцінки дій або бездіяльності: «недобре», «недосконало», «погано» та «дуже погано» й викликають у особи почуття провини.

Переживання почуття провини, що спонукає спокутувати провину, відшкодувати (загладити) завданий збиток, виправити ситуацію є соціально прийнятною поведінкою та в основному є соціально корисним почуттям.

Ірраціональне почуття провини небезпечне насамперед своєю непереборністю. Якщо зі звичайним почуттям провини по відношенню до іншої особи можна впоратися (вибачитися, спокутувати завдану шкоду тим чи іншим чином), то ірраціональне почуття провини не дає нормально жити і розвиватися. Згодом можуть розвинутися – тривожний розлад, депресія. Найгірше те, що особа, яка не може позбутися почуття провини раціональним способом – отримати прощення, починає шукати такі ж ірраціональні шляхи – алкоголь, наркотики. Шкідливі звички згубні і лише ускладнюють проблему.

Доктор Еллен Альбертсон, психолог з Берлінгтона, штат Вермонт, вказує на те, що хронічна або постійна провина може бути пов'язана з: тривожними розладами; депресією; посттравматичним стресовим розладом (ПТСР); обсесивно-компульсивним розладом (ОКР); дисфорією або почуттям незадоволеності життям або подіями; розладами харчування.

Слід вказати, що існує безліч методів допомоги людині, яка відчуває токсичну провину. Представники різних психологічних шкіл пропонують різноманітні психотехнології для проживання, корегування почуття провини. Розглянемо деякі з них.

1. Вправа «Мої «винні» думки» (С. Броннікова).

Інструкція:

Згадайте ситуацію — поточну, з минулого, з дитинства, яка викликала у вас відчутне та тривале почуття провини. Коротко запишіть, що тоді сталося. Згадайте свої почуття з приводу цієї історії, витратьте трохи часу та дозвольте

собі поринути у переживання провини. Коли воно поглине вас повністю, придумайте одну-єдину – будь-яку причину, яка дозволить вам не почуватися настільки винною.

Можливо, вас давно вже пробачили за те, що ви тоді зробили?

Чи ви зробили якісь кроки, щоб виправити ситуацію?

Годиться будь-яка причина!

Тепер, коли ви змогли вигадати одну причину, придумайте ще дві. Ви довгий час забороняли собі прощати себе, називаючи можливі причини не відчувати стільки провини – відмовками, виправданнями – словом, використовуючи свого власного Внутрішнього Прокурора, безжального обвинувача. Настав час дати слово і Внутрішньому Захисникові.

Вийшло? Тепер, коли у вас вже є три причини почуватися не таким винним, придумайте останню, четверту причину не відчувати провини за цю історію зовсім.

Чи вдалося вам зменшити переживання почуття провини?

Як ви це відчуваєте?

Відзначте, як раціональне мислення дозволяє вам подолати провини.

Дозвольте собі пробачити.

2. Вправа «Лічильник винних думок» (С. Броннікова).

Інструкція:

Уявіть собі, що ви постійно носите з собою лічильник провини, який щоразу скрупульозно реєструє коли ви переживаєте це почуття.

Скільки разів ви відчували провини за сьогоднішній день?

А за вчорашній день? А за минулий тиждень?

Спробуйте згадати та проаналізувати кожен випадок.

Оцініть, наскільки адекватно і заслужено щоразу було пережите вами почуття (й так щоразу!).

Коротко опишіть кожний випадок.

Що ви помітили в результаті цієї вправи?

Чи було щось нове, що ви відкрили в результаті її виконання?

Провина може сформувати звичку, як будь-яка інша емоція.

Не піддавайтеся звичній провині та рефлексуйте щоразу, коли вона з'являється у вашій душі.

3. Вправа «Щоденник запису автоматичних думок» (Девід Бернс).

Інструкція:

Особі пропонується заповнити таблицю.

Запишіть подію, яка викликає у вас почуття провини у стовпці «Ситуація» - див. табл.1.

Таблиця 1.

Реєстрація автоматичних думок

Ситуація	Емоції	Думки, що викликають почуття провини	Когнітивні викривлення	Раціональна відповідь	Результат

Потім «налаштуйтеся» на голос тирана у вашій голові і запишіть конкретні звинувачення, що викликають почуття провини.

Проаналізуйте ці звинувачення та виявіть когнітивні викривлення. Запишіть більш об'єктивні думки цим когнітивним викривленням.

В результаті повинно наступити полегшення.

4. Вправа «Перетворення негативної установки – в позитивну»

Інструкція:

I. Накресліть таблицю з колонками:

- 1) ситуація, яка вас хвилює,
- 2) негативні думки/установки, які виникли після цієї ситуації;
- 3) емоція, яка виникла після появи цих думок;
- 4) поведінка, яка відбулася після цієї емоції.

II. Заповніть таблицю 3.

Таблиця 2.

Реєстрація та аналіз негативних думок/установок, які виникли після певної ситуації, емоцій та поведінки

Ситуація, яка вас хвилює	Негативні думки/установки, які виникли після цієї ситуації	Емоція, яка виникла після появи цих думок	Поведінка, яка відбулася після цієї емоції

III. Уявіть себе дорослою безоцінною людиною, що дивиться на цю таблицю збоку, та проаналізуйте кожну виписану вами думку/установку (другий стовпчик таблиці 2).

IV. Накресліть наступну таблицю, розбивши її на аргументи, що підтверджують цю думку і спростовують її – див. табл. 3.

Таблиця 3.

Реєстрація аргументів, що підтверджують певну думку та спростовують її

Негативні думки/установки, які виникли після цієї ситуації	Аргументи, що підтверджують цю думку	Аргументи, що спростовують цю думку

V. Максимально чесно заповніть таблицю 4, розібравши кожну думку/установку, яку ви виписали першу таблицю.

VI. Трансформуйте кожну негативну думку/установку на позитивну (заповніть третій стовпчик таблиці 4). Головне, що потрібно враховувати при трансформації думки/установки — позитивне формулювання необхідно записувати у теперішньому часі, як спонування до дії. Тобто не треба писати протилежне значення установки (я неуспішний - я успішний), а записати пояснення до негативної установки та способи досягнення позитивної установки.

Таким чином, нами було розкрито сутність деяких вправ та методів роботи з почуттям провини. Однак, кожний випадок переживання клієнтом почуття провини є індивідуальним, так як воно має різні причини, різну ступінь та глибину переживання, - й тому вимагає індивідуального підходу.

Список використаної літератури

1. Малєєва О.Л. Генезис та функції провини / О.Л. Малєєва // Науковий вісник ПДПУ ім. К.Д. Ушинського, 2007. №7-8. С.247-256
2. Вступ у когнітивно-поведінкову терапію. // Дейвід Вестбрук, Гелен Кеннерлі, Джоан Кірк. Львів: Свічадо, 2014. 420 с.
3. Baumeister, RF, Stillwell, AM, & Heatherton, TF (1994). Guilt: An interpersonal approach. Psychological Bulletin, 115, 243–267.
4. Dilts, R. (1990). Changing beliefs with nlp. Capitola, CA: Meta.

Шарапановська Ю. В.

*директор Фахового коледжу,
Міжнародний гуманітарний університет*

Єрмакова С. О.

*студентка I курсу
Фахового коледжу Міжнародний гуманітарний університет*

НООСФЕРНІ МЕХАНІЗМИ ВЗАЄМОДІЇ ВИКЛАДАЧІВ І СТУДЕНТІВ

Ноосферна економіка і соціальна політика, що працюють на основі планетарного ресурсу – ноосфери, сьогодні стають підставою глобалізації інтеграційних корпоративних процесів. Відтак, управління є обов'язковою частиною будь-якої суспільної взаємодії й належить до найдавніших винаходів людства. Управління може здійснюватися у різних системах: людина-людина, людина-машина, людина-природа.

Останнім часом в теорії управління в контексті «людина-людина» виокремився такий його різновид як адаптивне управління. Витоки адаптивного управління починаються з часів появи й застосування управлінських впливів для регулювання взаємовідносин людей. Важливою історичною віхою у розвитку адаптивних засад управління були здобутки школи людських відносин американського соціолога і психолога Е. Мейо. Він запропонував розглядати будь-яку організацію як певну соціальну систему, що має інтегровану соціальну структуру. Таким чином, Е. Мейо виявив нову управлінську функцію, яка стосувалася людського фактору й стала іменуватися «управління персоналом». З розвитком цієї школи пов'язані також імена Мері Паркер Фоллет (США, визначила управління як виконання робіт за допомогою інших осіб, роль особистості в ефективності виробництва), Дугласа МакГрегора (теорія „Х” та „У” – різні уявлення керівників про ставлення виконавців до праці), Ф. Герцберга

(теорія мотиваційної гігієни), Р. Лайкерта (теорія організаційних модельних систем), С. Арджиріса (теорія групового навчання), А. Маслоу (теорія ієрархії потреб)) [2], Р. Блейка, Дж. Мутон (баланс між виробничими й соціальними потребами).

Наукові дослідження школи людських відносин, що розвивалася на тлі розвитку поведінкових наук, створили наукове підґрунтя для виділення адаптивного управління в окремий різновид. Науковці по-різному розглядають еволюцію адаптивного управління соціальними системами. Так, О. Мойсєєв вважає адаптивність природною якістю управління. Поруч із адаптивністю він виділяє такі характеристики управління, як релевантність, цінність, цілеспрямованість, активність, превентивність, прогностичність, інтеграція, консолідація, мотиваційність, демократичність, партисипативність, гуманність, людяність, особистісна орієнтованість. На думку вченого, можна моделювати проявлення різних характеристик управління в залежності від потреб організації [3, с. 95–97].

Г. Полякова виділяє три періоди становлення й розвитку адаптивного управління. Специфікою адаптивних систем освіти й управління ними, на її думку, є розгляд таких процесів, як мотивація, стимулювання, соціальна адаптація, взаємодія, самоуправління [2, с. 7].

Вченими-практиками (Т. Давиденко, Н. Капустіним, Т. Шамовою, Є. Ямбургом) розроблена й досліджується *адаптивна освітня система* [2], що спроможна допомогти кожному студенту досягти оптимального рівня інтелектуального розвитку згідно природних задатків та здібностей. Навчальний заклад з адаптивною освітньою системою називається адаптивним [1, с. 354], а управління такою освітньою установою вважається адаптивним. Отже науковцями висувається нагальна необхідність уведення і розробки *адаптивного управління педагогічними системами для управління адаптивним навчальним закладом*.

Західні вчені, у свою чергу, теж розглядають зміни в управлінні організаціями з *позицій адаптивності* у контексті *ноосферної парадигми*. Так,

англійські дослідники Т. Берне та Г. Сталкер [3, с. 345] досліджували взаємозв'язок між організаційною структурою підприємства й швидкістю змін оточуючого середовища. Ними встановлено, що за різної швидкості зовнішніх змін треба використовувати адекватні організаційні ноосферні структури: від бюрократичної до адаптивної, включаючи і проміжні форми. Дослідники С. Девіс та П. Лоуренс впевнюють у неможливості застосування чистих адаптивних структур без бюрократичних для оптимального управління освітньою установою в мінливих умовах. Вони доводять, що рухомість зв'язків забезпечується не тільки адаптивними структурами, але й гнучким керівництвом, що набуває адаптивного характеру. Отож *адаптивне керівництво викладача у процесі професійної підготовки студентів* розглядається нами як здатність педагога обирати й поєднувати різні стилі моніторингу професійної підготовки у контексті природовідповідності на засадах ноосферної парадигми проте залежно від освітньої ситуації. При цьому підвищення адаптивності керівництва досягається за рахунок, наприклад, переформування творчих груп, перепроєктування завдань або модифікації навчальних курсів.

Висновки. Вищезазначене підтверджує, що джерелом адаптивного управління науковці вважають інноваційну модель організації професійної підготовки, яка вибудовується з фізичної природи, адже результатом процесів моделювання й конструювання є штучні системи, що тільки частково спроможні спрямувати розвиток за природнім шляхом.

Список використаної літератури

1. Єльнікова Г.В. Наукові основи адаптивного управління закладами та установами загальної середньої освіти: Дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.01. – К., 2005.– 641 с.
2. Маслоу А. Самоактуализация личности и образование личности / Маслоу А.; Пер. с англ., Предисл. Г.А. Балла. - Киев-Донецк, 1994. — 52с.
3. Мескон М.Х. Основы менеджмента / Мескон М.Х., Альберт М., Хедоури Ф.; пер. с англ. - М.: «Дело», 1992. – 702 с.

Шрагіна Л. ,

*докторка психологічних наук, доцент,
доцент кафедри мовної та психолого-педагогічної підготовки,
Одеський національний економічний університет.*

Меєрович М.,

системний аналітик, фрілансер

ЗМІНА РОЛІ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЕЛЕМЕНТУ СОЦІУМУ В КОНТЕКСТІ ГЛОБАЛІЗАЦІЙНИХ ВИКЛИКІВ

Для аналізу причин зміни ролі особистості, пов'язаних з процесами глобалізації, використаємо розроблені авторами функціонально-системний підхід (ФСП) та теорію розвитку штучних систем (ТРШС), згідно з якими створення та розвиток будь-якої штучної системи (ШС) відбувається наступним чином: потреба, що виникає в людини, призводить до необхідності створити об'єкт, що задовольняє цю потребу за допомогою виконання своєї основної функції (ОФ). Щоб створити цей об'єкт, потрібно задати йому принцип дії – використати емпіричні чи теоретичні знання законів природи, які забезпечать виконання ОФ. Виникає конструкція об'єкта – ШС, що задовольняє людину на цьому етапі його розвитку. Але виникають нові потреби, і до існуючої ШС людина починає висувати нові вимоги, які система вже задовольнити не може. Суперечність між потребами людини та функціональними можливостями існуючої ШС у загальному випадку вирішується за рахунок застосування нового принципу дії. Для цього потрібні нові знання, вони втілюються у нову конструкцію. Але виникають нові потреби, і ланцюжок повторюється... Згідно з основним законом ТРШС, розвиток штучної системи з погляду людини, її творця і користувача, спрямований у бік підвищення її ідеальності: кожна наступна модифікація системи виконує свою ОФ все краще і краще [4].

Потреба людини забезпечити собі більше шансів на виживання в умовах агресивного зовнішнього середовища та несприятливих кліматичних умов

призвела до створення перших технічних ШС – інструментів для видобутку і обробки продуктів харчування та створення предметів побуту, що призвело до зародження економіки та науки. Для передачі досвіду, що накопичується від покоління до покоління, створюється система освіти, яка готує кадри для економіки. Потреба встановити відповідні взаємини між членами спільноти по вертикалі та по горизонталі призвела до появи соціальних інститутів, а потреба захищати себе та територію – до необхідності створити систему «держава». Об'єднання цих елементів створює якісно нову автономну ШС – «соціум», в якій економіка виступає робочим органом, система освіти – джерелом енергії, що «живить» економіку кадрами, держава – органом управління, а соціальні інститути – трансмісією. При цьому з розвитком кожного з елементів його функція в системі могла змінюватися, а взаємозв'язок між економікою, системою освіти, особистістю людини та соціальними відносинами, що виникають у процесі виробництва, впливав на її функціонування [4]. Зокрема, аналіз етапів розвитку економіки від сільськогосподарського до інформаційного показує зростання інтелектуалізації продукту, випуском якого зайнята основна частина населення: від продуктів харчування до ідей та технологій з середини ХХ століття. Ця зміна викликає потребу в зміні ОФ системи освіти, результатом чого стає підвищення інтелектуального та культурного розвитку все більшої частини населення, а зростаюче значення людського капіталу стає передумовою для формування нових соціально-економічних відносин у соціумі. До того ж війна, розв'язана Росією проти України, поставивши світ на межу морального дефолту, довела до критичного стану три виклики як глобальні проблеми:

1. Систему цінностей, прийняту у взаєминах між країнами та людьми.

«Газ може коштувати дорого, але свобода безцінна. Це дуже важко пояснити тим країнам і людям, які не зазнали втрат свободи» [3].

«Європейське об'єднання мало на меті підтримку миру на континенті. ... Європа не може ставати морально глухою. Європа не має думати, що гроші не пахнуть. Вони пахнуть кров'ю.» [5].

2. Ефективність міжнародних організацій, створених для забезпечення безпеки країн-учасниць із різними політичними системами.

«РФ як постійний член Ради безпеки ООН завдала удару по самій основі статуту Організації. Росія порушила національний суверенітет та територіальну цілісність, порушила права людини та розв'язала відкриту війну замість того, щоб домовлятися про мир.» [1].

3. Роль особистості керівника країни у формуванні внутрішнього та зовнішнього політичних, економічних та соціальних курсів.

Сучасний період є поворотним моментом в історії людства, коли вирішується, чи буде світом правитиме груба сила, вважає Президент України В.Зеленський. І якщо ці дії не отримають належної реакції людства, світ буде великим набором військових злочинів [1].

Протилежної точки зору на засіб досягнення своїх політичних цілей притримується президент Росії, штучно створюючи світові енергетичну та продовольчу кризи та використовуючи при цьому ще й ядерний шантаж.

Для пошуку відповіді на виклики повернемося до системи «соціум» як групи взаємопов'язаних елементів, які постійно розвиваються. Результати цього розвитку виводять нас на діалектичне протиріччя: кожна держава, щоб вижити, повинна розвивати економіку. Щоб утримувати економіку на кожному сучасному її рівні, необхідно готувати для неї кадри відповідної кваліфікації, тобто розвивати систему освіти, що веде, як вже визначалось вище, до росту інтелектуалізації все більшого числа населення. Але думаюча людина не тільки вирішує проблеми виробництва та підвищує продуктивність праці – вона ще замислюється над тим, хто і як розподіляє зроблений нею продукт. Загалом це веде до зміни соціальних відносин між працівниками, власниками та владою на все більш гуманістичні, а форми правління – на все більш демократичніші.

В результаті розв'язання діалектичного протиріччя між процесами в економіці та соціумі по ланцюжку функціонально-системних зв'язків (розвиток економіки – розвиток системи освіти – зріст самосвідомості – звільнення людського духу – підвищення рівня свободи) відбувається трансформація

системи цінностей від матеріалізму – до постматеріалізму та від цінності виживання – до цінності самовираження та самореалізації.

Вплив рівня культури населення на розвиток економік країн показали також дослідження Р. Інглхарта та Л.Хаббарта [2, 6].

Висновки.

1. Глобалізація як черговий етап розвитку економіки відповідає законам розвитку штучних систем та спрямована у бік підвищення рівня ідеальності системи, забезпечуючи зниження собівартості виробництва продукції.

2. Встановлено значення взаємозв'язків між економікою, системою освіти, особистістю людини та соціальними відносинами, що виникають у процесі виробництва.

3. На етапі глобалізації провідним елементом системи «соціум» стає система освіти, яка, забезпечуючи виробництво високотехнологічних товарів кваліфікованими кадрами, формує при цьому свідому особистість.

4. З розвитком економіки розвиток особистості людини призводить до зміни його системи цінностей, яка на етапі глобалізації стає провідним фактором розвитку соціуму.

Список використаної літератури

1. Виступ Президента України Володимира Зеленського на Раді Безпеки ООН (2022). <https://www.youtube.com/watch?v=0hR9-mN8CWs>

2. Инглхарт Р. Культурная эволюция: как изменяются человеческие мотивации и как это меняет мир / Москва : Мысль, 2018. — 347 с.

3. Каллас К. Премьер Эстонии о санкциях против РФ: Газ может быть дорогим, но свобода бесценна. (2022) <https://news.liga.net/world/news/premier-estonii-o-sanktsiyah-protiv-rf-gaz-mojet-byt-dorogim-no-svoboda-bestsenna>

4. Меерович Марк, Шрагина Лариса. Технология творческого мышления /М.: Альпина Паблишер, 4-е изд., испр. и доп. 2020. – 506 с.

5. Родивілов А. Володимир Зеленський звернувся до учасників та гостей Венеціанського кінофестивалю. <https://www.rbc.ua/ukr/news/zelenskiy-uchastnikam-venetsianskogo-kinofestivalya-1661990683.html>

6. Харрисон Л. Евреи, конфуцианцы и протестанты. Культурный капитал и конец мультикультурализма. М. : Мысль. 2016. – 286 с.

Яцишина А.М.

кандидат психологічних наук

провідний психолог 26 прикордонного загону

СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Соціальна адаптація серед військовослужбовців стає актуальним на всіх рівнях від молодших командирів та офіцерів до головнокомандувачів. Унаслідок низької адаптації ускладнюється міжособистісне спілкування, відбувається ряд погані стосунки з побратимами: нестатутні взаємини, відхід зі служби та навіть схильність до суїцидальних проявів та ін.

Під соціальною адаптацією розуміється пристосування індивіда до умов, соціального середовища, інтеграція індивіда в соціальну групу, формування відповідної системи взаємин з іншими індивідами, поведінка індивіда з метою засвоєння. стабільні умови суспільства процес адаптації. , усвідомлення цінностей і норм конкретного соціального середовища.

Незважаючи на суттєві розбіжності у визначенні поняття адаптації, суспільствознавці схиляються до того, що адаптація – це складний процес соціалізації особистості, який складається з основних дій, пов'язаних із взаємовідносинами, у тому числі внутрішнім аспектом – зміною внутрішнього світу особистості, . а зовнішня форма - варіація умов середовища. Проте аналіз підходів до визначення поняття адаптації ще не завершений.

Тому, якщо говорити про соціальну адаптацію, то мається на увазі процес пристосування особистості до вимог соціального середовища, в тому числі інтеграція в соціальні групи, формування системи взаємовідносин відповідно до вимог соціального середовища. а також сприйняття цінностей. і стандарти соціального середовища. Існує також поняття психологічної адаптації, ці терміни пов'язані, оскільки це початок тривалого процесу, оскільки

психологічна адаптація індивіда містить чинники, необхідні для соціальної адаптації.

Явище агресії дуже поширене у військовому середовищі і негативно впливає на процес взаємодії та стосунки між товаришами по службі. У чоловічих арміях почали формуватися міжособистісні стосунки, змінювалися життєві моделі і моральні цінності, розподілялися ролі в соціальних військових підрозділах. Правильна соціальна адаптація воїна залежить від його особистісних особливостей, таких як темперамент, психічні особливості, риси особистості. Ці фактори безпосередньо впливають на здатність особистості адаптуватися до вимог соціального середовища, здатність інтегруватися в соціальні групи, формувати систему відносин з оточуючими та сприйняття цінностей. стандартів соціального середовища.

Чинники, які впливають на соціальну адаптацію індивіда, включають в себе: психологічні, особистісні та впливові фактори поза процесом адаптації. До чинників, що ускладнюють процес особистісної адаптації, також можна віднести: психологічний стрес, який може виникнути при переході до нового соціального середовища; неприйняття нових культурних та соціальних норм; недостатній рівень комунікативних навичок, що ускладнює взаємодію з оточуючими людьми; відсутність підтримки з боку оточуючих, що може призвести до почуття самотності та відчуженості.

До чинників, що ускладнюють процес особистісної адаптації, також можна віднести: психологічний стрес, який може виникнути при переході до нового соціального середовища; неприйняття нових культурних та соціальних норм; недостатній рівень комунікативних навичок, що ускладнює взаємодію з оточуючими людьми; відсутність підтримки з боку оточуючих, що може призвести до почуття самотності та відчуженості.

На основі представлених класифікацій ми виділили наступні компоненти психологічної адаптації: психоемоційні (фрустрація, ригідність, агресивність, страх, стресостійкість, конфліктність), темпераментні (екстраверт, інтроверт), емпатичні (гіперметичний, емпіричний, емоційний, піднесений, циклічний,

дистимія, застряг, збудливий, тривожний, педантичний). Придатність індивіда визначається володінням предметом, задоволеністю або незадоволеністю своїм соціальним становищем у колективі, товариськими відносинами з побратимами.

Психологічний супровід - це комплекс психологічних заходів, спрямованих на підготовку військовослужбовців до професійної діяльності та усунення проблем, що заважають виконувати покладені на них обов'язки.

Психологічна допомога рекрутів спрямована насамперед на успішну соціальну адаптацію осіб, які постійно взаємодіють із певними групами. Завдання психолога – усунути негативні фактори, що впливають на адаптацію, і допомогти вирішити проблеми бійця. Це також негативно впливає на адаптацію та взаємодію з групами, офіцерами тощо. Зробити військову службу, у бойових умовах максимально комфортною це першочергове завдання психолога.

Список використаної літератури

1. Агаєв Н. А., Скрипкін О. Г., Дейко А. Б., Поливанюк В. В., Еверт О. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України (методичні рекомендації). Міністерство оборони України, Наук.-дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України. Київ: НДЦ ГП ЗС України, 2016. 147 с.

2. Горпиненко К. І. Психологічні особливості професійної діяльності військовослужбовців: науково-методичний посібник. Київ: Наукова думка. (2017). С. 45-58

3. Діденко В. А. Воєнна психологія: Навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Київ: Центр учбової літератури. (2016). 45 с.

ЗМІСТ

Адамова Г.В. МОВЛЕННЄВІ ДОМІНАНТИ ЯК СКЛАДОВІ НООСФЕРНОГО МИСЛЕННЯ.....	4
Astakvov V.M., Batsylyeva O.V., Puz I.V MENTAL SELF-REGULATION AS A MEANS OF PRESERVING AND RESTORING PERSONAL WELL-BEING AT THE TIME OF MODERN CONDITIONS OF MARTIAL LAW.....	10
Асєєва Ю.О. ПРОГРАМИ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я В УКРАЇНІ ПІД ЧАС ПОВНОМАШТАБНОГО ВТОРГНЕННЯ	14
Барко В.В., Барко В. І. СИСТЕМНИЙ ПІДХІД У ВИВЧЕННІ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ	18
Башей О.О., ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА У ПРОЦЕСІ СОЦІАЛІЗАЦІЇ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО СЕРЕДОВИЩА КОЛЕДЖУ.	23
Бедан В. Б., Єрмаков М.О. СТРУКТУРНІ СКЛАДОВІ ПРОФЕСІЙНОГО ЗДОРОВ'Я ФАХІВЦІВ ІТ- СФЕРИ.....	26
Бедан В. Б., Осадчук В. САМОПРЕЗЕНТАЦІЯ У СОЦМЕРЕЖАХ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ	29
Бедан К.В. ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА СХИЛЬНОСТІ ДО ДЕСТРУКТИВНОГО СПІЛКУВАННЯ У СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ.	34
Блінов О.А. ІНТЕГРАТИВНА МЕТОДИКА УПРАВЛІННЯ СТРЕСОМ (ІМУС-ІМСМ) У ГОСПІТАЛЬНІЙ ПРАКТИЦІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ УЧАСНИКАМ БОЙОВИХ ДІЙ.	39
Блінов О.А., Мороз І.В. САМООСВІТА ТА ПСИХІЧНА САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК РЕСУРСИ РОЗВИТКУ ЛЮДИНИ.	43
Боріништейн Є.Р. ПСИХОЛОГІЧНІ ІМПЕРАТИВИ СОЦІАЛЬНОЇ ПОЛІТИКИ.	46
Борисова О.О. КЛАСИФІКАЦІЯ БОЙОВИХ ТРАВМ УКРАЇНСЬКИХ ЗАХИСНИКІВ БАТЬКІВЩИНИ: НАРИСИ З КАБІNETУ ПСИХОРЕАБІЛІТАЦІЇ.....	50
Босько В.І. МЕТОДИ САМОПІЗНАННЯ І САМОДОПОМОГИ Н.ПЕЗЕШКІАНА – ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ ПРОФІЛАКТИКИ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ПСИХОЛОГІВ.....	55
Вукова S.V.	

THE IMPORTANCE OF MOTIVATION IN THE SUCCESS OF STUDENTS' LEARNING ACTIVITIES	60
<i>Войтенко Н. С., Єрмакова А. Ю..</i>	
ФОРМУВАННЯ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ	63
<i>Joana Berger-Estilita</i>	
UNDERSTANDING AND MITIGATING PROFESSIONAL BURNOUT SUNDROME: A COMPREHENSIVE EXPLORATION.....	67
<i>Гарькавець С.О., Волченко Л.П.</i>	
ДО ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ	70
<i>Гойда М.О.</i>	
АКТУАЛЬНИЙ СТАН НОРМАТИВНО-ПРАВОВОГО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГЕНДЕРНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ.....	73
<i>Горицька О.В., Єрмаков М. Ю.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СУЧАСНИХ ПІДПРИЄМЦІВ ДО УМОВ ВОЄННОГО СТАНУ.....	80
<i>Грінько М.М.</i>	
ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ПРАЦІВНИКІВ ДСНС ПІСЛЯ ЇХ УЧАСТІ В ЛІКВІДАЦІЇ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ.....	84
<i>Данилюк І. В., Курапов А. О., Ягіяєв І. І., Малишева К. О., Льошенко О. А., Литвин С. В.</i>	
ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ХЕМОФОБІЇ ТА НЕГАТИВНОГО СТАВЛЕННЯ ДО ВАКЦИНАЦІЇ.....	90
<i>Жусь О.М.</i>	
ФІНАНСОВА ГЛОБАЛІЗАЦІЯ ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ПЛАНУВАННЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ	95
<i>Загоруйко Н.М.</i>	
КОЛОРАТИВНІСТЬ ЯК ОБ'ЄКТИВНА РЕАЛЬНІСТЬ ТА ВІДОБРАЖЕННЯ ЇЇ У ПСИХОЛОГІЇ ЛЮДИНИ ТА ЇЇ МОВЛЕННІ	98
<i>Єрмакова С.С.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ УПРОВАДЖЕННЯ БІОЕТИКИ В ОСВІТНЮ ПРАКТИКУ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ.....	102
<i>Єрмакова С.С., Воронецька Д.О.,</i>	
ЖИТТЄВИЙ ПРОСТІР ОСОБИСТОСТІ ЯК МОДЕРАТОР ЇЇ ПРОФЕСІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ.....	105
<i>Єрмакова С.С., Каранфілова О.В.</i>	
РОЗУМІННЯ СВІТУ У ПРОЦЕСІ СВІТОГЛЯДНОЇ ТРАНСФОРМАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ.....	109
<i>Єрмакова С.С., Криворучко В.О.</i>	
ЖИТТЄВИЙ ПРОСТІР ОСОБИСТОСТІ: ВІРТУАЛЬНА РЕАЛЬНІСТЬ ТА ГЛОБАЛЬНІ КОНТЕКСТИ ІСНУВАННЯ.....	113
<i>Yermak K.</i>	
THE RELATIONSHIP OF PARTNERS IN MARRIAGE AND THEIR IMPACT ON THE DEVELOPMENT OF THE CHILD	116

Іванова О.С.	
ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНОГО РОЗВИТКУ НАУКОВИХ КАДРІВ В ЦИФРОВУ ЕРУ.	120
Іванова О.С.	
ФІЛОСОФІЯ ПСИХОЛОГІЇ: НООСФЕРНИЙ РОЗВИТОК ІНФОРМАЦІЙНОГО СУСПІЛЬСТВА.....	123
Кабанцева А. В.	
КЛІНІЧНА ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ЯК ОBOB'ЯЗKOBA СКЛАДОВА КОМПЛЕКСНОГО ЛІКУВАННЯ	126
Кабанцева А.В., Стеценко Г.В.	
ВІДЧУТТЯ РАДОСТІ ЯК БАЗОВИЙ КОМПОНЕНТ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ.	129
Кабанцева А.В., Панченко О.А., Антонов В.Г.,	
ІНФОРМАТИЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ	133
Kazanzhy M.Y.	
THE ROLE OF FACILITATION IN CREATING AN INCLUSIVE EDUCATIONAL ENVIRONMENT.	137
Kazanzhy F.F.	
TEAM BUILDING EFFECTIVENESS: A PERSONAL APPROACH	141
Kononova O., Diahyleva O., Yurzhenko A.,	
PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF ENGLISH TEACHERS' MOBILITY IN THE CONTEXT OF PROFESSIONAL DEVELOPMENT IN MODERN CONDITIONS.	144
Kornuta L.M.	
CHARACTERISTICS OF MOTIVATION OF PUBLIC SERVANTS REGARDING PROFESSIONAL DEVELOPMENT AND EDUCATION: PSYCHOLOGICAL ASPECT.	149
Кімік О.В.	
ВПЛИВ ЕМІГРАЦІЇ НА МАЙБУТНЄ УКРАЇНСЬКОЇ МОЛОДІ ТА РОЗВИТОК УКРАЇНИ	153
Кічук Н. В.	
ТРАНСФЕР СУБ'ЄКТ-СУБ'ЄКТНОЇ ВЗАЄМОДІЇ У КОНТЕКСТІ ОСОБИСТІСНО-ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ.....	157
Кіщук Л.А.	
ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОПТИМІЗАЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ОФІЦЕРІВ ЗБРОЙНИХ СИЛ УКРАЇНИ.....	161
Краснокутський М.І.	
АНАЛІЗ ВПЛИВУ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ЛЮДЕЙ, ЕВАКУЙОВАНИХ ІЗ ЗОНИ БОЙОВИХ ДІЙ.	165
Kryzhanovska S.,	

LINK OF SELF-PRESENTATION OF THE SPECIALITY ON THE INTERNET WITH THE REAL IDENTITY OF SPECIALITY.....	169
<i>Лазор К.П.</i>	
МЕНТАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я ЯК ОСНОВА ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСОБИСТОСТІ.....	173
<i>Ларіонов С.О., Онищук К. І.</i>	
ЧИННИКИ ПРОФЕСІЙНОГО ВИГОРЯННЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НГУ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ.	176
<i>Лебедєва С.Ю., Христенко В.Є.</i>	
ОСОБЛИВОСТІ НАДАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ МЕШКАНЦЯМ ДЕОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЙ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ.....	180
<i>Левченко А.С.</i>	
ДЕЯКІ ПИТАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ СПОРТСМЕНІВ У КОМАНДНИХ ВИДАХ СПОРТУ.....	184
<i>Лефтеров В.О.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВПЛИВУ ЦИФРОВОГО СЕРЕДОВИЩА НА ОСОБИСТІСТЬ.	187
<i>Лефтерова Є.Л., Долінська Л.В., Гуцол В.В.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ КРИЗОВОГО УПРАВЛІННЯ МЕДИЧНИМИ ЗАКЛАДАМИ.	191
<i>Лісніченко Т.В.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД НА ДЕРЖАВНОМУ ПІДПРИЄМСТВІ У СИСТЕМІ УПРАВЛІННЯ ЯКІСТЮ В УМОВАХ ВОЄННОГО ЧАСУ	195
<i>Любченко І.І.</i>	
РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЇ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ.....	199
<i>Максименко Ю.Б.</i>	
ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКИ КОРИСТУВАЧІВ ІНТЕРНЕТ-СЕРЕДОВИЩА.....	204
<i>Мараховська К. Д.</i>	
КОЛІР В ПСИХОЛОГІЇ, КУЛЬТУРИ ТА ДИЗАЙНІ: ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК, СПРИЙНЯТТЯ ТА ВПЛИВ НА ЕМОЦІЇ ТА ПОВЕДІНКУ ЛЮДИНИ.....	209
<i>Martyniuk D.</i>	
PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF STUDENTS' READINESS FOR FAMILY LIFE.	213
<i>Миронець С.М.</i>	
РЕАЛІЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ АБІЛІТАЦІЇ ТА РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ ТА ПОВОЄННИЙ ПЕРІОД.....	217
<i>Мул С.А.</i>	
РЕЗУЛЬТАТИ ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ, ЗАДІЯНИХ У БОЙОВИХ ДІЯХ	221
<i>Овсяннікова Я. О.</i>	

ДЕЯКІ АСПЕКТИ ЩОДО ЗБЕРЕЖЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВІЙНИ	223
<i>Осьодло В.І., Рибчук О. Г.</i>	
РОЛЬ КРИТИЧНОГО МИСЛЕННЯ У СУЧАСНОМУ ЛІДЕРСТВІ.....	229
<i>Павлова О.В.</i>	
ПСИХІЧНІ РОЗЛАДИ У ПЕРІОД ВОЄННОГО СТАНУ.....	232
<i>Плохін В. В.</i>	
ЧАСОВИЙ ВИМІР ОРГАНІЗАЦІЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПРИ ОБТЯЖЕННІ НЕГАТИВНИМИ ПСИХІЧНИМИ СТАНАМИ	235
<i>Похілько Д.С.</i>	
ПСИХІЧНЕ ЗДОРОВ'Я ДИТИНИ В КРИЗОВИХ ЖИТТЄВИХ УМОВАХ: РОЛЬ ДОРОСЛОГО	240
<i>Поплавська Є.В.</i>	
МЕНТАЛЬНІСТЬ У КОНТЕКСТІ ВЗАЄМОДІЇ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ВІРТУАЛЬНОЇ РЕАЛЬНОСТЕЙ.....	243
<i>Пастернацький А.В.</i>	
ОСНОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ТА ЯКОСТІ ЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСОБИСТОСТІ	247
<i>Панченко О.А., Кабанцева А.В.</i>	
ОСОБИСТІСТЬ У ТУРБУЛЕНТНОМУ ЧАСІ.....	251
<i>Райчева Л.І.,</i>	
ПСИХОЛОГІЯ ОСВІТИ В КОНТЕКСТІ ІМПЛЕМЕНТАЦІЇ ЕКОНОМІКИ ЗНАНЬ.....	255
<i>Савченко Л.Л., Отич Г.О., Савченко Д.Р.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА ДІТЯМ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ ТРАВМАТИЧНІ ПОДІЇ.....	259
<i>Самара О.Є., Тацматов В.А.</i>	
МОТИВАЦІЙНИЙ ПСИХОЛОГІЧНИЙ БАР'ЄР У СВІДКА КРИМІНАЛЬНОГО ПРАВОПОРУШЕННЯ.	263
<i>Семенов І.С.</i>	
ЖИТТЄВИЙ ПРОСТІР ОСОБИСТОСТІ В СУЧАСНИХ УМОВАХ.....	266
<i>Sembrak A.</i>	
PARENTING STYLE AND ITS INFLUENCE ON CHILDREN'S SPORTS ACHIEVEMENTS.....	270
<i>Сервачак О.В., Мамедова А.Ф.</i>	
СОЦІАЛЬНА РЕКЛАМА В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ.....	273
<i>Синякова В.Б.</i>	
ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЙНО-РЕСУРСНОЇ СКЛАДОВОЇ ЗАМІСНИХ ФОРМ БАТЬКІВСТВА В ШВЕЙЦАРІЇ	277
<i>Сорока О.М.</i>	
РЕЗУЛЬТАТИ ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО-ДІАГНОСТИЧНОГО ОБГРУНТУВАННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ УМОВ РОЗВИТКУ	

СТРЕСТІЙКОСТІ ФАХІВЦІВ МОРСЬКОГО ТРАНСПОРТУ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ.....	281
<i>Сініченкова А. С., Савченко Л.Л., Бондар В.О.</i>	
ПСИХОСОЦІАЛЬНА ПІДТРИМКА ДІТЕЙ ПІД ЧАС СТРЕСОВОЇ ПОДІЇ.....	285
<i>Сімоненко О.Б.,</i>	
ЕМОЦІЙНИЙ СТАН ДІТЕЙ, ЯКІ ЗНАХОДЯТЬСЯ В УМОВАХ ІНФОРМАЦІЙНОГО ТИСКУ.....	289
<i>Скворчевська Є.Л.</i>	
БАР'ЄРИ В СПІЛКУВАННІ ЯК ПРОБЛЕМА СОЦІАЛЬНОЇ АДАПТАЦІЇ ПІДЛІТКІВ ВИМУШЕНИХ ПЕРЕСЕЛЕНЦІВ ЗА КОРДОНОМ.....	293
<i>Стасюк В.В.</i>	
ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИЙ РЕСУРС У СТРУКТУРІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.....	297
<i>Тімченко О. В.</i>	
ЩО ЗАЛИШАЄ НАМ У СПАДОК ВІТЧИЗНЯНА СПЕЦІАЛЬНІСТЬ 19.00.09. «ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ».....	300
<i>Тицька Я.О..</i>	
ПРАВОВЕ ОСМИСЛЕННЯ ПОВЕДІНКИ ЛЮДИНИ В НООСФЕРІ.....	304
<i>Українець В.М.</i>	
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЙНОГО КОМПОНЕНТУ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ.	309
<i>Хайрулін О.М.</i>	
ІГРОВІ АСПЕКТИ ПСИХОЛОГІЇ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ.	313
<i>Цільмак О.М.</i>	
ПРОВІНА ТА МЕТОДИ ЇЇ КОРИГУВАННЯ.	317
<i>Шарапановська Ю.В., Єрмакова С.О.,</i>	
НООСФЕРНІ МЕХАНІЗМИ ВЗАЄМОДІЇ ВИКЛАДАЧІВ І СТУДЕНТІВ	322
<i>Шрагіна Л.І., Месєрович М.Й.</i>	
ЗМІНА РОЛІ ОСОБИСТОСТІ ЯК ЕЛЕМЕНТУ СОЦІУМУ В КОНТЕКСТІ ГЛОБАЛІЗАЦІЙНИХ ВИКЛИКІВ.	325
<i>Яцишина А.М.</i>	
СОЦІАЛЬНА АДАПТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ БОЙОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ.	330

Наукове видання

**ПСИХОЛОГІЯ ЖИТТЄВОГО ПРОСТОРУ ОСОБИСТОСТІ В
СУЧАСНИХ УМОВАХ КРИЗИ, ГЛОБАЛІЗАЦІЇ ТА ЦИФРОВОЇ
ТРАНСФОРМАЦІЇ СУСПІЛЬНОГО ЖИТТЯ**

Матеріали міжнародної науково-практичної конференції

14-15 вересня 2023 року