

Національна академія педагогічних наук України  
Міністерство освіти і науки України  
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Факультет спеціальної освіти, психології і соціальної роботи  
Кафедра загальної та практичної психології  
Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка  
Спільна наукова лабораторія психології навчання  
Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка та  
Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України  
Кафедра психології Херсонського державного університету  
Кафедра педагогічної та вікової психології  
Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара  
Кафедра соціальної педагогіки Інституту педагогіки  
Жешівського університету (м. Жешів, Республіка Польща)  
Association pour la Promotion des Sciences et des Innovations  
(м. Париж, Франція)



**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ:  
ПЕРСПЕКТИВНІ ТА ПРІОРИТЕТНІ НАПРЯМИ  
НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ МОЛОДИХ НАУКОВЦІВ**

**МАТЕРІАЛИ**

**ІХ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ**

**17 листопада 2023 року**

**Кам'янець-Подільський – Київ – Херсон – Дніпро – Жешів – Париж,  
2023**

УДК 159.9.07  
ББК 88.3я431  
А 43

**Рецензенти:**

**О.Є. Фальова** – доктор психологічних наук, професор кафедри практичної психології, Українська інженерно-педагогічна академія, м. Харків, Україна

**У. Груца-Мьонсік** – професор надзвичайний, доктор габілітований суспільних наук, Жешівський університет, м. Жешів, Республіка Польща

**Міжнародна редакційна колегія:**

**С.Д. Максименко**, дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор, директор Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, Україна (головний науковий редактор); **Л.А. Онуфрієва**, доктор психологічних наук, професор, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна (головний редактор); **Dr Beata Anna Piechota**, Państwowa Akademia Nauk Stosowanych w Krośnie, Polska (заступник головного редактора); **Станіслав Клімовський**, кандидат юридичних наук, віцепрезидент Асоціації з підтримки науки та інновацій, Франція (заступник головного наукового редактора); **Віктор Массот Моріс**, Phd, виконавчий директор Асоціації з підтримки науки та інновацій, Франція; **Марек Палух**, професор надзвичайний, доктор габілітований гуманітарних наук, Інститут педагогіки, Жешівський університет, Республіка Польща (заступник головного редактора); **Радослав Маліковський**, доктор соціологічних наук, Жешівський університет, Республіка Польща (заступник головного наукового редактора); **Н.І. Тавровецька**, кандидат психологічних наук, доцент, Херсонський державний університет, Україна; **Т.Л. Опалюк**, доктор педагогічних наук, професор, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна; **Н.М. Гончарук**, доктор психологічних наук, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна; **І.Л. Рудзевич**, кандидат психологічних наук, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна; **О.В. Гудима**, кандидат психологічних наук, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна; **О.М. Чайковська**, кандидат психологічних наук, доцент, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна; **Р.Т. Сімко**, кандидат психологічних наук, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна; **Д.І. Куриця**, кандидат психологічних наук, Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, Україна (відповідальний секретар).

*Рекомендовано до друку рішенням вченої ради  
Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка  
(протокол № 12 від 26.10.2023 р.)*

**А 43 Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців:** Матеріали ІХ Міжнародної науково-практичної конференції, 17 листопада 2023 р. / за ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2023. 170 с. Укр., англ., пол.

У матеріалах ІХ Міжнародної науково-практичної конференції «Актуальні проблеми сучасної психології: перспективні та пріоритетні напрями наукових досліджень молодих науковців» окреслено актуальні проблеми сучасної психології, розкрито теоретико-методологічні та практичні підходи щодо розвитку і життєдіяльності особистості; подано результати емпіричних досліджень.

Матеріали учасників конференції адресуються фахівцям та усім, хто цікавиться сучасним станом розвитку психологічної науки.

УДК 159.9.07  
ББК 88.3я431

© Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2023

## ЗМІСТ

### ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ

**Калатур В.В.**

Особливості використання метафоричних асоціативних карток у практичній роботі психолога 8

**Коровицька О.С.**

Психологічні особливості проявів агресії у віковому та статевому аспекті 11

**Marczykowska Izabela**

Uszeń w rodzinie dysfunkcyjnej 14

**Parzyszek Magdalena**

Miłość narzeczeńska i czynniki ją warunkujące 18

**Родіна-Логвін Т.О.**

Психологічні детермінанти професійної зрілості майбутніх психологів 21

**Сімко Р.Т., Крива Ю.Ю.**

Прояв особливостей агресивної поведінки підлітків 24

**Славіна Н.С., Гранчак Т.А.**

Роль та значення етикету ділового спілкування 28

**Чайковська О.М., Данілова І.В.**

Особливості розвитку образу «Я» особистості 32

### ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ; ІНЖЕНЕРНА ПСИХОЛОГІЯ

**Гудима О.В., Добрянська К.В.**

Внутрішні та зовнішні мотиви як предиктори академічних досягнень 35

**Onufriieva Liana, Rudzevych Iryna**

Professional Socialization as a Form of Personality's Entering into Profession 38

**Славіна Н.С., Заїка Е.Р.**

Якості та властивості особистості практичного психолога, що забезпечують успішність процесу спілкування з клієнтами 41

## МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

**Жіляєва О.В.**

Передумови виникнення синдрому вигорання у військових медиків 45

**Гончарук А.В., Станішевський А.Р.**

Теоретичне дослідження емоційного вигорання як психологічного явища 48

## СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

**Paluch Marek, Malikowski Radosław**

Zagadnienia etyczne w pracy socjalnej 51

**Посна С.С.**

Соціально-психологічні особливості освітнього процесу та актуальні проблеми сучасної психології в умовах воєнного стану 54

**Славіна Н.С., Антохова Н.В.**

Аналіз соціально-психологічних проявів в осіб, які брали участь у бойових діях 57

**Роженюк-Богуцька (Роженюк) Г.В.**

Аналіз результатів дослідження впливу гендерних стереотипів на самоствалення особистості 60

**Спринська Г.С.**

Соціально-психологічні чинники схильності до щирості у студентів 65

**Чумак А.В.**

Репрезентація травматичного досвіду війни лінгвістичними засобами 68

**Шевчук О.В.**

Вплив соціальних мереж на формування ідентичності та відносини між особистістю та спільністю 72

## ЮРИДИЧНА ТА ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

**Адамовський В.І., Семенов С.В.**

Психологічні та юридичні наслідки примусової депортації українських дітей 75

## ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

***Barlóg Krystyna***

Trudności w doborze metod terapeutycznych dla dziecka z ASD 78

***Gruca-Miąsik Urszula***

Podnoszenie kompetencji wychowawczych rodziców jako istotny faktor zapobiegający zachowaniom agresywnym dzieci 81

***Гудима У.В., Куляк М.І.***

Психологічні чинники самоповаги в підлітковому віці 83

***Janusz Miąso***

Aktualność i ponadczasowość greckiej myśli pedagogicznej 87

***Корецька І.Є.***

Особливості взаємозв'язку стилів сімейного виховання та Я-концепції батьків дітей старшого дошкільного віку 88

***Leśniak Joanna***

Praca z uczniem ze zróżnicowanymi/indywidualnymi potrzebami edukacyjnymi 92

***Mykhalchuk Nataliia, Ivashkevych Ernest***

Psychological laws of Learning English According to Teaching Phraseology and linquo-didactic Approaches 94

***Пономарьова І.О.***

Можливості використання символдрами у роботі з підлітками 98

***Сімко Р.Т., Дарійчук М.Р.***

Психологічна характеристика старшого шкільного віку як сензитивного періоду у самовизначенні особистості 101

***Tuczyński Krystian***

Wiedza nauczycieli akademickich z kontekście skutecznego realizowania kształcenia zdalnego 106

***Турченкова А.С.***

Психологічні особливості важковиховуваних підлітків 107

***Учитель І.Б., Сурякова М.В.***

Ставлення до громадянського шлюбу: гендерні відмінності 110

***Шупарська А.П.***

Психологічні особливості кібербулінгу серед підлітків 113

***Warchol Tomasz***

Skuteczność kształcenia uczniów szkół podstawowych w formie edukacji pozaformalnej z wykorzystaniem klocków edukacyjnych 116

## СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

***Barłóg Krystyna***

Trudne rodzicielstwo, a satysfakcja z życia rodzinnego i komunikacja w rodzinie z dzieckiem z ASD 118

***Lew-Koralewicz Aneta***

Czego boją się dzieci ze spektrum autyzmu – zaburzenia lękowe w przebiegu autyzmu 120

***Михайленко Н.В.***

Соціально-психологічна адаптація студентів з інвалідністю до умов навчання у закладі вищої освіти 122

## ПСИХОЛОГІЯ ЛЮДИНИ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

***Бродяк В.В.***

Причини та методи запобігання професійного стресу у рятувальників ДСНС 126

***Макаренко Н.М.***

Проблема впливу соціальних мереж на когнітивну сферу здобувачів освіти в умовах дистанційного навчання (на основі опрацювання зарубіжних джерел) 129

## ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ; ЕКОНОМІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

***Ivashkevych Eduard, Nabochuk Alexander***

Bifurcations of professional Creativity of Managers 133

***Мотозюк В.В.***

Психологічні особливості резильєнтності педагога в сучасних умовах 137

***Пшеничка В.Р.***

Комплексна діагностика організаційного стресу як засіб підвищення ефективності діяльності організації 141

## ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ ОСОБИСТОСТІ

***Атаманюк В.Р.***

Особливості корекції психоемоційної сфери осіб із проявами комп'ютерної залежності засобами арт-терапії 145

***Баратюк А.Ю., Белік В.В.***

Оцінка ефективності впливу психокорекційної програми з розвитку когнітивного та емоційного компонентів самоцінності людини 148

***Гончарук Н.М., Гаврюшенко Т.Д.***

Методика психологічної роботи з емоціями в умовах психокорекційного процесу 152

***Гоцуляк Н.Є., Передрій О.В.***

Програма тренінгу, що спрямована на закріплення конструктивних копінг-стратегій у військовослужбовців строкової служби 156

***Заїкіна О.О.***

Модель цінностей та переконань щодо здоров'я в осіб з іпохондричними проявами 160

***Зошук А.О.***

Арт-терапія як метод корекції особистісної тривожності 163

***Іванова К.Ю.***

Стресові ситуації та структура інтегральної індивідуальності як чинники адиктивної поведінки особистості 166

# **ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ІСТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ**

**В.В. Калатур**

викладач кафедри педагогічної та вікової психології,  
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара,  
Дніпро, Україна

## **ОСОБЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ МЕТАФОРИЧНИХ АСОЦІАТИВНИХ КАРТОК У ПРАКТИЧНІЙ РОБОТІ ПСИХОЛОГА**

Практичний психолог під час роботи може стикнутися із ситуаціями різної складності. У деяких людей виникає складність в описанні саме почуттів та переживань, які він відчуває по відношенню до своєї проблеми, відсутність бачення та визначення можливих варіантів вирішення складної ситуації, пошук додаткових джерел власних сил і ресурсів та ін.

На допомогу психологу стають метафоричні (асоціативні, проєктивні) карти – ефективний, наглядний та різнобічний інструмент допомоги, який використовують для вирішення великої кількості запитів і який відрізняється екологічністю, простотою та ефективністю. Метафоричні асоціативні карти (МАК) вважають одним з потужнішим проєктивних методів психології. Цінність та важливість метафоричних асоціативних карток полягає у прискоренні процесу встановлення контакту з підсвідомим людини під час проведення консультації, виявленні неусвідомлених переконань та помилок у ставленні до себе та оточуючих, до розуміння якості життя та чинників, що впливають на рівень невдоволення чи роздратування.

На підставі огляду літературних та інших інформаційних джерел, можна говорити про успішне використання метафоричних асоціативних карток у психологічному консультуванні в різних країнах, зокрема й в Україні (представники Є. Морозовська, Р. Ткач, В. Інжир, Г. Попова, М. Мілорадова та ін.). Просування карт сприяло появі на ринку українського психологічного інструментарію авторських колод, наприклад, таких як колоди Єви Морозовської («Бути. Діяти. Володіти; Фейсбук»; «Царівна-жаба», «Казка про Смелю-дурника»), Олени Тараріної («Семена», «Дитинство» та інші) (Блінов, 2016: 1; Буравцова, 2014:2; Власова: 2018 :3). Фахівці, які працюють з картами в різних країнах (О. Аялон, М. Егетмейер,



Л. Мошинська, Л. Тальпіс, О. Горобченко, Л. Степанова, Є. Морозовська, О. Пушков, Г. Попова, Н. Мілорадова, О. Тараріна та ін..) підкреслюють, що метафоричні асоціативні карти мають певну теоретичну основу.

Метафоричні асоціативні картки відносяться до проєктивної методики і представлені у вигляді зображень певного розміру, кількості та змістовного характеру. Метафоричність карток обумовлює те, що під час роботи з ними клієнт отримує найвірнішу відповідь у конкретному питанні, народжену власною підсвідомістю. Сутність психологічних механізмів дії карт пов'язана з такими явищами, як «проекція», «ідентифікація», «метафора», «асоціації», «інсайт», «фігура і фон», «архетипи», «гра», «картина світу» та деякі інші.

Одна і та ж картинка викликає зовсім різні образи у різних людей, оскільки кожен пропускає її через призму своїх найбільш значущих хвилювань. Одна і та сама людина в різні періоди життя, знаходячись у різних емоційних станах, може цілком по-різному інтерпретувати ту саму картку.

Механізм роботи метафоричної картки полягає у тому, що при роботі з карткою перед тим як її обрати треба проговорити питання, а потім обравши картку, «віднайти» принципово нову відповідь на запит, що «створюється» (відшукується у підсвідомості) на стику «слово/питання – образ». Це явище, завдяки залученню до нього лівої та правої півкулі, деякі психологи та арт-терапевти, що працюють з картками, називають «блискавка» (виникає новий погляд на стару проблему).

Перевага МАК у тому, що вони дозволяють обійти раціональне мислення. Це пояснюється дослідженнями комплементарних функцій обох сторін мозку, які здатні пов'язувати словесне, логічне, послідовне й аналітичне мислення лівої півкулі мозку із візуалізацією та здатністю до творчості правої півкулі. Ліва півкуля застосовує слова для підтримки нашого сприйняття реальності, на то місце права півкуля не так сильно залежить від реальності і здатна відкриватись до творчості й змін.

Аналіз літературних джерел демонструє велике різноманіття варіантів використання метафоричних асоціативних карток у практичній роботі психолога. Можна зустріти приклади використання комбінацій із певної кількості колод МАК, поєднання МАК з іншими методиками (тестування, опитування), коуч - запитам та різними

елементами арт-терапії (малювання, робота з тканиною, пісочна терапія, фольга, ліплення).

Практикуючи психологи зазначають, що використання метафоричних асоціативних карток під час консультації не є валідизованою методикою діагностики і дуже складно встановити чітку відповідність між вибором та сприйняттям карт з психологічними характеристиками особистості (Вернікова, 2014: 4).

До особливостей застосування метафоричних асоціативних карток у практичній роботі психолога слід віднести додержання певних правил при роботі з МАК. Практикуючи психологи з достатнім досвідом роботи відмічають серед помилок достатньо швидкий темп у роботі з картками, відсутність запиту та «витка» до реальності, не розуміння психологом, яку колоду потрібно використати та ігнорування тілесних проявів під час виконання вправ.

Для якісної роботи з картками, щоб почала працювати проекція, необхідно застосовувати прийом «заглиблення» у картку. Так як МАК – це дисоціативний інструмент: чим більше клієнт розповість про картку і менше пригадає про себе, тим більш ефективною буде робота.

Особливість метафоричних асоціативних карток – що це завжди про теперішнє, про дослідження та розвиток внутрішніх настроююк людини на самого себе. Головна перевага МАК в отриманні доступу до цілісної картини «Я» людини, її уявлень про світ та місце в ньому, про суб'єктивність ситуації з позиції клієнта. Перелічені певні обмеження та заборони у використанні МАК, тому що складні психологічні стани (переживання гострого болю, депресія, фобії, панічні атаки чи гострі ПТСР) можуть посилюватись при не дотриманні часових інтервалів, некоректній та некваліфікованій роботі з МАК.

**Висновки.** Поширення цього інструменту в Україні спостерігається останні 10-20 років. Психологи, соціальні працівники, педагоги, арт-терапевти та широке коло людей, що цікавляться саморозвитком із натхненням, сприймають цей «інструмент». Все більше і більше психологів, які працюють у консультативній роботі звертаються по допомогу до МАК. Згодом, після набуття певного практичного досвіду, деякі психологи наважуються розробити власну колоду МАК, тому кількість колод метафоричних карток значно збільшується.

### **Список використаних джерел**

1. Блінов О.А. Метафоричні асоціативні карти як сучасний метод

психологічної хірургії. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : зб. наук. пр. Київського Національного університету ім. Тараса Шевченка. Київ. 2016. Вип. 4 (29). С. 6–11.

2. Буравцова Н.В. Метафоричні карти у просторі формування особистісної харизматичності. Н.В. Буравцова, Н.В. Дмитрієва, Т.С. Козирєва. *Світ науки, освіти, культури*. 2014. № 6 (49). С. 255–258.

3. Власова І.Р. Характеристика підходів до ціннісних орієнтирів. *Академічна публіцистика*. 2018. С. 54–57.

4. Вернікова Н. Метафоричні асоціативні карти – універсальній інструмент для МАКсимальних результатів. *Практична психологія*. Вінниця : ЧП «Едельвейс і К.». 2014. 124с.

### **О.С. Коровицька**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **Л.А. Онуфрієва**  
доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВІВ АГРЕСІЇ У ВІКОВОМУ ТА СТАТЕВОМУ АСПЕКТІ**

*Актуальність дослідження.* На сучасному етапі розвитку психологічної та педагогічної думки у нашій країні неабиякої актуальності набуває проблема прояву агресії як підлітків так і дорослих. Напружена, нестійка соціальна, економічна, екологічна, ідеологічна обстановка, що склалася на сьогодні в нашому суспільстві, обумовлює зростання різноманітних відхилень в особистісному розвитку і поведінці підростаючих людей. Серед них особливу тривогу викликають не лише прогресуюча відчуженість, підвищена тривожність, духовна спустошеність дітей, але і їхній цинізм, жорстокість та часті прояви агресії. Причому проблема проявів агресії, яка зачіпає суспільство в цілому, викликає як глибоке занепокоєння педагогів, батьків, так і гострий науково-практичний інтерес дослідників.

Зростання напруженості у сучасному суспільстві обумовлює збільшення різноманітних конфліктів та гострого протікання вікових криз. З кожним роком зростає число неповнолітніх з девіантною поведінкою, що виявляється в асоціальних діях (алкоголізм, наркоманія, порушення громадського порядку, хуліганство, вандалізм та ін.). У крайніх формах почали виявлятися жорстокість і агресивність. Підлітковий вік є складним періодом і для дітей, і для батьків. І не відомо ще, кому важче. Батьки не знають, як поводитися з дітьми, що подорослішали: забороняти чи дозволяти, а вчорашні діти намагаються самостверджуватися будь-якими способами. Цей період не даремно вважається найбільш конфліктним, відбувається переоцінка цінностей, усвідомлення себе як особи, формуються власні погляди на життя. Спроби пояснення проявів агресії юнаків та дорослих науковцями є неоднозначними тому, що явище агресії не тільки в повсякденній свідомості, але і в професійних колах і в багатьох теоретичних концепціях отримує дуже суперечливі тлумачення, заважаючи як його розумінню, так і можливості впливу на нівелювання його проявів.

*Мета дослідження* полягає в теоретичному обґрунтуванні та емпіричному дослідженні проблеми особливостей прояву агресії осіб чоловічої та жіночої статі на фазі ранньої юності та в ранньому дорослому періоді.

Відповідно до мети передбачалось вирішення таких *завдань*: здійснити теоретичний аналіз проблеми прояву агресії у віковому та статевому аспекті у науковій літературі; виявити особливості прояву агресії у осіб жіночої та чоловічої статі на фазі ранньої юності та в ранній дорослий період; дослідити та порівняти особливості прояву агресії в осіб жіночої та чоловічої статі на фазі ранньої юності та в ранньому дорослому періоді.

*Методи дослідження*: теоретичний аналіз і систематизація науково – теоретичних і методичних джерел; бесіда, спостереження; емпіричні методи: опитувальник «Діагностика ворожості за шкалою Кука – Медлей», опитувальник Басса – Дарки, методика «Агресивна поведінка» (І. Ільїн, П. Ковальов), методика «Особистісна агресивність і конфліктність», тест агресивності (опитувальник Л. Почебут); математичні методи обробки та інтерпретації даних.

*Результати дослідження*. Проведений аналіз психолого-педагогічних джерел, які висвітлюють проблему нашого дослідження, дав змогу з'ясувати, що існує чимало теоретичних обґрунтувань

виникнення агресії, її природи й факторів, що впливають на її прояв. Загалом агресія відноситься до найбільш стійких особистісних відмінностей жіночої та чоловічої статі, починаючи із дитячого віку. Результати емпіричного дослідження особливостей прояву агресії у віковому та статевому аспекті уможливили зробити такі узагальнення.

На прояв агресії значний вплив роблять фактори цинізму, агресивності та ворожості. Цинізм проявляється у зневажанні усталених правил, цінностей та норм, й може слугувати серйозною перешкодою на шляху формування цілісної системи цінностей особистості. Агресивність проявляється в здатності досліджуваних демонструвати свої переваги у силі або у застосуванні сили до іншої особи з метою заподіяння шкоди. Ворожість тісно пов'язана з рівнем вираженості цілого комплексу емоцій: гніву, огиди, відрази та нездатності осіб контролювати їх, що досить часто стоїть на заваді успішної взаємодії з оточуючими. У період ранньої юності спостерігається здатність юнаків застосувати фізичну силу проти інших задля досягнення власних цілей або просто у випадку незадоволеності чимось, високий рівень вираженості індексу агресивності супроводжується частими бійками з ровесниками. В осіб раннього дорослого періоду даний показник проявляються у розв'язанні проблемних питань із застосуванням фізичної сили. Індекс ворожості в ранньому юнацькому періоді характеризується недовірою до інших осіб, та обережним налагодженням нових зв'язків; в осіб раннього дорослого періоду – недовірливим й насторожливим ставленням до оточуючих.

У жінок обох вікових груп (ранній юнацький й ранній дорослий періоди) схильність до прямої вербальної агресії є більш виразною ніж у осіб чоловічої статі. Жінкам більше характерним є використання словесних образ та образ щодо інших осіб. Схильність до непрямой вербальної агресії однаково виражається в обох вікових періодах у жінок та чоловіків. Схильність до непрямой фізичної агресії є свідченням того, що у період ранньої юності, а також в ранній дорослий період жінки та чоловіки виявляють свою агресію опосередкованим чином, тобто завдають шкоди приховуючи при цьому власне-Я. Схильність до прямої фізичної агресії більш виражена в осіб чоловічої статі як у період ранньої юності так і на ранньому дорослому періоді (особи здатні завдавати фізичної шкоди іншим із застосуванням холодної зброї). Запальність, наполегливість, безкомпромісність, мстивість, підозрілість здійснюють значний вплив

на прояв агресії у період ранньої юності та на ранньому дорослому періоді. Запальність проявляється неконтрольованим сплеском негативних емоцій, легко провокує гнів. Безкомпромісність – непохитністю поглядів, ультиматизмом, непохитність рішень, твердістю думки, упертістю, негнучкістю, стійкістю. Мстивість – ненавистю до оточуючих людей, бажанням, завдати неочікуваної. Підозрілість – схильністю відмовляти людям в її недовірою до оточуючих.

Кореляційний аналіз засвідчив вплив невміння особистості володіти собою та своїми емоціями на рівень прояву агресивності, а саме гнівом, огидою, відразою; прояв агресивності залежить від схильності до прямої фізичної агресії та нестриманості; на особливості прояву фізичної агресії істотно впливає внутрішнє бажання нищити оточуючі предмети (меблі, посуд) та здатність долати зовнішні та внутрішні перешкоди задля досягнення поставленого завдання, при цьому не звертаючи увагу на можливі жертви; вияв емоційної агресії тісного пов'язаний із самоагресією; непрямая агресія знаходиться у тісному взаємозв'язку із образою та індексом агресивності.

**Dr. Izabela Marczykowska**

Instytut Pedagogiki,  
Uniwersytet Rzeszowski,  
Rzeszow, Polska

## UCZEŃ W RODZINIE DYSFUNKCYJNEJ

O rodzinie mówi literatura jako o najstarszej formie życia społecznego<sup>1</sup>. Wincenty Okoń określa ją grupą społeczną składającą się z najbliższych, rodziców ich dzieci i najbliższych krewnych<sup>2</sup>. Natomiast w perspektywie socjologicznej przedstawia się rodzinę jako podstawowe ogniwo struktury społecznej, które od wielu lat stanowi czołowe miejsce rozważań i badań tej dyscypliny naukowej<sup>3</sup>. Stanisław Kawula określa dysfunkcjonalność rodziny poprzez fakt, iż nie spełnia ona podstawowych zadań i funkcji. Dokonuje wyróżnienia na rodzinę, w której dysfunkcje są całkowite to znaczy, że rodzice są niewydolni wychowawczo, nie zapewniają dziecku

<sup>1</sup> E. Ogrodzka-Mazur, A. Milczanowska, U. Szuścik, *Przemiany rodziny i jej funkcji, edukacja małego dziecka*, Wydawnictwo Impuls, Kraków 2015, s. 45.

<sup>2</sup> W. Okoń, *Nowy słownik pedagogiczny*, Wydawnictwo Żak, Warszawa 2001, s. 337.

<sup>3</sup> Z. Tyszcza, *Socjologia rodziny w Polsce, (Ruch prawniczy, ekonomiczny i socjologiczny – zeszyt 3-4-1990)*, s. 33.

warunków do prawidłowego rozwoju a przez to zachodzi potrzeba zapewnienia pomocy poprzez wyspecjalizowane instytucje bądź wyspecjalizowane rodziny zastępcze. Z kolei dysfunkcją częściową rodziny definiuje, jako rodzinę która nie potrafi realizować prawidłowo powierzonych jej zadań i funkcji. Ten aspekt dotyczy to m.in. niepowodzenia w realizacji zadań wychowawczych, problemów małżeńskich rzutujących na dziecko, braku zaspokojenia potrzeb dziecka, oraz innych sfer i zadań życia rodzinnego<sup>4</sup>. Perspektywa spojrzenia Kawuli wskazuje, iż priorytetem dla rodziców są ich własne problemy a nie potrzeby dzieci<sup>5</sup>.

Przyczyny problemów w rodzinie upatruje się na zewnątrz struktury społeczeństwa, jak również wewnątrz – rodziny i ich członków. Problemy wynikające zewnątrz to m.in.: bezrobocie, kryzys gospodarczy, niski poziom ekonomiczny państwa, konflikty społeczne, przestępczość, migracje. Zaś do przyczyn wewnątrz rodziny zaliczyć można: brak narzędzi do prawidłowego wychowania dzieci (zaniedbania dzieci, niedożywienie), konflikty między rodzicami lub innymi członkami rodziny, uzależnienia takie jak: alkoholizm, narkomania, zła sytuacja materialna (niepodejmowanie pracy)<sup>6</sup>, ponadto: przestępczość rodziców, rozwód, separacja, nieobecna więź emocjonalna, destrukcyjna atmosfera w domu, postawy i cechy osobowości rodziców<sup>7</sup>. Podobnie przedstawia tę problematykę Anna M. Seweryńska. Opisuje ona typy rodziny dysfunkcyjnej. Wg niej rodzina dysfunkcyjna to rodzina z problemem alkoholowym, czyli taka, w której jedno bądź oboje rodziców jest uzależnionych od alkoholu. Z kolei rodzina z przemocą fizyczną to taka, w której jedno z małżonków bije albo maltretuje kogokolwiek z członków rodziny oraz rodzinę z przemocą emocjonalną, gdzie jedno albo oboje rodziców stosują szantaż bądź zastraszanie. Rodzina z problemem wykorzystania seksualnego, czyli taka, w której dochodzi do wykorzystania seksualnego jednego z członków rodziny (współmałżonka bądź dzieci). Rodzina, w której występuje choroba na tyle poważna, że zaburza cały mechanizm funkcjonowania. Osoba chora przewlekłe obarcza za swój stan domowników, staje się centralną postacią w rodzinie. Dochodzi do braku

---

<sup>4</sup> S. Kawula, I. Brągiel, A. W. Janke, *Pedagogika rodziny*, Wydawnictwo. Adam Marszałek, Toruń 2000.

<sup>5</sup> S. Kawula, *Pedagogika społeczna. Dokonania- aktualność- perspektywy*. Toruń 2009, Wydawnictwo Adam Marszałek, s. 40.

<sup>6</sup> E. Marynowicz-Hetka, *Dziecko w rodzinie problemowej. Pomoc w rozwoju*, Wydawnictwo. Instytut wydawniczy związków zawodowych, Warszawa 1987, s. 54-55.

<sup>7</sup> M. Prajsner, (2002) *Rodzina dysfunkcyjna*, wyd. „Remedium” 2002 nr 5, s. 18 – 19

zrozumienia roli rodzicielskiej, ponadto występują kłopoty z analizą codziennych doświadczeń<sup>8</sup>.

Dziecko, dorastające w atmosferze przemocy psychicznej bądź fizycznej jest narażone na wykształcenie niskiej samooceny, jest niezdolne do samokontroli. Dzieci zaniedbane często doświadczają poczucie wstydu, krzywdy, którego efektem jest obniżona samoocena i brak akceptacji samego siebie. Dzieci rozwijają przekonanie, że nie są warte uwagi, że są nikim, że są bezwartościowe. Takie dzieci często wychowują się same. U starszych dzieci zauważa się wczesne próby usamodzielniania. Dochodzi do ucieczek z domu, dzieci wiążą się w związki ze starszymi, dochodzi do kontaktu z grupami przestępczymi<sup>9</sup>.

Dziecko uczy się przez naśladownictwo i doświadczanie. Nabywa te doświadczenia nie tylko w szkole ale i w środowisku rodzinnym, które w przymacie tego wystąpienia jest dysfunkcjonalne. Dziecko wychowujące się w małej miejscowości ma mniejsze możliwości korzystanie z zasobów edukacyjnych niż dziecko wychowujące się w dużej aglomeracji. Ponadto fakt w jakim środowisku dorasta, z kim się spotyka na co dzień, od kogo czerpie wiedzę na temat otaczającego go świata wpływa na jego przyszłość. Rodzice dając dziecku poczucie bezpieczeństwa zapewniają mu możliwość prawidłowego rozwoju. Jeżeli tak się nie dzieje rozwój ten przebiegać prawidłowo nie może. Rodzice, aby wspomóc dziecko w drodze edukacyjnej mogą m.in. wspierać dziecko i wychowywać go w przekonaniu, że nauka jest bardzo ważna. Rodzice dysfunkcjonalni nie przywiązują do tego znaczenia. W domu gdzie występują zachowania dysfunkcyjne zainteresowanie edukacją jest mniejsze lub żadne. Sytuacja finansowa takiej rodziny również często jest gorsza, co uniemożliwia rodzicom zadbania o edukację dzieci, np. poprzez brak dodatkowych zajęć, nie przywiązanie wagi do uczenia się, organizowanie różnych wycieczek edukacyjnych, czy też uczestnictwo dziecka w kulturze. Dzięki takim działaniom rodziców dziecko zdobywałoby podstawy do rozpoczęcia udanej drogi w edukacji szkolnej<sup>10</sup>. Dziecko, które nie ma zaspokojonych takich potrzeb, nie umie odnaleźć się w szkole a deficyty w rozwoju poprzez zaniedbanie uniemożliwiają mu zdobywanie wiedzy, czy umiejętności uczenia się.

---

<sup>8</sup> A.M. Seweryńska, *Uczeń z rodziny dysfunkcyjnej. Przewodnik dla wychowawców i nauczycieli*, Wydawnictwo WSiP, Warszawa 2004, s. 56.

<sup>9</sup> J. Brągiel, A. Lipowska-Teutsch, *Zrozumieć dziecko skrzywdzone, Rodzina a przemoc*, Wydawnictwo PARPA, Kraków 1992, [w:] E. Jarosz. *Pomoc i wsparcie rodzin zaniedbujących dzieci*, s. 77-81.

<sup>10</sup> B. Murawska, *Edukacja wczesnoszkolna. Niezbędnik dobrego nauczyciela*, Wyd. I, Tom III, Wyd. IBE, Warszawa 2014, s. 25-26.



Wyniki w nauce u ucznia nie zawsze odpowiadają jego zdolnościom. Zdarza się, iż osiągnięcia w nauce mają odzwierciedlenie w sytuacji, która ma miejsce w środowisku rodzinnym dziecka. Literatura przytacza termin Syndrom Nieadekwatnych Osiągnięć Szkolnych. Określa on przyczyny gorszych wyników w nauce dzieci. Do przyczyn zalicza się tutaj sytuację rodzinną ucznia: m.in. rozpad małżeństwa, choroba najbliższych, brak warunków do nauki, a w systemie edukacji również zalicza się brak dopasowania materiału do zdolności ucznia<sup>11</sup>.

Edukacja to również wychowanie dziecka. Sposób, w jaki sposób rodzice wychowują dziecko ma wpływ na jego funkcjonowanie w szkole. Gdy jest wychowywane w rodzinie posługującej się stylem autorytarnym, pobłażliwym lub niedbałym może mieć trudności z radzeniem sobie w szkole. Nie posiada adekwatnego obrazu siebie i świata, ma poczucie winy i brak mu wiary w swoje możliwości. Mogą pojawić się problemy w rozwoju emocjonalnym i społecznym w postaci utrudnień w samoregulacji oraz kontaktach rówieśniczych. Z kolei dziecko wychowywane w stylu demokratycznym lepiej realizuje się w sytuacji szkolnej. Łatwiej zyskuje samodzielność w uczeniu się, szybko przystosowuje się do wymagań szkoły<sup>12</sup>. Badania J. Domalewskiego oraz P. Mickiewicza, dotyczące poziomu edukacji dzieci oraz ich planów związanych z edukacją wskazuje na korelację z rodziną pochodzenia<sup>13</sup>. To jak będzie wyglądała współpraca rodziców ze szkołą ma źródło w stylach wychowania dziecka. Rodzice angażujący się w życie szkoły, a co za tym idzie w edukację swojego dziecka mają większy wpływ na jego edukację. Czynniki, mającymi wpływ na zaangażowanie w edukację dziecka są: stan cywilny rodziców, ich wykształcenie, ich status zawodowy, naciski rodzinne, współpraca rodziców z nauczycielami, doświadczenia edukacyjne rodziców, sytuacje losowe, wiek dziecka, obecność starszego rodzeństwa, obecność osoby chorej w rodzinie<sup>14</sup>.

Omawiany temat jest opisywany w literaturze szeroko, działania profilaktyczne, naprawcze na rzecz rodzin dysfunkcyjnych podejmuje szereg instytucji do tego celu powołanych. Temat ten jest nadal aktualny i wymaga dociekań badawczych.

---

<sup>11</sup> A. Rędzio, *Co podcina uczniom skrzydła? Doświadczenia i przekonania blokujące rozwój zdolności* [w:] Red. A. Burnos, K. Bargiel-Matusiewicz, G. Katra, E. Pisula, *Wybrane problemy psychologiczne współczesnej szkoły*, Wydawnictwo Scholar, Warszawa 2021, s. 90.

<sup>12</sup> B. Murawska, *Edukacja wczesnoszkolna. Niezbędnik dobrego nauczyciela*, Wyd. I, Tom III, Wyd. IBE, Warszawa 2014, s. 26.

<sup>13</sup> J. Domalewski, P. Mickiewicz: *Młodzież w zreformowanym systemie szkolnym*, wyd. IRWiR PAN, Toruń Warszawa 2004, s. 92.

<sup>14</sup> C. Taint: *Poznanie rodzin, [w:] Jak włączyć rodziców do nauki dzieci*, Wydawnictwo WSiP, Warszawa 2008, s.59.

**Magdalena Parzyszek**

Katolicki Uniwersytet Lubelski Jana Pawła II, Polska

## **MIŁOŚĆ NARZECZEŃSKA I CZYNNIKI JĄ WARUNKUJĄCE**

Na temat miłości powiedziano już wiele. Ukazano ją jako powszechne zjawisko, różnie rozumiane i przeżywane, pojawiające się w różnym czasie i z różnym nasileniem. Ze względu na wskazaną tematykę przedłożenia zostanie ujęte znaczenie miłości w narzeczeństwie.

Czym jest miłość? Miłość jest «faktem międzyosobowym, jest wzajemnością i przyjaźnią opartą na jakiejś wspólności w dobru, jest więc zawsze zjednoczeniem dwojga osób, a może stać się ich przynależnością»<sup>1</sup>. Jan Paweł II ukazuje, że miłość należy rozumieć jako życiowy drogowskaz, jako drogę do realizacji samego siebie, jako oddanie i poświęcenie się drugiej osobie oraz okazywanie wiary w nią i w jej możliwości<sup>2</sup>. Miłość to sens bytowania jednostek na świecie, jawi się jako źródło, z którego człowiek czerpie największe i najlepsze wartości w życiu<sup>3</sup>. Obejmuje sferę emocjonalną i duchową, związaną ze zmysłowością i uczuciowością<sup>4</sup>. Zmysłowości i uczuciowości nie można ze sobą postawić na równi, ponieważ zmysłowość wiąże się tylko z ciałem, z aspektem seksualnym miłości, zaś uczuciowość to przejaw wrażliwości kobiety i mężczyzny w całej ich postawie, to emocjonalna sfera jednostki<sup>5</sup>.

Miłość jawi się jako pełne oddanie i poświęcenie się ukochanej osobie, istnienie dla niej jako dar, coś wyjątkowego i jedyne<sup>6</sup>. Miłość wzbogaca człowieka, a bycie darem dla drugiej osoby stanowi niezaprzeczalny akt miłości, w którym należy mieć świadomość, że nie może być ona «przedmiotem, lecz podmiotem wszelkich ludzkich czynności»<sup>7</sup>.

Czynniki warunkujące miłość. Miłość warunkowana jest przez różnego rodzaju czynniki, po to, aby mogła w odpowiedni sposób urzeczywistnić się w każdej jednostce. Do takich czynników należy zaliczyć zaufanie, sposoby okazywania miłości w związku, empatię oraz wzajemnie zaangażowanie.

Jednym z bardzo ważnych czynników warunkujących miłość jest zaufanie, które stanowi podstawę relacji międzyludzkich. Przejawia się

---

<sup>1</sup> K. Wojtyła, *Miłość i odpowiedzialność*, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 1986, s. 83.

<sup>2</sup> S. Cudak, *Miłość w naukach Jana Pawła II (wybrane zagadnienia)*, w: *Oblicza miłości w pedagogice*, red. M. Białas, D. Ruszkiewicz, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej, Łódź 2007, s. 16

<sup>3</sup> Tamże.

<sup>4</sup> Tamże, s. 18-19.

<sup>5</sup> Tamże, s. 19.

<sup>6</sup> Tamże, s. 22.

<sup>7</sup> Tamże.

wiarą w czyny i słowa drugiej osoby, posiada kluczowe znaczenie w budowaniu stałego związku. Według Bogdana Wojciszke zaufanie «to pewność, że ze strony innego człowieka spotka nas raczej dobro niż zło»<sup>8</sup>. Istotnym krokiem potrzebnym do zbudowania zaufania jest przeświadczenie, że partner to osoba, która zachowuje się racjonalnie, przewidywalnie, nie wzbudzając przy tym negatywnych emocji<sup>9</sup>. Dodatkowo, konieczne jest rozpoznanie takich jego cech, które świadczą o tym, że jest on człowiekiem dobrym, szczerym, lojalnym oraz słownym<sup>10</sup>. Zaufanie rozwija się wraz ze związkiem. Aby zaufanie mogło się rozwijać bardzo ważna jest obustronność partnerów, okazywanie sobie wzajemnego wsparcia, pomocy w związku oraz istnienie poczucia, że obydwójce mogą na siebie liczyć<sup>11</sup>. W procesie budowania zaufania szczególne miejsce zajmuje troska o partnera, przejawiająca się bezinteresownością działań i wynikająca z miłości do drugiej osoby, a nie z korzyści, które dzięki tej osobie można uzyskać<sup>12</sup>.

Chcąc obdarzyć kogoś miłością oraz doświadczyć jej samemu należy potrafić tę miłość okazywać. Gary Chapman przyjął, iż miłość w relacjach międzyludzkich można okazywać za pomocą pięciu tzw. «języków miłości». Są nimi wyrażenia afirmatywne, dobry czas, przyjmowanie podarunków, drobne przysługi oraz dotyk<sup>13</sup>.

Innym czynnikiem warunkującym miłość narzeczeńska jest zaangażowanie. Stanowi ono kluczowy aspekt związku i oznacza, że osoby pozostające ze sobą w relacji wykazują pełną, wzajemną akceptację siebie, swoich zachowań oraz są przekonane o ciągłości i stabilności związku w przyszłości<sup>14</sup>. Polega ono na przejściu z relacji typowo miłosnej w relację solidną i trwałą<sup>15</sup>. Zaangażowanie przybiera formę autentycznego wtedy, gdy partnerzy wypracowują własne reguły i zasady związku, postępowania oraz zachowania wobec siebie, co równocześnie wpływa na kształtowanie i rozwijanie emocjonalnej bliskości między nimi<sup>16</sup>.<sup>30</sup> Aby można było mówić o szczerym, prawdziwym i przede wszystkim świadomym zaangażowaniu,

---

<sup>8</sup> B. Wojciszke, Psychologia miłości. Intymność. Namietność. Zobowiązanie, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot 2021, s. 97.

<sup>9</sup> Tamże.

<sup>10</sup> Tamże, s. 98

<sup>11</sup> Tamże.

<sup>12</sup> Tamże.

<sup>13</sup> G. Chapman, 5 języków miłości, Wydawnictwo Esprit, Kraków 2018, s.37-127.

<sup>14</sup> J. Rostowski, Zarys psychologii małżeństwa. Psychologiczne uwarunkowania dobranego związku małżeńskiego. PWN, Warszawa 1987. s. 75

<sup>15</sup> M. Chmielewska, Rola miłości w budowaniu wysokiej jakości związku małżeńskiego, w: Motyw miłości w literaturze polskiej i obcej, red. E. Chodźko, M. Śliwa, Wydawnictwo Naukowe Tygiel, Lublin 2019, s. 278.

<sup>16</sup> J. Rostowski, Zarys psychologii małżeństwa. Psychologiczne uwarunkowania dobranego związku małżeńskiego. PWN, Warszawa 1987.s. 76.

w związku muszą mieć wydzźwięk nie tylko pozytywne przejawy uczuć, lecz także pewnego rodzaju zachowania «manipulacyjne», które jeden z partnerów będzie przejawiał wobec drugiego, aby wzbudzić w nim większą potrzebę angażowania się w relację<sup>17</sup>. Do wspomnianych «manipulacyjnych» zachowań należy zaliczyć używanie zaimków takich jak np. «my», «nasze», «razem», odnoszenie się do wspólnie wykonywanych działań i podkreślanie radości z tego płynących, tworzenie wzajemnych tajemnic i zobowiązań<sup>18</sup>. Zachowania takie mają korzystny wpływ na związek, ukazują wspólnotę osób kochających się oraz podkreślają wartość i znaczenie bycia razem. W sytuacji, gdy partnerzy mają poczucie stabilności i ciągłości relacji to przez wzajemne zaangażowanie rozumieją nieustanne udoskonalanie, pogłębianie miłości, częstsze przeżywanie wspólnie radosnych chwil, a co za tym idzie, dzięki takim działaniom sprzyjają wzmacnianiu własnego związku<sup>19</sup>.

Wzajemne zrozumienie się pozytywnie wpływa na proces zaangażowania w relację, ponieważ komunikacja stanowi podstawę udanego związku, w którym jednostki, rozumiejąc swoje potrzeby, pragnienia bądź problemy, mogą się wspierać i sobie pomagać. W komunikacji istotna jest akceptacja ukochanej osoby, dawanie jej poczucia, iż jest godna zaufania i można jej powierzyć wszystkie sprawy<sup>20</sup>.

Warunkiem udanego związku, pielęgnowania miłości jest umiejętność wzajemnego współodczuwania partnerów, rozumienia przeżywanych smutków, trudnych chwil ale także momentów szczęśliwych i dobrych. Bogdan Wojciszke rozróżnia składniki empatii, na które składają się przyjmowanie cudzego punktu widzenia, ciepłe, emocjonalne współbrzmienie oraz własne cierpienie<sup>21</sup>.

### **Bibliografia**

1. Chapman G., 5 języków miłości, Wydawnictwo Esprit, Kraków 2018.
2. Chmielewska M., Rola miłości w budowaniu wysokiej jakości związku małżeńskiego, w: Motyw miłości w literaturze polskiej i obcej, red. E. Chodźko, M. Śliwa, Wydawnictwo Naukowe Tygiel, Lublin 2019, s. 270-286.
3. Cudak S., Miłość w naukach Jana Pawła II (wybrane zagadnienia),

---

<sup>17</sup> Tamże.

<sup>18</sup> Tamże, s. 77.

<sup>19</sup> Tamże, s. 79.

<sup>20</sup> Tamże, s. 81.

<sup>21</sup> B. Wojciszke, Psychologia miłości. Intymność. Namiętność. Zobowiązanie, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot 2021, s. 175-178.

w: Oblicza miłości w pedagogice, red. M. Białas, D. Ruszkiewicz, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej, Łódź 2007, s. 15-25.

4. Rostowski J., Zarys psychologii małżeństwa. Psychologiczne uwarunkowania dobranego związku małżeńskiego. PWN, Warszawa 1987.

5. Wojciszke B., Psychologia miłości. Intymność. Namiętność. Zobowiązanie, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot 2021.

6. Wojtyła K. , Miłość i odpowiedzialność, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 1986.

### **Т.О. Родіна-Логвін**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **Л.А. Онуфрієва**  
доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ ПРОФЕСІЙНОЇ ЗРІЛОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ**

*Актуальність дослідження.* Професії соціономічної сфери – психолог, педагог, соціальний працівник – висувають до особистості професіонала низку специфічних особистісних, професійних та загальносуспільних вимог. Адже, крім того, що ці фахівці для суспільства в певній мірі є еталоном психічного здоров'я і моральності, вони мають володіти великим арсеналом знань та вмій та, що найважливіше, бути внутрішньо гармонійною та збалансованою особистістю, адже саме особистість фахівців соціономічної сфери є основним «містком» до вирішення проблем його клієнтів. Вагоме значення у становленні цих професійних якостей має самоаналіз.

Поруч із змінами поведінкової, емоційної, моральної та зростанням ціннісної автономії особистості молоді, актуалізується її зрілість у професійності за напрямком психологія. Сьогодні все більша кількість випускників вищих навчальних закладів залучається до психологічної сфери діяльності.

Сучасне суспільство знаходиться на етапі стрімкого розвитку технологій, систем управління як у суспільстві так і в системі освіти,

які перейшли в різний режим спілкування, взаємодії, навчання та виховання. Здобутки різних нанотехнологій, робототехніки, digital-технологій, ІТ-технологій, є активним рушієм для самоактивності, саморуху особистості в суспільстві, що і обумовлює початок цього процесу з раннього дитинства. Така тенденція – це реальні передумови появи класу творчої молоді, основна мета якої є здатність до самореалізації, самовизначення та самодетермінації.

Процес зрілості професіоналізації та спрямованість студентської молоді на оволодіння навиків саме у психології потребує особливої уваги, їх психологічної підтримки і нерідко корекції прийнятих рішень щодо особистісних детермінант професійної підготовки.

*Мета дослідження* полягає у теоретичному визначенні та експериментальному обґрунтуванні особистісних детермінант зрілості професійної підготовки майбутніх психологів на засадах навчально-професійної діяльності студентів університету.

Для досягнення мети дослідження передбачалось вирішення таких *завдань*: проаналізувати сучасні дослідження з проблеми особистісних детермінант професійної зрілості майбутніх психологів; визначити теоретичні підходи до проблеми дослідження особистісних детермінант професійної зрілості майбутніх психологів; емпірично вивчити психологічні детермінанти професійної зрілості майбутніх психологів.

*Методи дослідження*: теоретичні (аналіз психологічної, педагогічної, філософської, соціологічної літератури з досліджуваними проблемами); емпіричні (комплекс психодіагностичних методик: «Методика діагностики мотивації досягнення А. Мехрабіана», «Діагностика самоактуалізації особистості А. Лазукіна в адаптації Н. Каліна», тест-опитувальник «Визначення рівня професійної спрямованості майбутнього соціального працівника», «Методика виявлення стилю самоактуалізації»). Для обробки отриманих результатів використано методи математичної статистики (знаходження середніх величин, достовірних відмінностей за допомогою t-критерія Стьюдента, кореляційний аналіз (розрахунок коефіцієнтів кореляції Пірсона).

*Результати дослідження*. Професійна зрілість – характеристика стану розвитку особистості, що виявляється у високому ступені професійної конструктивної активності та професійної функціональної продуктивності людини. Теоретичними засадами розвитку особистісної зрілості майбутніх психологів є положення гуманістичної психології і диспозиційного підходу, згідно якого особистісна зрілість

розглядається як динамічний феномен, що є результатом вродженого і неперервного прагнення особистості до самоактуалізації і досягнення особистісної зрілості.

Структура значущих характеристик професійної зрілості майбутніх психологів включає характеристики інтраперсональної конструктивної активності, що виражають прояви вдосконалення структури та функцій особистості (саморегуляція, самостійність, креативність, інтелектуальність); прояви вдосконалення способів міжособистісної взаємодії та конструктивного особистісного впливу (комунікабельність, емпатійність, моральність, відповідальність); прояви вдосконалення структури самоідентичності (Его-ідентичність, самоактуалізація). В цілому, говорячи про мотивацію професійної діяльності як структурно-функціональну складову професійної зрілості особистості, неможна обійти проблему саморозвитку та самореалізації, яка є значущою у багатьох сучасних концепціях розвитку людини. Актуальна потреба саморозвитку, прагнення до самовдосконалення є цінними вже самі по собі. Вони є показником особистісної зрілості та одночасно умовою її досягнення. Постійне прагнення до саморозвитку не лише приносить і закріплює успіх у професійній діяльності, але й сприяє професійному довголіттю особистості

Реалізація програми розвитку професійно значущих характеристик зрілості майбутніх психологів зумовлює позитивні зміни в рівнях розвитку психологічно значущих характеристик професійної зрілості майбутніх психологів I і IV курсу. Якісна динаміка старших курсів пояснюється значним підвищенням показників інтраперсональної конструктивної активності (керівництва своїми потребами, емоціями та поведінкою, здатності до самостійного вибору, виявлення високого рівня професійної спрямованості), інтерперсональної конструктивної активності (здатності до відповідального вчинку і встановлення глибоких емоційно насичених контактів, емпатійного ставлення до оточуючих), трансперсональної конструктивної активності (тотожності зі своїм Я, прийняття себе і своїх переживань, прагнення до реалізації власних здібностей, постійне навчання та безперервний процес вдосконалення професійно значущих характеристик майбутньої професії.

Результати кореляційного аналізу студентів дали змогу виявити фактори, що призводять до розвитку психологічних детермінант професійної зрілості.

За використаними методиками і здійсненням кореляційного

аналізу виявили, що психологічні чинники, що призводять до професійної зрілості є: погляд на природу людини, креативність, орієнтація в часі, контактність, мотивація досягнення успіху, комунікативний контроль, високий рівень професійної спрямованості, саморозуміння, професійна спрямованість. Розроблено методичні рекомендації для студентів і викладачів щодо підвищення рівня розвитку психологічно значущих детермінант професійної зрілості майбутніх психологів. Психологічними детермінантами, що призводять до деформації професійної зрілості майбутніх психологів є низький рівень професійної спрямованості, низький комунікативний контроль, спонтанність.

Проведене дослідження не вичерпує всіх аспектів проблеми психологічно значущих детермінант професійної зрілості майбутніх психологів. Подальша перспектива вивчення полягає у більш ґрунтовному теоретичному і практичному дослідженні умов розвитку психологічно значущих детермінант професійної зрілості майбутніх психологів, впровадження розробленої розвивальної програми у навчально-виховний процес професійної підготовки майбутніх психологів для оптимізації їх професійно-особистісного становлення.

#### **Р.Т. Сімко**

кандидат психологічних наук, доцент,  
старший викладач кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

#### **Ю.Ю. Крива**

магістрантка спеціальності 053 «Психологія»  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

### **ПРОЯВ ОСОБЛИВОСТЕЙ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ**

Одним з найбільш складних періодів в онтогенезі є підлітковий вік. У цей період відбувається перебудова раніше сформованих психологічних структур, виникають нові новоутворення, закладаються основи соціальної поведінки, вимальовується загальна спрямованість у формуванні моральних уявлень та соціальних установок. З одного боку, для цього складного етапу притаманні негативні прояви дитини, дисгармонійність у формуванні особистості, згортання раніше сталої



системи інтересів і протестуючий характер поведінки стосовно дорослого. З іншого боку, цей вік відрізняється масою позитивних факторів: зростає самостійність дитини, значно більш різноманітними і змістовними стає її стосунки з іншими дітьми і дорослими, значно змінюється і якісно розширюються сфери її діяльності, розвивається відповідальне відношення до себе, до інших людей. Заслужують на увагу такі моменти в поведінці підлітка як агресивність, жорстокість, підвищена тривожність, що приймають стійкий характер (Павелків, 2011).

У сучасній психології сказано, що людина не народжується егоїстом чи альтруїстом, скромною чи хвальком, атеїстом чи релігійною – вона стає такою. Ядром конфліктної ситуації, що призводить до моральної деформації особистості, є не біологічні властивості, а недоліки сімейного виховання.

Підліток жадає не просто уваги, але розуміння, довіри дорослих. Він прагне відігравати значущу роль серед однолітків і старших. В дорослому співтоваристві стверджується позиція, що перешкоджає розвитку соціальної активності підлітків – дитина повинна слухатися. У результаті складається між дорослими і підлітками психологічний бар'єр, прагнучи перебороти який, багато підлітків вдаються до агресивних форм поведінки.

Почуття, емоції, переживання, що породжуються зовнішніми і внутрішніми причинами, виражаються в людини в тій формі, яка прийнята в тій культурі, до якої вона належить. Прояву агресивності сприяють недоліки виховання, що відображені в різних інститутах соціалізації, у тому числі не тільки родини, школи, але і ЗМІ.

Дані сучасної науки переконують, що агресивний підліток – це насамперед звичайна дитина, якій властива нормальна спадковість. Риси, якості агресивності вона здобуває під впливом помилок, недоробок, недоглядів у виховній роботі, труднощів у навколишньому середовищі (Міллер, 1985). Агресивність в особистісних характеристиках підлітка формується в основному як форма протесту проти нерозуміння дорослих, через незадоволеність своїм положенням у суспільстві, що виявляється у відповідній поведінці.

У психології були спроби розкрити причини агресивності підлітків. При цьому одні дослідники вважають, що необхідно базуватися на психодинамічних відмінностях, інші беруть за основу особливості психосоціального розвитку.

Джерела агресивності беруть свій початок в родині, у

взаємовідносинах її членів (сварки, відторгнення дитини, її примус, у тому числі через покарання, страх), у меншій степені з однолітками, вчителями (Алексєєва, 1993; Лаут, 2015).

На основі спостережень виділяють чотири групи певного типу поведінки підлітків.

Перша група характеризується стійким комплексом у підлітків аномальних і аморальних, примітивних потреб, прагнення до споживчого проведення часу, деформації цінностей і відносин. Егоїзм, байдужість до переживань інших, відсутність авторитету – є типовими особливостями цих дітей. Вони егоїстичні, цинічні, грубі, запальні, забіякуваті. У їхній поведінці переважає фізична агресивність.

Друга група це підлітки з деформованими потребами і цінностями. Володіючи більш широким колом інтересів, вони відрізняються загостреним індивідуалізмом, бажанням зайняти привілейоване положення за рахунок тиску на слабких, молодших. Їх характеризує імпульсивність, швидка зміна настрою, дратівливість. У дітей перекручене уявлення про мужність, їм приємний чужий біль. Прагнення до застосування фізичної сили виникає в них ситуативно, в основному проти тих, хто слабше.

Третя група: підлітки, що характеризуються конфліктністю між деформованими позитивними потребами, цінностями, відносинами, поглядами. Вони відрізняються однобічністю інтересів, брехливістю. Ці діти апатичні, не прагнуть до досягнення успіху. У їхній поведінці переважає непряма і вербальна агресія.

До четвертої групи входять підлітки, що відрізняються слабо-деформованими потребами, але, у той же час, у них спостерігається відсутність певних інтересів і дуже обмежене коло спілкування. Вони недовірливі, боягузливі, тривожні. У поведінці переважає вербальна агресія і негативізм (Рубінштейн, 1959).

Ріст агресивних тенденцій у підлітковому середовищі відображає одну з найгостріших проблем нашого суспільства, де за останні роки підвищується молодіжна злочинність, особливо злочинність серед підлітків.

Агресія й агресори завжди оцінюються вкрай негативно, як вираження антигуманізму, наявність культу бруталності. У підлітковому житті нерідко зустрічаються форми насильницької поведінки, що вживається в таких термінах як «задирикуватість», «озлобленість», «жорстокість», «ворожість».

Причини агресії дитини слід шукати в родині, у вихованні.

Покарання дітей може сприяти як зменшенню агресії, так і її стимуляції. Дитина вчиться, що сильний і старший може проявляти, демонструвати агресивні дії. Спостереження показують, що агресивні діти виховуються батьками, що застосовували до них фізичне насильство. Діти, до яких застосовували фізичне насилля, можуть поводитися спокійно в родині, але стосовно сторонніх та ровесників проявляють більше агресивності, ніж їхні товариші, у яких в сім'ї була спокійна атмосфера. Покарання – це модель агресивної поведінки, що передається дитині дорослим (Алексеева, 1993; Бондарчук, 2006).

Агресивна поведінка серед підлітків є важливою соціальною проблемою, яка потребує серйозного розгляду.

Отже, причинами агресивної поведінки підлітків є:

1. Соціальне середовище: негативний вплив родини або школи може стати причиною агресивної поведінки. Наприклад, дитина, яка виростає в насильницькій родині, може копіювати цю поведінку.

2. Емоційні труднощі: підлітки, які не вміють адекватно виражати свої емоції, можуть вибирати агресію як засіб виразити своє незадоволення або образу.

3. Негативний вплив медіа: засоби масової інформації та відеоігри, які пропонують насильство, можуть сприяти розвитку агресивної поведінки.

Отже, агресивна поведінка підлітків – складна проблема, але з правильним підходом і підтримкою вона може бути подолана, допомагаючи молоді стати здоровими та адаптивними дорослими.

### **Список використаних джерел**

1. Алексеева М.І. Взаємодія батьків і дітей як фактор соціалізації підростаючої особистості. Актуальні проблеми психології: традиції і сучасність: тези міжнародних наукових Костюківських читань. Т 1. Київ : Інститут психології АПН України, 1993. С. 11–18.

2. Бондарчук О.І. Психологія девіантної поведінки: курс лекцій. Київ : МАУП, 2006. 88 с.

3. Лаут Г.В. Корекція поведінки дітей і підлітків. Київ : «Академия», 2015. 224 с.

4. Міллер А.І. Протиправна поведінка неповнолітніх : генеза і рання профілактика. Київ : Наукова думка, 1985. 159 с.

5. Павелків Р.В. Вікова психологія: підручник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Кондор. 2011. 468 с.

6. Рубинштейн С.Л. Принципы и пути развития психологии. Москва : Издательство Академии наук СССР, 1959.

## **Н.С. Славіна**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **Т.А. Гранчак**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **РОЛЬ ТА ЗНАЧЕННЯ ЕТИКЕТУ ДІЛОВОГО СПІЛКУВАННЯ**

Діловий етикет значно ширший за своїм змістом. Це є найважливішою стороною професійної поведінки підприємця. У вітчизняних бізнесменів – початківців зривається безліч вигідних контрактів, особливо з інофірмами з причини того, що вони не знають правил ділового етикету. У багатьох «нових українців» поганий смак помічається у їх одязі, манері поведінки. В результаті вони стають об'єктом мовчазної та неприємної критики з боку партнерів. Ті підприємці, що поважають себе, після першої ж зустрічі переривають усіляке ведення переговорів щодо домовленості на співпрацю. Щоб не впасти в очах можливих партнерів, треба знати правила доброго тону, оскільки знання ділового етикету – одна із основ підприємницького успіху. Правила етикету вказують на єдність двох його сторін: морально-етичної та естетичної. Перша сторона – проявлення моральної форми: запобігливої турботи, поваги і таке інш. Інша сторона – естетична, свідчить про красу, вишуканість форм поведінки.

Цікавим, на наш погляд, є той факт, що етикет є явище історичне. Правила поведінки людей змінювались зі зміною умов життя суспільства, кожної окремої соціальної сфери. Етикет виник в період зародження абсолютної монархії. Дотримуватись визначених правил поведінки було необхідно для возвеличення царюючих осіб, для закріплення ієрархії всередині самого класового суспільства. Суспільний прогрес сприяв взаємопроникненню правил поведінки, взаємо забезпеченню культур. Це дозволило напрацювати взаємоприйнятний етикет, що був всіма признаний в головних рисах. Його було закріплено також у звичаях та традиціях. Етикет почав предписувати норми поведінки на роботі, на вулиці, у гостях, на ділових та дипломатичних зустрічах, в театрі, в суспільному транспорті і таке інш. Але крім правил етикету, для усіх існує також

професійний етикет. Він забезпечує найвищу ефективність у виконанні професійних функцій і також сприяє досягненню поставленої мети.

Ми згодні з твердженням автора, що у практиці ділових стосунків завжди є якісь стандартні ситуації, яких неможливо уникнути. Для цих ситуацій і виробляють форми і правила поведінки, що складають етикет ділового спілкування. Автор характеризує його як зведення правил поведінки у бізнесі, що зачіпає зовнішній бік ділового спілкування. Діловий етикет – результат довготривалого відбирання правил і форм найбільш сприйнятої поведінки, що сприяє успіху у ділових стосунках. Правила ділового етикету вважає А.Л. Потеряхін, і ми цілком з цим згодні, сприяють наближенню економічних інтересів до фінансових інтересів спеціалістів торгівельного бізнесу, бізнесменів. Ми вважаємо, що перш за все слід пам'ятати, що діловий етикет включає точне дотримання правил культури поведінки, що передбачає глибоку повагу до людської особистості. В основі поведінки має лежати моральна оцінка: діловий партнер – хороша людина.

Культура поведінки ділового спілкування не можлива без дотримання правил вербального (мовного, побудованого на основі слів) етикету. Він пов'язаний із формами та манерами мови, що прийнятий в спілкуванні даної сфери ділових людей.

В діловій розмові треба вміти дати відповідь на будь-яке запитання. Велике значення мають компліменти – приємні слова, що висловлюють згоду, гарну оцінку діяльності у бізнесі, вигляду та одягу, зовнішнього вигляду взагалі, а також розумових здібностей ділового партнера. Згідно діловому етикету, слід неухильно дотримуватись на ділових переговорах правил поведінки країни – партнера по бізнесу. Якими б не були традиції, правила поведінки, їх належить чітко виконувати, якщо є бажання досягти успіху. Інтереси справи часто знаходяться вище особистих вподобань та пристрастей.

Діловий етикет потребує особливої поведінки у спілкуванні з клієнтами. В кожному виді послуг, що надаються клієнтам, є свої професійні тонкощі та секрети поведінки. Але слід завжди пам'ятати, що клієнт найдорожчий та найбажаніший відвідувач у вашому офісі (магазині, підприємстві). У роботі з клієнтами треба бути і гарним психологом також. Крім того, дуже важливо також дотримуватись відповідних правил стосовно одягу та зовнішнього вигляду. Костюм має бути відповідним до місця і часу.

Потрібно пам'ятати, і з цим ми цілком згодні, що у діловому спілкуванні немає незначних речей. А особливу вагомість у бізнесі має етикет. Одяг, поведінка підприємця, менеджера – це його візитна картка. Необхідно пам'ятати також, що скрізь нас оточують люди. Які з різною мірою прискіпливості вивчають нас.

Слід зазначити, що на погляд Е.В. Руденського та інших дослідників, що до ділової телефонної розмови треба також всіляко готуватись. Погана підготовка, невміння виділити в ньому головне, лаконічно, вагомо та грамотно викладати думки призводить до значної втрати робочого часу (до 20-30%). В цих випадках важливо, щоб службова, ділова телефонна розмова була проведена в спокійному, ввічливому тоні та викликала гарні емоції, що необхідні для підтримання атмосфери взаємодовіри. Ефективність ділового телефонного спілкування залежить від емоційного стану людини, від його настрою. Необхідно намагатись говорити рівно, стримувати свої емоції, не намагатись переривати співбесідника. Дзвінок за домашнім номером телефону діловому партнеру, співробітнику для проведення службової розмови може бути здійснений лише з приводу важливих причин. До набирання номеру телефону, необхідно визначити мету розмови і тактику його проведення, скласти план бесіди, скласти перелік питань, що потребують вирішення. Зважити на порядок та послідовність питань, що потребують відповіді. Після закінчення ділової телефонної розмови необхідно витратити 3-5 хвилин на аналіз змісту та стилю розмови. Крім того, слід проаналізувати враження від розмови, знайти вузькі місця у розмові, намагатись знайти причину своїх зроблених помилок.

Інша важлива частина ділового етикету, на думку дослідників та Е.В. Руденського – службове листування. За звичай, кожен діловий лист повинен бути індивідуальним. Листування – спілкування в мініатюрі, що сприяє поглибленню взаємних зв'язків, встановленню стійких контактів з постачальниками. Однією з головних вимог до листа є те, що воно повинно бути складено на одній сторінці машинописного тексту, складене чіткою і ясною мовою, що не використовує незрозумілі слова іноземного походження та зрідка використовуваних спеціальних термінів. Лист повинен відображати індивідуальність автора та тієї організації (фірми), де він працює. Існують відпрацьовані схеми ділового листа або службової доповідної. При діловому листуванні слід пам'ятати, що враження адресата справляє перелік, на перший погляд не важливих дрібниць, а саме: наявність «солідного» конверту, бланку фірми, відсутність помилок при друкуванні (наборі) листа,

обов'язковість особистого звернення на ім'я та по-батькові до адресату та особистого підпису і контактного телефону (в кінці листа), як і запевнень у подальших ділових контактах.

Ми підтримуємо точку зору дослідників, і також вважаємо, що необхідно намагатись починати лист з дружнього звернення – це викликає у одержувача добрі почуття до автора листа. Цьому також сприяє розмовний стиль листа. Якщо це неформальне ділове листування, то в такому листі не зайвим буде використовувати скорочення, односкладові слова: вони складають враження близького знайомства, теплоти, взаємної симпатії.

А.Л. Потеряхін підкреслює, і ми з цією точкою зору погоджуємось, що етикет і такт ділової людини виявляються на кожному кроці: під час летючої розмови з підлеглими, на виробничих зборах і т. інше. Етикет службових, ділових стосунків вимагає суворого дотримання розмовних норм як в міжособистісному спілкуванні, так і під час ділових розмов, зборів.

Дослідник вважає, що ділові бесіди, збори слід намагатись проводити за одну-півтори години. Коли збори проводять часто, тоді вони не залишають часу для роботи. Небажано перебивати промову доповідача. Багато, для відповідального засідання, зборів готувати керівнику свою доповідь самостійно. На завершення зборів слід самому підвести підсумки, співвіднести остаточне рішення з поставленими завданнями, коректно оцінити пропозиції, що були висунуті на зборах.

Успіх фірми (підприємства, організації), на наш погляд, тісно пов'язаний з етикетом поведінки її співробітників, та в першу чергу, керівника. Для оволодіння етикетом є потреба в наявності бажання, наполегливості і часу.

**Висновки.** На етапі виходу зі спілкування потрібно бути привітним, чемним. Дуже велике значення приділяється заключному враженню, яке впливає на образ, що залишається у пам'яті партнера, а також на майбутні ділові стосунки. Тому привітність, доброзичливість – одні із головних умов для проведення успішного ділового спілкування.

#### **Список використаних джерел**

1. Гічан І.С., Назаренко Д.В. Психотехнологія ділового спілкування. Київ : НАУ, 2003. 78 с.

2. Пічик К. Івент-маркетинг як сучасний інструмент впливу на споживача. *Наукові записки НаУКМА*. Економічні науки. 2016. No 1(1). С. 145–148.

## **О.М. Чайковська**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **І.В. Данілова**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

### **ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ОБРАЗУ «Я» ОСОБИСТОСТІ**

Проблема особистості та її місце у суспільстві, місце окремих складників особистості у її ефективному функціонуванні в мінливих умовах життєдіяльності є актуальною проблемою сьогодення, яка звертає на себе увагу великої кількості дослідників, що працюють у межах різних напрямів та концепцій. При цьому загальновизнано, що одним із негативних показників як благополучного, так і кризового суспільства є падіння позитивного ставлення до себе, байдужість, що призводить до проблематики переоцінки власного життя у відповідності до його результативності та успішності. В кризових суспільствах досить часто трапляються випадки «падіння рейтингу у власних очах», які ведуть до синкретичного переосмислення «власного бачення» свого образу, своєї ролі в соціумі відповідно до суб'єктивного досвіду. Тому цілком логічним є звернення до оцінних психологічних категорій, насамперед самоствавлення та самооцінки.

Вивчення самосвідомості та образу «Я» особистості було предметом дослідження вітчизняних вчених: Б. Ананьєва, А. Асмолова, І. Беха, О. Леонтєва, С. Максименка, М. Ярошевського, М. Боришевського, Л. Виготського, Т. Титаренко та ін., та зарубіжних: Р. Бернса, К. Роджерса, А. Маслоу, Е. Еріксона, З. Фрейда, Г. Олпорта, К. Юнга, Ж. Піаже та ін.

Проблематика робіт охоплює розгляд теоретичних та прикладних питань: генезис образу «Я» відповідно вікових періодів розвитку особистості; залежність розвитку самосвідомості від впливу соціального оточення; розвиток «Я-образу» як фактор формування особистісних та характерологічних рис індивіда; внутрішні базисні особливості особистості як підґрунтя для самоздійснення;



самопізнання та формування адекватної «Я-концепції» як засіб самореалізації особистості; гармонійний образ «Я» як рушійна сила розвитку особистості та ін.

Т. Щербак зазначає, що образ «Я» людини як інтегративна форма самосвідомості є результатом самопізнання, виступає в формі узагальненого уявлення про себе, а значить, є підґрунтям творчої реалізації – свідомої, цілеспрямованої діяльності особистості, спрямованої на виявлення власних сил, можливостей, обдарувань, здібностей та реалізацію власного «Я» (Щербак, 2010).

Т. Дмитрова, Н. Давидюк розглядають образ «Я» як регулятор міжособистісних стосунків у ранній юності та регулятор подружніх взаємин. Н. Тавровецька натомість вважає, що функції регулятора дій та вчинків особистості виконує система естетичних почуттів, яка є невід’ємним компонентом образу «Я» (Тавровецька, 2008).

Аналізуючи образ «Я» як узагальнений глобальний механізм саморегуляції поведінки на особистісному рівні, М. Боришевський підкреслює його роль в забезпеченні відчуття ідентичності, самототожності людини. Саме відчуття ідентичності, уявлення про себе протягом більш-менш тривалих життєвих періодів дозволяє людині усвідомити необхідні межі між «Я» і «не-Я». Крім того, відчуття ідентичності містить в собі можливість усвідомлення людиною змін, що в ній відбуваються (Боришевський, 2008).

На думку І. Беха психологічний механізм формування й розвитку образу «Я» можна розкрити тільки через залучення категорії «особистісна цінність». Оскільки вона має суб’єктивний смисл і є основою перетворення внутрішніх можливостей особистості у вчинки і поведінку (Бех, 2018).

**Висновки.** Образ «Я» є структурним компонентом особистості. Він виступає як установка по відношенню до самого себе і включає такі компоненти: когнітивний, емоційно-оціночний, поведінковий, соціально-перцептивний. Функціонально головним призначенням образу «Я» є регуляція взаємовідносин між особистістю та оточуючим.

#### **Список використаних джерел**

1. Бех І.Д. Особистість на шляху до духовних цінностей : монографія. Київ – Чернівці : «Букрек», 2018. 320 с.
2. Боришевський М.Й. Духовність в особистісних вимірах. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*, за ред. С.Д. Максименка. Т.Х, част. 4. Київ, 2008. 682 с. С. 61–69.

3. Тавровецька Н.І. Психологічні особливості естетичних почуттів у структурі «Я» образу. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. За ред. С.Д. Максименка. Т.Х, част. 4. Київ, 2008. 682 с. С. 592–600.

4. Щербак Т.І. Особливості розширення та поглиблення структурних компонентів образу «Я» у період репрезентації інтелекту особистості. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України*. За ред. С.Д. Максименка. Київ, 2010. Т.ХІІ, Вип. 4. С.445–455.

# ПСИХОЛОГІЯ ПРАЦІ; ІНЖЕНЕРНА ПСИХОЛОГІЯ

**О.В. Гудима**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

**К.В. Добрянська**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## ВНУТРІШНІ ТА ЗОВНІШНІ МОТИВИ ЯК ПРЕДИКТОРИ АКАДЕМІЧНИХ ДОСЯГНЕНЬ

Внутрішні мотиви (пізнавальний мотив, мотив досягнення і мотив саморозвитку) позитивно пов'язані з конструктивними стратегіями навчальної поведінки, і мають негативний взаємозв'язок зі схильністю до навчального обману (псевдоадаптивною стратегією поведінки). Відповідно, чим більший інтерес відчувають учні в навчальному процесі, сприймають навчання як можливість отримувати знання і прагнуть збільшувати компетентність (майстерність), більше зусиль і часу вони присвячують навчальній діяльності і менше вдаються до навчального обману (плагіату, використання шпаргалок).

Важливо, що з конструктивними стратегіями поведінки також істотно пов'язаний мотив самоповаги. Це означає, що старшокласники відчувають гордість за свої академічні досягнення, підвищується їх наполегливість у вивченні навчального матеріалу, більше часу вони присвячують виконанню домашнього завдання і рідше вдаються до навчального обману ( $p < 0,05$ ). Демонстрація високої наполегливості та приділення великої кількості часу виконанню домашнього завдання учнями з високими показниками з мотиву самоповаги, пов'язана з тим, що вони сприймають академічні досягнення як доказ власної значущості та цінності. Ймовірно, для учнів навчальні успіхи будуть необхідними умовами формування позитивного ставлення до себе. Крім того, учні прагнуть «добре» вчитися і уникають почуття провини за невдачі у навчанні, прикладають зусилля і стараються на заняттях.

Зв'язки зовнішніх міжособистісних мотивів із стратегіями навчальної поведінки різні. Більш сильні зв'язки має екстернальна регуляція, даний мотив позитивно пов'язаний з навчальним обманом, і навіть негативно – з наполегливістю та виконанням домашнього завдання. Відповідно, якщо учні сприймають навчальну діяльність як досягнення зовнішніх результатів (оцінка, похвала), тоді вони прикладають менше зусиль у навчальній діяльності, мало часу присвячують виконанню домашнього завдання. При цьому вони переважно орієнтовані на пошук легких способів досягнення бажаного, таких як використання шпаргалок або списування. Крім екстернального регулювання з продуктивними стратегіями навчальної поведінки значний негативний зв'язок має мотивація, яка характеризується відчуттям втрати змісту навчального процесу та відвідування школи. Це означає, що чим вищі показники з амотивації, тим менше учні докладають зусиль, приділяють часу виконанню домашніх завдань і частіше вдаються до навчального обману.

Цікаво, що мотив поваги батьками, який здійснює регулювання навчальної діяльності за рахунок прагнення заслужити повагу та прийняття батьків, не має значних зв'язків із стратегіями навчальної поведінки. Враховуючи, що за цією шкалою твердження мають більш особисте, інтимне значення для учнів, оскільки вони стосуються взаємин з батьками, можна припустити, що школярі були схильні давати соціально прийнятні відповіді, ніж за іншими шкалами. З метою виявлення предикторів та аналізу вкладу внутрішніх та зовнішніх мотивів у виникнення та функціонування стратегій навчальної поведінки було створено дві структурні моделі.

Результати структурного моделювання показують, що предикторами наполегливості є мотив досягнення та мотив саморозвитку. Так, прагнення розвивати себе та свої здібності в сукупності з прагненням досягати високих результатів у навчальній діяльності сприяють підвищенню наполегливості та додають великої кількості зусиль у процесі навчання. Разом з тим мотив саморозвитку виступає значним предиктором часу, який учні присвячують виконанню домашнього завдання. Це означає, що учні, орієнтовані на навчальну діяльність, на розвиток свого потенціалу та вдосконалення своїх знань, схильні більше часу присвячувати виконанню домашнього завдання. Відсутність прагнення учнів до досягнення компетентності

та найкращих результатів у навчальній діяльності є умовою виникнення навчального обману.

Відповідно до другої структурної моделі, мотив самоповаги виступає позитивним предиктором наполегливості та часу виконання домашнього завдання. Ми бачимо, що виражене почуття самоповаги та гордості за свої академічні здобутки в сукупності з низькою орієнтацією учнів на досягнення зовнішніх нагород ведуть до збільшення кількості зусиль на навчальних заняттях. Високі показники з мотиву самоповаги разом із низькими показниками з мотиву поваги батьками сприяють збільшенню кількості часу виконання домашніх завдань. Предикторами навчального обману є екстернальне та інтровертивне регулювання (негативний предиктор). Отримані результати засвідчують, що переживання учнями почуття обов'язку «добре» вчитися запобігає навчальному обману, що виникає внаслідок вираженого прагнення до досягнення зовнішніх, не релевантних навчальних цілей.

Отже, функціонування особистісних мотивів (мотиву самоповаги та зовнішньої регуляції) робить більш позитивний внесок у виникнення та використання продуктивних стратегій навчальної поведінки, ніж зовнішніх міжособистісних мотивів.

Внутрішні мотиви мають значні зв'язки з успішністю. Це означає, що чим більше учні відчувають інтерес до навчання, чим більше вони прагнуть якнайкраще засвоїти навчальний матеріал і розвинути свої вміння та якості в процесі навчання, тим вища їхня успішність. Внутрішні навчальні мотиви мають сильніші зв'язки з успішністю, ніж мотив самоповаги та зовнішня регуляція, тоді як екстернальна регуляція, мотив поваги батьками та амотивація мають значний негативний зв'язок з успішністю. Так, чим більше учні відчувають гордість за свої академічні досягнення або вважають, що вони повинні вчитися «добре», тим більші показники успішності мають. У той самий час, орієнтація на винагороди чи досягнення поваги (визнання) батьками негативно пов'язані з академічною успішністю. Відповідно, доведено, що зовнішні міжособистісні мотиви виступають, як і мотивація, непродуктивними мотивами навчальної діяльності.

**Висновки.** Вайпродуктивнішими мотивами стосовно навчальної діяльності є внутрішні мотиви (пізнавальний мотив, мотив досягнення та мотив саморозвитку). Чим вище показники за даними мотивами, тим

більше високі академічні досягнення мають учні, використовують продуктивні стратегії навчальної поведінки та зрідка вдаються до навчального обману. У меншій мірі, ніж внутрішні мотиви, але також продуктивними мотивами виступають мотив самоповаги та зовнішня регуляція, які проявляються у прагненні відчувати гордість за досягнення високих результатів та почуття обов'язку вчитися «добре». У свою чергу, непродуктивними формами мотивів виступають екстернальна регуляція, мотив поваги батьками та амотивації, оскільки, чим вищі показники з цих мотивів, тим нижчі академічні досягнення учнів, тим частіше вони вдаються до навчального обману і менше використовують продуктивні стратегії поведінки у навчальній діяльності.

**Liana Onufriieva**

Dr. in Psychology, Professor,  
Head of the Department of General and Applied Psychology,  
Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University,  
Kamianets-Podilskyi, Ukraine

**Iryna Rudzevych**

Ph.D. in Psychology, Assistant Professor,  
Assistant Professor of the Department of Psychological and Medical and  
Pedagogical Basis of Remedial Work,  
Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University,  
Kamianets-Podilskyi, Ukraine

**PROFESSIONAL SOCIALIZATION AS A FORM OF  
PERSONALITY'S ENTERING INTO PROFESSION**

In the modern meaning, professionalism is, above all, the desire of the personality to offer personal «Me» to the world through «business field» of that or another activity, to be fixed in its results. Acmeological synthesis of personal and professional occurs when an employee implements not only necessary «subject-object» attitude, but at the same time open «vital meaning» attitude to the world in the activities.

The meaning of the professionalism of man is revealed in two ways: motivational and operational. Motivational aspects of the professionalism consist motives which are the point in the life of a professional activity, which targets people try to achieve, how happy he is of work. A key point

in the motivational sphere for the high levels of professionalism is the inner content of the profession. The operating professional sphere means the ways or methods people achieve their goals, the technologies they use as a means (knowledge, thinking operations, capabilities) (Onufriieva, 2020; Onufriieva, 2017).

Therefore, a professional is a specialist who mastered a high level of professional activities that deliberately changes and develops itself in work. It brings the individual creative achievements in the profession that found individual vocation. Throughout professional life a person can undergo different stages in the development of professionalism. The transition from one level of professionalism to other levels occurs in most people as successive mastering stages. These stages at various levels can be observed at the same time and in parallel with each other. The relatively high levels can coexist with lower ones, which generally characterize the individuality and uniqueness of the individual professional way (Onufriieva, 2017).

Competence is a characteristic of a specific person (or his/her actions), the individual nature of the degree of compliance with the requirements of the profession. The concept of competence is defined at some dictionaries as mastering knowledge to express the authoritative opinion. Today the competence is defined as a combination of mental qualities like mental state that allows you to act independently and responsibly (action competence), as the person's ability to perform certain labor functions (Onufriieva, 2017).

The competence of the individual is narrower than professionalism. A person can be a professional in his field, but cannot be competent in solving all professional issues.

There are types of professional competence:

1) special competence is the possession of professional activities at a high level, the ability to design the future professional development;

2) social competence is the possession of corporate (group, cooperative) professional activities, cooperation, as well as professional communication techniques adopted in this profession; social responsibility for the results of their professional work;

3) personal competence is mastering methods of personal self-expression and self-development, means of opposition to professional deformations of a personality;

4) individual competence is the ownership of methods of self-realization and the development of individuality within the profession,

readiness to professional growth, ability for individual survival, resistance to professional aging, ability to efficiently organize their own work without reloading time and effort, to work hard, tirelessly even with slightly stepped effect;

5) extreme professional competence is readiness to work in a situation of sudden complications manifested in the ability to solve problems associated with changes in the profession, retraining, and as a result – reducing the risk of unemployment (Онуфрієва, 2020; Onufriieva, 2017).

Consequently, professionalism and professional competence are important factors in social and personal development of the personality and they are the integral components of psychological maturity.

Recently the problem of professional socialization of a personality increasingly attracts attention of scientists, and among all important aspects of the study of specialists' professional consciousness there is an aspect of motivational determinants professionalization of a personality. Professional socialization is a dynamic form of individual's entry in a professional environment (learning professional experience, mastering the standards and values of the professional community) and active implementation of accumulated professional experience, which involves continuous professional self-development and self-improvement.

**Conclusions.** The process of professional socialization provides personal activity, as the interaction and impact on the system of social relations requires the adoption of certain decisions and includes a set of characteristics, such as: goal formation, mobilizing subject of activities, building strategies of work. This, in turn, requires the improvement of knowledge, ideas about the profession, changes in the level of aspiration, motivation. All this allows us to assume that a person with formed «Me-concept» and developed motivational and cognitive characteristics can successfully master the professional socialization.

### **Literature**

1. Онуфрієва Л.А. Розвиток професіоналізму майбутніх фахівців соціономічних професій: соціально-психологічний вимір : *монографія*. Київ : Видавець Бихун В.Ю., 2020. 320 с.

2. Onufriieva L.A. The Psychology of Professional Realization of a Future Specialist's Personality: Theoretical and Methodological Aspect. *Monograph*. BonusLiber: Rzeszów, 2017. 194 s.



## **Н.С. Славіна**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **Е.Р. Заїка**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **ЯКОСТІ ТА ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА, ЩО ЗАБЕЗПЕЧУЮТЬ УСПІШНІСТЬ ПРОЦЕСУ СПІЛКУВАННЯ З КЛІЄНТАМИ**

Спілкування – взаємодія двох і більше людей, під час якого вони обмінюються різноманітною інформацією з метою узгодження та об'єднання зусиль та налагодження відносин. Спілкування є не просто дією, а саме взаємодією: воно здійснюється за взаємної активності учасників. Необхідно враховувати, що спілкування, незалежно від цього, як і формі воно здійснюється, передбачає активність всіх його учасників. Так, кожен із учасників поперемінно впливає на іншого та сприймає зустрічну дію. Для спілкування характерно також те, що кожен його учасник виступає під час нього як особистість.

Отже, професійні смисли, мотиви, потреби, інтереси, переконання, цінності, установки, професійне мислення психолога освіти мають спрямованість на спілкування із суб'єктами освітнього процесу, детерміновану специфікою змісту, об'єкта, цілей, завдань та принципів професійної діяльності психолога. Ця модальність, передусім, визначається гуманістичним характером мети професійної діяльності практичного психолога освіти – охорона психічного здоров'я суб'єктів освітнього процесу, розвиток їхньої особистості та соціально-психологічна адаптація.

Основу гуманістичної спрямованості особистості психолога в системі освіти складають соціальні установки особистості. Соціальні установки практичного психолога освіти визначають позитивність сприйняття інших людей, ставлення до іншої людини як унікальної та неповторної індивідуальності, визнання як первинну цінність особистості людини, готовність завжди прийти на допомогу іншій людині та ін.

Значною для надання ефективної психоконсультативної допомоги є установка, спрямована на альтруїзм як моральний принцип, що наказує на співчуття до інших людей, безкорисливе служіння їм і готовність до самозречення в ім'я їхнього блага. Як вимога моральності та людяності, альтруїзм представляє одну з нормативних підстав моралі та гуманізму. Як принцип міжособистісних відносин, альтруїзм конкретизується у взаємопов'язаних моральних розпорядженнях, що відповідають принципам: справедливості «Вчиняй так, щоб інтерес іншої людини не перетворювався для тебе на засіб досягнення власних цілей»; поваги «У своїх вчинках не обмежуй інтереси та права іншої людини»; любові чи співучасті «Вчини так, щоб інтерес іншої людини ставав метою твого вчинку».

Разом з тим, при загально визнаності, значимості та спрямованості особистості психолога на спілкування з суб'єктами освітнього процесу для ефективної консультативної діяльності практичного психолога воно залишається все ж так. теоретичною конструкцією, емпірично не обґрунтовано та не конкретизовано. Емпіричний аналіз впливу рівня виразності альтруїзму на ефективність консультативної діяльності практичного психолога освіти став завданням нашого дослідження.

До якостей особистості, що зумовлюють успішність консультативної діяльності практичного психолога освіти відноситься соціальний інтелект і соціальна фасилітація.

Соціальний інтелект як здатність правильно розуміти і прогнозувати поведінку інших людей, розпізнавати їх наміри, почуття та емоційні стани щодо невербальної та вербальної експресії необхідний для ефективної міжособистісної взаємодії та успішної соціальної адаптації. Термін «соціальний інтелект» був введений у психологію Е. Торндайком 1920 року для позначення «далекоглядності в міжособистісних відносинах». Багато відомих психологів зробили свій внесок в інтерпретацію цього поняття. У 1937 році Г. Олпорт пов'язував соціальний інтелект зі здатністю висловлювати швидкі, майже автоматичні судження про людей, прогнозувати найімовірніші реакції людини. Соціальний інтелект, на думку Г. Олпорта, – особливий «соціальний дар», що забезпечує гладкість у відносинах із людьми, продуктом якого є соціальний пристрій, а не глибина розуміння. І, нарешті, у 60-ті роки Дж. Гілфорд, творець першого надійного тесту для вимірювання соціального інтелекту, розглядав його як систему інтелектуальних здібностей, незалежних від фактора загального інтелекту та пов'язаних, перш за все, із пізнанням

поведінкової інформації. Ним було розроблено модель структури інтелекту, основу якої лежали результати його попередніх досліджень. Ця модель дозволяє виділити 120 факторів інтелекту, які можуть бути класифіковані відповідно до трьох незалежних змінних, що характеризують процес обробки інформації.

У діяльності практичного психолога соціальний інтелект забезпечує розуміння психологом мовленнєвої продукції, невербальних реакцій (міміки, поз, жестів), вчинків та дій людей, з якими він працює – дітей, педагогів, батьків. Як найважливішу для професії практичного психолога компоненту Н.А. Амінов та М.В. Молоканов виділили здатність до розпізнавання змін у поведінці людини.

Соціальний інтелект, в такий спосіб, одна із найважливіших властивостей інтелекту особистості та професійно важливою якістю практичного психологів освіти.

Вплив психолога на суб'єктів освітнього процесу обумовлено не лише вибором адекватних мовленнєвих засобів, а й змістовністю, переконливістю, аргументованістю його висловлювань. Переконливість та аргументованість висловлювань досягається на основі конкретності та зрозумілості висловлювань, їхньої наочності та ілюстративності.

Ціла низка методів і методик психологічного та психотерапевтичного впливу базується на основі використання вербальних засобів впливу.

Паралінгвістичний вплив реалізується через особливості вимови мови, окремих слів та звуків. Такий вплив здійснюється за допомогою інтонацій, гучності, тембру голосу, швидкості відтворення слів, тобто тих засобів, які забезпечують експресію висловлювання. Тон дозволяє виражати емоції та відношення незалежно від змісту інформації, а також посилити зміст інформації, що надається, зробити необхідні акценти. Сила та висота голосу – також корисні сигнали для розшифровки повідомлення промовця. Деякі почуття, наприклад ентузіазм, радість та недовіра, зазвичай передаються високим голосом. Такі почуття, як смуток, горе та втома, зазвичай передаються м'яким і приглушеним голосом зі зниженням інтонації до кінця кожної фрази. Впевненість і невпевненість людини в тому, що вона говорить, виражається в тоні та швидкості мови. Співрозмовник відчуває невпевненість того, хто говорить завдяки високій швидкості мови.

Важливо також розуміти значення вигуків, зітхань, нервового кашлю, пирхання тощо.

Невербальний вплив реалізується через взаємне розташування співрозмовників у просторі: пози, жести, міміка, контакт очей, оформлення зовнішності, дотику, запахи. Даної проблеми присвячено велику кількість спеціальної психологічної літератури.

Вміння позитивно впливати на інших людей на різних рівнях визначає особистісний фактор впливу, так звану чарівність, харизматичність. Харизма – психологічна привабливість людини, здатність викликати в людей прихильність до своїх цілей і ентузіазм у тому досягненні. Харизматичність часто сприймається як синонім обдарованості у сфері психологічного впливу, як найвищий рівень розвитку цієї здібності. Проблема харизматичності широко обговорюється в організаційній психології стосовно професійно важливих якостей менеджера. Наприклад, Hellriegel D., Slocum J. W, Woodman R.W. вважають, що керівники – харизматичні лідери «володіють здатністю перетворювати складні ідеї на прості послання, що передають сенс через символи, метафори». Nahavandi відзначає такі риси харизматичної особистості:

- високий рівень впевненості у собі;
- найсильніша переконаність у правильності своїх ідей;
- високий рівень енергії та ентузіазму;
- високий рівень експресивності, зовнішня виразність;
- блискучі комунікаційні та ораторські навички;
- активне моделювання ролі та формування іміджу.

**Висновки.** Якості особистості психолога, що визначають його здатність до впливу, проявляються не тільки в уміннях використовувати в процесі спілкування різні вербальні, паралінгвістичні, невербальні засоби впливу, а й у певних якостях особистості, які дозволяють привертати до себе людей.

#### **Список використаних джерел**

1. Горленко В.М., Острова В.Д., Сосновенко Н.В.,Ткачук І.І. Застосування діагностичних мінімумів в діяльності працівників психологічної служби. за заг. ред. В.Г. Панка. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. 106 с.

2. Легка, Л.М., Семенча Л.Г. Організація діяльності психологічних служб : навчальний посібник. Львів : Новий Світ. 2000, 2018. 371 с.

# МЕДИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

**О.В. Жіляєва**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **Н.С. Славіна**,  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **ПЕРЕДУМОВИ ВИНИКНЕННЯ СИНДРОМУ ВИГОРАННЯ У ВІЙСЬКОВИХ МЕДИКІВ**

Кожна війна несе за собою поранення, каліцтва та смерті. В ході ведення російсько-української війни відбуваються події, які загрожують життю та здоров'ю як військовим так і мирному населенню. Від 24 лютого 2022 року триває повномасштабна агресія росії проти України. Воєнні дії, які тривають в Україні, висувають до військових медичних працівників нові складні вимоги, що, безумовно, впливають як на їх психологічний стан так і на працездатність. Через втому та психологічне виснаження медичні працівники можуть робити лікарські помилки, які часто можуть коштувати життя пацієнтам. Актуальність даної теми визначається тим, що участь у бойових діях практично завжди супроводжується стресовою реакцією організму. Без вчасного надання першої психологічної допомоги чи кваліфікованої підтримки, військові медики внаслідок стресу можуть не виконати завдання, що приведе до небажаних наслідків як для самого медика, так і для суспільства загалом.

Все ж проблема професійного вигорання військових медичних працівників залишається актуальною, що обумовлено специфікою роботи фахівців та високим ризиком виникнення вигорання у професійній діяльності.

Воєнні дії обумовлюють виникнення емоційного напруження, розвивають значну кількість професійних стресів в учасників бойових дій та військових медиків. Найбільше яскраво вплив стресів позначається у медиків, через підвищену відповідальність за збереження життя та здоров'я військовослужбовців. Медичні

працівники ЗСУ проходять через велике навантаження. З такою інтенсивністю та тривалістю війни сучасні медики ще не стикалися.

У ході ведення російсько-української війни тривалий час відбуваються події, що характеризуються безпосередньою загрозою життю та здоров'ю, невизначеністю, напруженістю, тривожністю та страхом що підвищує ризики травмування психіки військовослужбовців, невиконання ними завдань за призначенням та виникнення труднощів з ресоціалізацією після повернення з району ведення бойових дій чи демобілізації (Блінов, 2013).

Діяльність медичного працівника, в силу високих вимог, особливої відповідальності та емоційних навантажень, що висуваються до нього, потенційно містить у собі небезпеку важких переживань, пов'язаних із робочими ситуаціями, і високу вірогідність виникнення професійного стресу (Юрченко & Савченко & Буряк, 2020).

Нагальні питання, які виникають серед військовослужбовців та громадськості, висвітлила Командувач Медичних сил Збройних Сил України генерал-майор Тетяна Остащенко. Медичні сили виконують свою роботу важко, але ефективно. Лікарі теж люди, на них зараз велике навантаження, є і професійне вигорання, і успіхи. Ми провели опитування, зібрали інформацію від поранених військовослужбовців на різних етапах допомоги. Був розроблений опитувальник, які з точки зору поранених є проблеми під час проходження лікування та військово-лікарської експертизи. Так само проведено опитування серед лікарів, які працюють на передовій, тобто серед військової ланки, а також на госпітальному етапі. За результатами опитування було визначено напрями законодавчих та організаційно-ресурсних змін, тобто які ресурси і яке обладнання необхідно для цифровізації і прискорення процесу проходження ВЛК» (Медведенко & Теревеко, 2023).

Досвід показує, що чим старший медик, тим важче йому фізично впоратися, наприклад, з пораненим бійцем, який до того ж, у спорядженні й бронезилеті. Якщо ж бойовому медику виповнилось 45 і він має середню освіту, то може продовжити службу в медпункті частини або госпіталі. Нині фахівці Головного військово-медичного управління опрацьовують із колегами Міністерства охорони здоров'я можливість влаштування звільнених бойових медиків у цивільних медустановах (Тереверко, 2020).

Участь у подіях, які пов'язані із ризиком для життя впливає на психічне здоров'я та на стан військових медиків – учасників бойових дій. Медики, які брали участь у бойових діях, відносяться до груп осіб із підвищеною небезпекою розвитку психогенних порушень. Як і будь-який військовослужбовець – учасник бойових дій, військовий медик отримує в екстремальних ситуаціях посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).

**Висновки.** Професійна діяльність медичних працівників ЗСУ має свої специфічні особливості, що обумовлено стресовими ситуаціями, які виникають внаслідок участі у бойових діях. Професія військових медиків є стресогенною. Постійні напруження емоційної сфери, високі вимоги до професійної діяльності, зміни в системі медицини призводять до виснаження та перевантаження цих фахівців. Як результат виникає професійне вигорання, що проявляється у зниженні уваги під час надання медичних послуг, якості їх виконання. Перспектива дослідження. Подальшим напрямом нашого дослідження буде розробка тренінгу профілактики та подолання професійного вигорання військових медиків.

#### Список використаних джерел

1. Блінов О.А. Прояви посттравматичних стресових розладів. *Актуальні проблеми психології: збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Житомир : «Вид-во ЖДУ ім. І. Франка», 2013. Том VII. Екологічна психологія. Випуск 32. С. 15–20.

2. Гоцуляк Н.Є. Психологічна травма: аналіз та шляхи її подолання *Збірник наукових праць Національної академії державної прикордонної служби України*. Серія : педагогічні та психологічні науки. 2015. №1 (74). С. 378–390.

3. Юрченко І., Савченко І., Буряк О. Професійне вигорання медичних працівників за сучасних умов. *Медсестринство*. 2020. № 4 С. 11–15.

4. Медведенко Л., Тереверко О. Військові медики відповідають на виклики війни й впроваджують зміни. URL:<https://armyinform.com.ua/2023/04/14/medyky-vidpovidayut-na-vyklyky-vijny-j-vprovadzhuut-zminy/> (дата звернення 01.11.2023).

5. Тереверко О. Як стати бойовим медиком і що для цього потрібно. URL:<https://armyinform.com.ua/2020/01/31/yak-staty-bojovym-medikom-i-shho-dlya-czogo-potribno/> (дата звернення 01.11.2023).

**А.В. Гончарук**

аспірант Інституту спеціальної педагогіки і психології  
імені Миколи Ярмаченка НАПН України,  
Київ, Україна

**А.Р. Станішевський**

магістрант 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **ТЕОРЕТИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНОГО ЯВИЩА**

В час повномасштабної війни стреси чекають нас на кожному кроці. І саме звідси виникає запит на розуміння та обговорення емоційного вигорання як важливого психологічного явища. У цій статті ми дослідимо теоретичний аспект емоційного вигорання, визначимо його сутність, причини, симптоми та вплив на психічне здоров'я, а також розглянемо стратегії подолання цього стану.

З позиції дослідників (Dewa, Loong, Bonato, Thanh, & Jacobs, 2014) сутність емоційного вигорання полягає у порушенні емоційної стабільності та соціальної активності. Це психологічний стан, який характеризується виснаженням, втратою інтересу до різних видів діяльності та загальною втратою задоволення від життя. За умов емоційного виснаження, внаслідок тривалого стресу та надмірної емоційної напруги людина відчуває себе фізично та емоційно спустошеною.

Емоційне вигорання може бути наслідком різних причин, і розуміння цих факторів є важливим для подолання цього стану. Дослідниками у галузі психології та ергономіки основними причинами визначено: а) надмірне навантаження – представники соціонічних професій типу «людина-людина», таких як медичний персонал, вчителі, соціальні працівники та інші, часто зіштовхуються зі значним навантаженням і тиском на робочому місці; б) недостатність контролю над робочими процесами та рішеннями може призвести до відчуття безсилля та роздратованості; в) відсутність підтримки – недостатня підтримка від колег, начальства або сім'ї може сприяти емоційному вигоранню; г) конфлікти в робочому середовищі – взаємні конфлікти та несправедливість на роботі можуть призвести до посилення емоційного вигорання (Dewa, Loong, Bonato, Thanh, & Jacobs, 2014)



Експериментальні дослідження проблеми (Schonfeld & Bianchi, 2016) вказують на те, що емоційне вигорання проявляється різними симптомами, які впливають на психічне та фізичне здоров'я людини. Ось деякі з них: постійна втома та відчуття виснаження, навіть після відпочинку; втрата інтересу та задоволення від роботи, що впливає на професійну діяльність; емоційна втрата контролю через підвищену роздратованість, агресивність та схильність до нейротизму; погіршення фізичного здоров'я, яке відбувається через вплив негативних факторів на імунну систему; почуття відчуженості до себе, інших, своєї роботи.

Окремо слід зазначити, що емоційне вигорання може мати серйозний вплив на психічне здоров'я, що часто співвідноситься із збільшеним ризиком розвитку депресії, тривожних розладів та інших психічних проблем. Особи, які зіштовхуються з проблемою емоційного вигорання, можуть відчувати втрату радості та мотивації, що зумовлює зниження якості їхнього життя та професійної діяльності.

Подолання емоційного вигорання важливо для збереження психічного та фізичного здоров'я. Науковцями у сфері психології (Sek & Nowaczyk, 2015) виокремлено стратегії і підходи, які можуть бути корисними у контексті подолання емоційного вигорання: а) підвищення мотивації на самоактуалізацію: надання пріоритету фізичному і психологічному самопочуттю, збалансованому харчуванню, регулярному фізичному навантаженню і здоровому сну; б) подолання стресу: використання методів управління стресом, таких як медитація, глибоке дихання, психологічна релаксація; в) підтримка та спілкування: обмін своїми емоціями з близькими людьми або фахівцем, який може надати психологічну допомогу; г) зміна робочого середовища: можливість зміни умов професійної діяльності, скорочення годин або перерозподілу відповідальності; д) саморефлексія та саморозвиток: визначення власних цілей і цінностей, а також розгляд можливостей для саморозвитку.

**Висновки.** Емоційне вигорання – це психологічний стан, який характеризується виснаженням і втратою інтересу до різних видів діяльності, що відбувається внаслідок тривалого стресу та надмірної емоційної напруги. Розуміння причин і симптомів емоційного вигорання дає змогу розробити стратегії для подолання та попередження цього стану, серед них: підвищення мотивації до самоактуалізації; використання методів управління стресом; обмін своїми емоціями з близькими; зміна умов професійної діяльності;

акцентування уваги на саморефлексії та саморозвитку. Надання пріоритету психічному здоров'ю та пошук підтримки є важливими чинниками в покращенні фізичного та психічного самопочуття осіб, які зіштовхуються з цією проблемою.

#### **Список використаних джерел**

1. Schonfeld I.S., & Bianchi R. (2016). Burnout and depression: two entities or one? *Journal of clinical psychology*, 72 (1), 22–37.
2. Dewa C.S., Loong D., Bonato S., Thanh N.X., & Jacobs P. (2014). How does burnout affect physician productivity? *A systematic literature review. BMC health services research*, 14 (1), 325.
3. Sek, H., & Nowaczyk, M. (2015). Work-related stress and burnout in physiotherapists – a literature review. *Physiotherapy*, 101 (2), 946–954.

# СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ, ПСИХОЛОГІЯ СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ

**Dr hab. Marek Paluch, prof. UR**

Uniwersytet Rzeszowski,  
Kolegium Nauk Społecznych, Instytut Pedagogiki,  
Rzeszow, Polska

**Dr Radosław Malikowski**

Uniwersytet Rzeszowski,  
Kolegium Nauk Społecznych, Instytut Pedagogiki,  
Rzeszow, Polska

## ZAGADNIENIA ETYCZNE W PRACY SOCJALNEJ

Termin etyka według Encyklopedii Powszechnej PWN ma następujące znaczenie: «ogół ocen i norm moralnych przyjętych w danej zbiorowości społecznej (społeczeństwie, klasie lub grupie społecznej, środowisku) w określonej epoce historycznej; synonim moralności». Nauka o moralności według tradycji filozoficznej jest dyscypliną nauki rozpatrywaną w aspekcie normatywnym (tzw. etyka normatywna lub etyka właściwa) i opisowo-wyjaśniającym (tzw. etyka opisowa lub etologia) [1].

Problemy i zagadnienia etyczne są bardzo złożone tym bardziej jeżeli odniesiemy je do określonej działalności społecznej. Praca socjalna we współczesnym świecie staje się zawodem, który wymaga wysokich kwalifikacji i umiejętności oraz przestrzegania w pracy z ludźmi odpowiednich wartości i etyki zawodu. W skład pracy socjalnej i jej zainteresowań należy wymienić psychologię, socjologię, kulturoznawstwo itp., natomiast dziedziny, w których pracownicy socjalni pracują to różnego typu doradztwo i poradnictwo w zakresie małżeństwa i rodziny, szkoły, rehabilitacji, narkomanii, prostytucji, opieki nad dzieckiem itp.

Wiedza jaką przekazuje się przyszłym absolwentom pracy socjalnej wymaga popularyzowania szeroko rozumianych elementów etyki, umiejętności i postaw dotyczących człowieka i jego społecznego funkcjonowania, niesienie pomocy ludziom z problemami osobistymi i społecznymi. Cały proces kształcenia jak i pracy pracownika socjalnego musi być oparty na realiach, w których żyją podopieczni i klienci. Musi zawierać ramy dopuszczalnych granic w kontekście norm, zasad, wartości. Należy wprowadzić zmiany w jednostce, grupie i społeczności zgodne z obowiązującymi w danym środowisku społecznym i które są zgodne z zasadami demokratycznymi w których to systemie funkcjonują. Działania te

winne mieć charakter prospołeczny.

Kamiński A. pisze, że «poczynania socjalne mają zarówno uzupełniać potrzeby bytowe ludzi, jak i wzmacniać szanse rozwojowe szerszych rzesz, którym udostępnia się odpowiednie urządzenia i usługi – także z zakresu kultury», [2, s.15]. Przytoczona teza wskazuje na to, że działania socjalne zmierzają do wielowymiarowych kierunków zaspokajania potrzeb społecznych, socjalno-bytowych i wychowawczych. W każdym z wymienionych elementów należy wykorzystywać podejście etyczno-aksjologiczne.

Wiele uwagi należy w tym zakresie poświęcić również określeniu moralności. Moralność – to «zjawisko społeczne, każdorazowo ukształtowane w określonym społeczeństwie, którego zadaniem jest regulacja stosunków między poszczególnymi jednostkami a grupami społecznymi. Moralność ta faktycznie funkcjonuje w społeczeństwie, poglądy i przekonania znajdują swój odpowiednik w postawach ludzkich wobec innych, w ich postępowaniu i współżyciu» [3, s.167-168].

Grzybek G. w publikacji pt. «Etyka rozwoju a wychowanie» stwierdza, że: «Doskonalenie człowieka zasadniczo dokonuje się w spotkaniu z drugą osobą... Moralna natura człowieka stanowi podłoże społecznego charakteru jego działania. Przyjmując społeczny charakter człowieka, należy wskazać na dwa aspekty: konieczność udziału w życiu społecznym dla rozwoju i zabezpieczenia egzystencji człowieka; niezbędność człowieka dla istnienia i twórczej działalności społeczności ludzkiej» [4, s.13]. Pracownicy socjalni realizować winni funkcje, które Pawlicka J. określa jako:

- mobilizującą, polegającą na niesieniu dobra i przeciwstawienie się zła – osiągnąć to można za pomocą wrażliwości człowieka i wpływania na jego świadomość,
- zabezpieczającą, funkcja ta wyrasta i ujawnia się z kontaktów społecznych, jednak konflikt społeczny nie przekształca się w konflikt moralny,
- przedmiotową, która wyraża się w tym, że stanowią one treść najogólniejszych norm moralnych a także sądów etycznych [5, s.58-59].

Należy podkreślić, iż wszelkie wartości moralne pełnią istotną funkcję w regulowaniu zachowań ludzkich.

Do ważnych kwestii etycznych pracowników socjalnych można zaliczyć:

- przestrzeganie poufności na poziomie pracownik socjalny-klient,
- współpraca z klientem (do czasu kiedy nie popełnione zostanie przestępstwo czy nadużycie), współpraca z instytucjami prewencyjnymi w celu wszczęcia czynności wyjaśniających,

- uzyskanie od klienta zgody, która oznacza, że klient rozumie procedury, które będą (wdrażane) stosowane.

Należy również podkreślić, że każda relacja pracownika socjalnego z klientem składa się z trzech zasadniczych części:

- ustalenia umowy dotyczącej celu i zakresu usług,
- udzielania pomocy w różnych jej formach,
- z zakończenia działań i oceny (ewaluacja).

Również Sęk H. podkreśla, że w procesie pomagania klientowi należy szczególną uwagę poświęcić zasadom:

- zasada podmiotowości klienta (bezwarunkowa akceptacja klienta jako osoby, otwartości i tolerancji na jego inność i indywidualność),
- zasada poszanowania prywatności (nie naruszać intymności klienta i nie wkraczać w sfery, które klient chce chronić – zakres ingerencji w cudze życie i problemy jest wyznaczony przez samego klienta,
- zasada zwiększania zakresu samodzielnych decyzji klienta,
- zasada zachowania tajemnicy zawodowej [6, s.139-153].

Prezentowane wyżej zasady dotyczą zakresu działań etycznych psychologów jednak również pracownik socjalny winien realizować wymienione zasady. Problematyka aksjologiczna i aspekty etyczne pracowników socjalnych zależą również od przyjętych w danej zbiorowości norm moralnych. Zalecenia etyczne i moralne zawarte są w dyrektywach określonych jako kodeks etyczny. Kodeks taki określa co wolno czynić pracownikowi socjalnemu w jego roli zawodowej [7, s.187].

W niniejszym tekście zasygnalizowano tylko niektóre problemy dotyczące aksjologiczno-etycznego postępowania i umiejętności pracownika socjalnego w tym zakresie.

### **Bibliografia**

1. Encyklopedia Powszechna PWN, Warszawa 1987.
2. Kamiński A., Funkcje pedagogiki społecznej, Warszawa 1980.
3. Mały słownik etyczny, (red.) Jedynak S., Bydgoszcz 1999.
4. Grzybek G., Etyka rozwoju a wychowanie, Rzeszów 2010.
5. Pawlicka J., Podstawowe pojęcia etyki, Kraków 1994.
6. Sęk H., Problemy etyczne w kontakcie z pacjentem psychiatrycznym – diagnoza, terapia, profilaktyka [w:] Brzezińska W. J., Poznaniak H. (red.) Etyczne problemy działalności badawczej i praktycznej psychologii, Poznań 1994.
7. Rybczyńska D.A., Olszak-Krzyżanowska B., Aksjologia pracy socjalnej. Wybrane zagadnienia, Warszawa 1995.

**С.С. Посна**

завідувач навчально-методичною лабораторією, викладач,  
відокремлений структурний підрозділ  
«Кам'янець-Подільський фаховий коледж закладу вищої освіти  
«Подільський державний університет»,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ**

Наше суспільство характеризується систематичними соціально-економічними перетвореннями, швидким темпом життя, різноманітністю інформації, що призводить до збільшення навантажень на психоемоційну сферу особистості, але усе це значно ускладнюється, оскільки освітній процес та професійна діяльність здійснюються в умовах воєнного стану. Професія сучасного фахівця є однією з найбільш інтелектуально та емоційно напружених видів діяльності, яка поєднує в собі безліч факторів, що здатні призвести до деформації особистості. Одним з яких є професійний стрес, що негативно відображається на ефективності педагогічної діяльності. Саме тому однією із професійно важливих якостей особистості педагога – здатність чинити опір стресовим ситуаціям, або стресостійкість. Сьогодні для соціального розвитку властиві значні зміни в суспільно-політичному, економічному і духовному житті суспільства, внаслідок виникають тенденції позитивного та негативного характеру. Одним із аспектів цієї проблеми постає завдання підвищення якості підготовки майбутніх фахівців соціономічних професій на загальних принципах гуманізації особистісно-орієнтованої освіти з урахуванням особистісного потенціалу студентів.

На сучасному етапі розвитку система освіти в нашій країні зазнала якісного оновлення (зміна пріоритетів, ціннісних орієнтацій, інтенсивність нововведень, зростання самостійності освітніх установ та ін.) та можливість виживання в умовах воєнного стану. Це передбачає постійну мобілізацію власних ресурсів працівників освіти різних закладів освіти. Але щоденно вирішуючи цілу низку різних професійних завдань в умовах війни, нестачі часу та інформації, постійного контакту з людьми, педагог зазнає чималих емоційних та

енергетичних затрат. У зв'язку з цим підвищується потреба у вивченні психологічних особливостей стресостійкості педагога. Сучасний соціально-політичний стан в Україні, технологічний процес, екологічні умови життя людини нерідко призводять до виникнення синдрому розумово-емоційного напруження, а точніше кажучи, стресу. Найбільше стресовим ситуаціям піддаються люди, які працюють в інтелектуальній сфері, оскільки саме розумове напруження стає причиною стресу. Беззаперечно, професія педагога вимагає значного інтелектуального напруження з метою найкращого викладання навчального матеріалу, яке, у свою чергу, може спричинити стресову ситуацію. Щодня, використовуючи свій розумовий та інтелектуальний потенціал, педагог повинен вміти працювати з цілим групою здобувачів вищої освіти, класом учнів, зацікавити їх слухати, навчатись і засвоювати потрібну й корисну інформацію.

Неврахування особистісних якостей як основного фактору професійної придатності здобувачів вищої освіти під час навчання у ЗВО призводить до того, що по закінченні навчання у ЗВО молоді фахівці демонструють відсутність емпатії, терпіння, доброзичливості, толерантності й переносять інколи власні особистісні проблеми на виробничий процес. У результаті професійна діяльність такого фахівця складається не вдало і призводить до виникнення кризи особистісного розвитку. У працях дослідників Б.Г. Ананьєва, В.С. Мерліна, К.К. Платонова, О.Ф. Бондаренка, С.Д. Максименка, Н.В. Чепелевої, Б.О. Федоришина, Л.А. Онуфрієвої, В.В. Рибалки, М.В. Савчина та ін. прослідковується дослідження відповідності особистості до вимог певної професії (Онуфрієва, 2020).

Професійна придатність особистості фахівця розглядається у науковій літературі як сукупність особистісних якостей людини, які впливають на успішність засвоєння професійних знань й ефективність здійснення трудової діяльності (Onufriieva, 2017). Дослідники В.О. Бодров, Є.О. Клімов, Б.Ф. Ломов, К.К. Платонов, В.Д. Шадріков, Б.О. Федоришин, В.В. Рибалка, П.С. Перепелиця розглядають професійну придатність фахівця, і стверджують, що сучасний підхід до розуміння професійної придатності фахівця полягає у визначенні професійно важливих якостей особистості спеціаліста, виявленні реального рівня їх вираженості, а це є необхідною умовою прогнозування успішності професійної діяльності, а також, що інколи одна частина професійно важливих якостей може розвиватися і вдосконалюватися у процесі професійної освіти та діяльності, а інша

частина, через обмеженість можливостей свого розвитку, може спричинювати низьку ефективність професійної успішності та виступати чинником особистісної непридатності до оволодіння певною спеціальністю (Онуфрієва, 2020).

Дослідники В.О. Бодров, В.П. Зінченко, Є.О. Клімов, Б.В. Кулагін, Н.В. Макаренко, Є.О. Мілерян, Б.О. Пухов, П.С. Перепелиця та ін. розглядають виявлення ступеня придатності особистості до певного виду діяльності як основне із завдань профвідбору, що уможливорює розробку і обґрунтування адекватних методів для отримання випереджувальної інформації щодо успішності майбутньої професійної діяльності фахівця. Зазначене завдання визначення рівня професійної придатності фахівця базується на основі таких підходів (О.О. Бодальов, К.М. Гуревич, А.О. Деркач, А.А. Крилов, Н.В. Макаренко, В.А. Пухов та ін.). Дослідники, аналізуючи вимоги професії до особистості фахівця соціономічних спеціальностей, висловлюють різні точки зору стосовно важливості тих чи інших індивідуально-психологічних особливостей і вважають, що значна частина професійно важливих рис та якостей майбутнього фахівця може бути сформована або удосконалена упродовж навчання у ЗВО та у подальшій професійній діяльності. Проте є несприятливі для професійної діяльності якості, можливості формування і розвитку яких під час навчання обмежені, що потім визначає низьку ефективність професійної діяльності, надмірне перевантаження і перенапруження особистості та значну кількість професійних помилок у подальшій діяльності в сфері взаємодії «людина-людина» (Онуфрієва, 2017).

Саме тому підготовка майбутніх фахівців соціономічних професій повинна орієнтуватись на поетапне оволодіння професійно значущими якостями з урахуванням поступового ускладнення психологічної інформації росту можливостей її творчого самоусвідомлення і подальшого використання у професійній діяльності.

Важливим критерієм професійної придатності багато вчених визначають емпатію як професійно важливу властивість для фахівця, а інтелект забезпечує ефективний аналіз рис та якостей особистості, дає змогу долати стереотипи (як особистісні, так і професійні), є центральним механізмом розуміння поведінки інших людей. Усе це уможливорює зазначити рекомендації щодо шляхів урахування особистісної професійної придатності студентів при розробці єдиної державної системи вимог до підготовки майбутніх фахівців; доцільності запровадження програми психодіагностики та розвитку



особистісної придатності абітурієнтів з метою ефективного профвідбору й своєчасної професійної переорієнтації.

**Висновки.** Важливим є урахування соціально-психологічних особливостей освітнього процесу, вчасного виявлення, розгляду та вирішення актуальних проблем сучасної психології в умовах воєнного стану, особистісного потенціалу науково-педагогічних працівників, педагогів, абітурієнтів і здобувачів вищої освіти відповідно до вимог майбутньої професії, розпочинаючи зі вступу до ЗВО і під час здобуття професії задля успішної підготовки майбутнього спеціаліста.

#### **Список використаних джерел**

1. Онуфрієва Л.А. Розвиток професіоналізму майбутніх фахівців соціономічних професій: соціально-психологічний вимір : монографія. Київ : Видавець Бихун В.Ю., 2020. 320 с.

2. Onufriieva, L.A. The Psychology of Professional Realization of a Future Specialist's Personality: Theoretical and Methodological Aspect. Monograph. BonusLiber: Rzeszów, 2017. 194 s.

#### **Н.С. Славіна**

кандидат психологічних наук, доцент,

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

#### **Н.В. Антохова**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

### **АНАЛІЗ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ПРОЯВІВ В ОСІБ, ЯКІ БРАЛИ УЧАСТЬ У БОЙОВИХ ДІЯХ**

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – це неспокійна відстрочена реакція на травматичний стрес, здатна викликати психічні порушення. Для виникнення ПТСР необхідно, щоб людина випробувала дію стресора, який виходить за рамки звичайного людського досвіду і здатного викликати дистрес. До такого роду стресорів і відносяться: серйозна загроза для життя або фізичної цілісності, вимушене вбивство людини, серйозне фізичне ушкодження (поранення), смерть або каліцтво товариша по службі. Вплив такого екстремального стресора призводить до маніфестації ПТСР.

До основних симптомів синдрому ПТСР відносяться:

- порушення сну;
- патологічні спогади (нав'язливий повернення);
- нездатність згадати - амнезія на деякі події (уникнення);
- надчутливість (підвищена пильність);
- зверх збудження (неадекватна зверх мобілізація).

До вторинних симптомів ПТСР відносять: депресію, тривогу, імпульсивну поведінку, алкоголізм, соматичні проблеми, порушення Его-функціонування тощо [8].

Єдиної теорії патогенезу посттравматичних стресових розладів немає. Тому багато дослідників і клініцистів, ґрунтуючись на різних гіпотезах, запропонували різні психологічні й інші моделі: психодинамічну, когнітивну, психосоціальну, психобіологічну, умовно-рефлекторну і, розроблену в останні роки, мультифакторну модель ПТСР. Також цікаві підходи до розуміння сутності ПТСР з урахуванням психоаналізу, трансової і диссоціативної теорії, гіпотези про травматичний імпринт, теорії формування патологічних асоціативних емоційних мереж. Так, об'єднуючи в собі основні концепції, розроблений психосоціальний підхід, де вводиться вплив зовнішнього середовища на виникнення ПТСР. Ця модель реагування на травму також є багатофакторною і враховує вагу кожного фактору у розвитку реакції на стрес. У ній виділені такі соціальні фактори, що впливають на успішність адаптації потерпілих від психічної травми, як: відсутність фізичних наслідків травми, міцне фінансове становище, збереження колишнього соціального статусу, фактор соціальної підтримки з боку суспільства й значимий фактор впливу близьких людей.

Психологічні наслідки участі в бойових діях призводять до того, що в умовах вже мирного часу, через підвищене почуття справедливості, підвищену тривожності, «вибухові» реакції, що періодично виникають, депресивні стани, у ветеранів порушується соціальна взаємодія, виникають сімейні та проблеми з працевлаштуванням. У таких людей втрачається інтерес до суспільного життя, знижується їх активність при вирішенні життєво важливих проблем.

Досвід спілки ветеранів показує, що якщо не надавати своєчасну психологічну підтримку, без індивідуального підходу, реадаптаційних заходів, їх інтеграція в сучасне суспільство практично не можлива. Особливо якщо це стосується інвалідів, які обмежені в своїх фізичних можливостях і, як правило, замкнуті і обмежені в спілкуванні, ізольовані від суспільних відносин. Часом дуже важко розговорити

таких людей (спочатку вони цьому дуже пручаються), організувати їм спілкування з іншими ветеранами, але якщо це вдається, то результати не змушують на себе чекати. Так, величезний вплив справляють на подальшу долю інваліда особистий приклад і досвід таких же інвалідів як і він сам, але більш активних, адаптованих. І коли відбуваються спільні зустрічі соціально-активних людей з пасивними, то і в других теж починає змінюватися світогляд: «ще не все втрачено, ще варто жити, можна займатися якоюсь корисною справою» тощо. А якщо ще й є можливість виявити спрямованість і інтереси ветерана й надати посильну допомогу в його зайнятості, прагненнях, то людина кардинально змінюється – немов «оживає».

У ході соціальної взаємодії ветерану набагато легше розкритися, виговоритися, переробити свій військовий досвід, отримати післявоєнний досвід інших таких же як і він ветеранів і, спільними зусиллями, вирішити свої соціальні та психологічні проблеми. А значить якісно поліпшити свій стан і своє життя, переосмислити прожите і знайти перспективи в майбутньому.

Підводячи підсумки, можемо говорити, що пов'язані зі стресом під час військових дій психічні розлади є одним з головних внутрішніх бар'єрів на шляху адаптації ветеранів до звичайного життя. Після повернення до мирних обставин на вже наявні, пов'язані з війною ПТСР, нашаровуються нові розлади, зумовлені стресами, пов'язаними з соціальною дезадаптацією. Ветерани підходять до мирного життя з фронтовими мірками і переносять військовий спосіб поведінки на мирний ґрунт; у них особливим чином з'єднуються способи поведінки, що сформувалися під впливом стрес-факторів бойової обстановки, і колишні (довоєнні). І можна зробити висновок про те, що посттравматичний синдром учасників військових локальних конфліктів є особистісною кризою з усіма властивими їй ознаками, а, значить, як і будь-яка психологічна особистісна криза, потребує корекції, терапії.

На думку низки фахівців, повне позбавлення від ПТСР неможливо, його ознаки мають тенденцію не тільки зберігатися тривалий час і наростати, а й виявлятися раптово на тлі зовнішнього благополуччя. Психотравма руйнує когнітивні Я-схеми і звичний погляд на світ. Відтворення зруйнованого буває хворобливим, тому ефективними у роботі з ветеранами можуть виявитися різні рівні психотерапевтичних технік: вислуховування, консультування, короткочасна і довгострокова динамічна психотерапія тощо.

**Висновки.** Стан ветерана можна поліпшити тільки за допомогою

системи реабілітаційних заходів, які спрямовані не тільки на корекцію гострих проявів на початковому етапі адаптації, а й на профілактику можливих відстрочених ефектів. Тим більше що проходження ПТСР часто хвилеподібне і практично неможливо прорахувати піки проявів постстресових розладів. У більшості випадків, особливо при комплексному впливі, застосуванні системи спеціальних заходів, спостерігається одужання. Якщо ж пустити процес адаптації (реадаптації) учасників бойових дій на самоплив, то можливий і затяжний перебіг з наростаючою психопатизацією, епізодами антисоціальної поведінки, алкоголізацією, наркотизацією.

### **Список використаних джерел**

1. Газамиши В. Відчуття втрати часу в кризовій ситуації. Пісочна психотерапія. *Практична психологія та соціальна робота*. 2013. №11. С.24–26.
2. Гайдабрус А. В. Комплексний посттравматичний стресовий розлад у учасників бойових дій в зоні операції об'єднаних сил у ракурсі одинадцятої редакції міжнародної класифікації хвороб. *Психіатрія, неврологія та медична психологія*. 2019. Вип. 11. С. 19–24.
3. Іванов Д.А. Психолого-психіатричні аспекти миротворчої діяльності. Психічні розлади у військовослужбовців: клініка, діагностика, лікування, психопрофілактика, реабілітація. Чернівці, 2007. 424 с.

### **Г.В. Роженьок-Богущька (Роженьок)**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **Н.Є. Гоцуляк**  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **АНАЛІЗ РЕЗУЛЬТАТІВ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ГЕНДЕРНИХ СТЕРЕОТИПІВ НА САМОСТАВЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ**

У якості методик було обрано чотири інструменти: «Тест-опитувальник самоствавлення особистості», «Статеворольовий опитувальник «Маскулінність, фемінність і гендерний тип

особистості», «Опитувальник для оцінювання амбівалентного сексизму», «Опитувальник оцінки образів «Я»» та демографічні дані (Щотка, 2019).

Треба зауважити, що кореляційні діапазони для встановлення сили та напрямку використані наступні (частіше зустрічаються в науковій літературі), наявності статистичної значущості  $p < 0,05$ , «-» при оберненому зв'язку та «+» при прямому. Діапазон визначення сили зв'язку: від 0,0 до 0,20 – відсутній зв'язок; від 0,20 до 0,30 – слабкий зв'язок; від 0,30 до 0,5 – середній зв'язок; від 0,5 до 0,8 – сильний зв'язок; від 0,8 – дуже сильний кореляційний зв'язок.

Таблиця 1

**Кореляційна матриця гендерних стереотипів, типів та результатів методики «Я» ідеальне**

Змінні	«Показник сексизму по відношенню до жінок»	«Показник сексизму по відношенню до чоловіків»	Загальний індекс «Фемінність-Маскулінність»
«Оцінка загальної привабливості»	-0,088	-0,100	0,153
«Сила особистості»	0,074	0,064	-0,202
«Емоційність»	0,146	0,045	-0,115
«Соціальний статус»	0,098	0,076	0,050
«Залежність»	0,117	0,215	-0,074
«Емпатійність»	<b>0,304*</b>	<b>0,302*</b>	-0,154
«Сучасність»	0,020	-0,060	0,044
«Фемінність»	<b>0,315*</b>	0,125	-0,154
«Маскулінність»	-0,094	-0,146	-0,075
«Андрогінність»	0,086	0,088	-0,121
Примітка: *= $p < 0,05$			

У ході аналізу було виявлено наступні кореляційні зв'язки: за змінною «Показник сексизму по відношенню до жінок» існує прямий середній за силою зв'язок зі змінною «Емпатійність» (0,30); за змінною «Показник сексизму по відношенню до чоловіків» є два прямих середніх за силою зв'язки зі змінною «Емпатійність» (0,30) та та «Фемінність» (0,31); за загальним індексом «Фемінність-

Маскулінність» не спостерігаються взаємозв'язки з оцінкою «Я» ідеальне.

Встановлені кореляції дають можливість остаточно прийняти гіпотезу про наявність статистично значущих кореляцій між гендерними стереотипами та амбівалентним сексизмом.

Отже, можна визначити, що показник амбівалентного сексизму залежить від показнику емпатійності. Так при вищому значенні емпатійності росте ризику наявності амбівалентного сексизму і навпаки.

Таблиця 2

**Кореляційна матриця самоствавлення та гендерні стереотипи**

<b>Змінні</b>	<b>«Показник сексизму по відношенню до жінок»</b>	<b>«Показник сексизму по відношенню до чоловіків»</b>
«Інтегральна шкала самоствавлення»	0.089	-0.014
«Самоповага»	0.123	0.031
«Аутосимпатія»	-0.027	-0.030
«Очікування відношення від інших»	-0.003	-0.026
«Самозацікавленість»	0.122	0.001
«Самовпевненність»	0.205	0.116
«Відношення інших»	0.003	0.019
«Самоприйняття»	-0.114	-0.101
«Самопослідованість (самокерування)»	0.096	-0.028
«Самозвинувачення»	0.094	-0.059
«Самоінтерес»	0.210	0.075
Примітка: *= $p < 0.05$		

З даних таблиці можна бачити кореляційний аналіз самоствавлення з гендерними стереотипами. У ході аналізу не було встановлено статистично значущих кореляцій, що свідчить про відсутність взаємозв'язку. Отже можна прийняти нульову гіпотезу  $H_0$  про відсутність значущого взаємозв'язку Самоствавлення та аспекти самоствавлення зі змінними гендерних упереджень.

Таблиця 3

**Кореляційна матриця самоствавлення та статево-рольових позицій**

Змінні	«Маскулінність»	«Фемінність»	«Загальний індекс»
«Інтегральна шкала самоствавлення»	-0.051	0.175	-0.255
«Самоповага»	-0.051	0.046	-0.088
«Аутосимпатія»	-0.030	0.170	-0.247
«Очікування відношення від інших»	-0.031	0.208	-0.279
Самозацікавленість	0.007	0.246	<b>-0.309*</b>
«Самовпевненість»	-0.117	0.032	-0.102
«Відношення інших»	-0.092	0.094	-0.153
«Самоприйняття»	-0.084	0.019	-0.080
«Самопослідованість (самокерування)»	-0.006	0.078	-0.091
«Самозвинувачення»	0.040	0.266	<b>-0.338*</b>
«Самоінтерес»	0.114	<b>0.419*</b>	<b>-0.481*</b>
Примітка: *= $p < 0.05$			

У ході аналізу було встановлено декілька статистично значущих відмінностей: змінна «Фемінність» має середній за силою взаємозв'язок з змінною «Самоінтерес» 0,419; змінна «Загальний індекс» має обернений середній за силою взаємозв'язок «Самозацікавленість» (-0.309), «Самозвинувачення» (-0.338), «Самоінтерес» (-0.481).

Отже можна стверджувати, що вищі значення по фемінності будуть вказувати на вищі значення за показниками «Самоінтерес», «Самозацікавленість», «Самоінтерес». На основі результатів кореляційного аналізу приймається альтернативна гіпотеза щодо наявних статистично значущих кореляцій між статево-рольових та самоствавлення.

У ході проведення кореляційного аналізу змінних гендерних стереотипів та самоствавлення було виявлено ряд статистично значущих кореляцій: змінна «Оцінка загальної привабливості» корелює середньо негативно зі шкалами «Інтегральна шкала» (-0,37), «Самоповага» (-0,43\*), «Аутосимпатія» (-0,28), «Очікування відношення від інших» (-0,32), «Самопослідованість» (-0,35),

«Самозвинувачення» (-0,43); за змінною «Сила особистості» можна бачити, що є значуща обернена середня. За силою кореляція з змінною «Очікування відношення від інших» (-0,35). Також подібна кореляція присутня зі шкалою «Залежність» (-0,35); за змінною «Андрогінність» є декілька обернених середніх за силою зв'язків, а саме «Інтегральна шкала» (-0,33), «Самоповага» (-0,37), «Очікування відношення від інших» (-0,31), «Самовпевненність» (-0,34), «Самопослідованість (самокерування)» (-0,26), «Самозвинувачення» (-0,29).

Таблиця 4

**Кореляційна матриця гендерних стереотипи з  
самостваленням**

Змінні	Оцінка загальної привабливості	Сила особистості	Емоційність	Соціальний статус	Залежність	Емпатійність	Сучасність	Фемінінність	Маскуліність	Андрогінність
Інтегральна шкала	<b>-0.37*</b>	<b>0.24*</b>	-0.08	-0.14	-0.09	0.00	-0.20	0.16	-0.03	<b>-0.33*</b>
Самоповага	<b>-0.43*</b>	-0.21	-0.09	-0.09	-0.05	-0.04	-0.18	0.17	0.03	<b>-0.37*</b>
Аутосимпатія	<b>-0.28*</b>	0.03	-0.02	-0.09	-0.03	-0.01	-0.04	0.16	0.07	-0.22
Очікування відношення від інших	<b>-0.32*</b>	<b>0.35*</b>	-0.03	<b>0.38*</b>	<b>0.35*</b>	-0.09	-0.25	0.19	-0.15	<b>-0.31*</b>
Самозацікавленість	-0.04	-0.14	-0.16	-0.15	-0.14	0.10	-0.14	0.20	-0.03	-0.17
Самовпевненність	-0.34	-0.19	-0.01	-0.12	-0.07	-0.01	-0.23	0.09	-0.00	<b>-0.34*</b>
Відношення інших	-0.07	-0.14	-0.10	-0.13	-0.24	0.17	-0.05	0.21	-0.13	-0.15
Самоприйняття	-0.12	-0.10	-0.06	-0.09	-0.00	0.00	-0.11	0.13	-0.05	-0.16
Самопослідованість (самокерування)	<b>-0.35*</b>	-0.21	-0.07	-0.04	-0.05	-0.13	-0.12	0.24	0.09	<b>-0.26*</b>
Самозвинувачення	<b>-0.43*</b>	0.07	0.00	-0.13	-0.13	-0.08	-0.07	0.16	0.04	<b>-0.29*</b>

Примітка: \*= $p < 0.05$

**Висновки.** Встановлено наявність статистично значущих взаємозв'язків із самостваленням з гендерними стереотипами та підтверджено альтернативну гіпотезу.



## Список використаних джерел

1. Гендерна психологія : навч.-метод. посіб. для здобувачів другої (магістерської) вищої освіти за спеціальністю 053 Психологія. Харків : Друкарня Мадрид, 2021. 155 с.
2. Щотка О.В. Гендерна психологія: навч. посіб. Ніжин: Видавець ПП Лисенко М.М., 2019. 358 с.

### Г.С. Спринська

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **О.В. Гудима**  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СХИЛЬНОСТІ ДО ЩИРОСТІ У СТУДЕНТІВ

У наш час люди все більше віддаляються одне від одного, відчувають себе самотніми, менше довіряють і, як наслідок, є менш щирими у своєму ставленні до себе та до оточення і те саме отримують від цього оточення. Саме в умовах конкуренції на ринку питання щирості персоналу стає все актуальнішим; проблема продуктивної та непродуктивної поведінки працівників все більше цікавить працедавців, що є основою для її вивчення загалом та вивчення питання схильності до щирості зокрема, як складової продуктивної поведінки. Щодо наукового напрацювання стосовно проблем щирості, то їх дослідженням у психології практично не займалися: вивчали обман, брехню, правду, тощо. Але не ставили питання про те, що ж впливає на формування такої риси як схильність до щирості – щирості у стосунках, у спілкуванні та стосовно себе самого. Тобто, усіх дослідників цікавило, що впливає на формування такої риси як схильність до брехні, як запобігти наслідкам брехні, а не те, як сформуванню в людини такої риси як схильність до щирості, щоб вона могла легко адаптуватись до середовища, не використовуючи обман у стосунках з оточуючими. Найближчими до вивчення питань щирості

були екзистенційні та гуманістичні психологи, які розглядали її як автентичність або конгруентність.

Мета дослідження полягає у визначенні того, які саме соціальні та психологічні чинники пов'язані із такою рисою як схильність до щирості.

Для досягнення даної мети, необхідно виконати наступні завдання: проаналізувати літературні джерела, що стосуються теми схильності до щирості; виявити рівень щирості у студентів та з'ясувати який із них переважає – низький, високий чи середній; дослідити, які саме психологічні особливості, характеристики корелюють зі схильністю людини до щирості; простежити, які соціальні фактори пов'язані зі схильністю людини до щирості.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали такі наукові положення: теорія трансактного аналізу (Е. Берн), концепція емоційної компетентності (Д. Гоулман), праці у сфері системної соціології (А. Давидов), концепція суб'єктивної реальності (Д. Дубровський), теорія розпізнавання брехні (П. Екман), праці у сфері психології розуміння (В. Знаков), праці у сфері психології лідерства (М. Кетс де Вріс), концепція самоактуалізації (А. Маслоу), модель емоційного інтелекту (Дж. Мейєр), концепція закону конгруентності (К. Роджерс), діяльнісна теорія (С. Рубінштейн), концепція здорового суспільства (Е. Фромма), концепція самоактуалізації (Е. Шострома) та ін.

Методи та методики використані у дослідженні: теоретичний аналіз і систематизація науково-теоретичних та методичних джерел; організаційні методи (метод порівняння та поперечного зрізу); емпіричні методи (стандартизовані та проєктивні методики, спостереження, бесіди), методи математичної статистики, пакет STATISTICA 8.0. Методика діагностики самооцінки мотивації схвалення (Д. Марлоу, Д. Краун); Шкала брехні із опитувальника PEN (Г. Айзенк); Опитувальник «Дослідження психологічної структури темпераменту» (Б. Смірнов); Методика дослідження рівня суб'єктивного контролю (Дж. Роттер); Методика діагностики спрямованості особистості на мотивацію досягнення успіху (Т. Елерс); Методика діагностики особистості на мотивацію уникнення невдач (Т. Елерс); Методика «Копінг-тест» (Р. Лазарус, С. Фолкман); Методика дослідження емоційного інтелекту (Н. Холл); САТ (Ю. Альошина, Л. Гозман, М. Загіка, М. Кроз).

База дослідження. Дослідження проводилось упродовж лютого – травня 2023 року. Група досліджуваних складалась із 80 студентів,

серед яких 17 чоловіків та 63 жінки: 40 із них здобувають другу вищу освіту, 40 – навчаються на останніх курсах (5-6 курс) у вищих навчальних закладах, або рік тому закінчили вищий навчальний заклад. Дослідження проводилось на базі Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича, Буковинського державного медичного університету, Буковинського університету (м. Чернівці).

Результати проведеного емпіричного дослідження виявились наступними: гіпотеза перша про те, що студенти з інтернальним типом локус-контролю схильні до щирості, не підтвердилась, адже у студентів із високим рівнем щирості виявився екстернальний тип локус-контролю. Друга гіпотеза стосовно того, що студенти із вищими показниками мотивації досягнення успіху, є схильними до щирості, на відміну від студентів із нижчими показниками мотивації досягнення успіху, підтвердилась за результатами порівняльного аналізу. Третя гіпотеза про те, що студенти, які схильні до щирості, переважно використовують продуктивні копінг-стратегії, не підтвердилась. Виявилось, що схильні до щирості студенти, частіше застосовують непродуктивні копінг-стратегії для подолання стресу. Четверта гіпотеза про те, що студенти із вищими показниками емоційного інтелекту не схильні до щирості, підтвердилась, адже ті, хто мав вищий загальний показник емоційного інтелекту, мали і вищі показники мотивації схвалення.

Великий відсоток результатів дослідження можна пов'язати з феноменом емоційного інтелекту: показники емоційного інтелекту є вищими у людей не схильних до щирості, свої емоції та емоції оточуючих вони розуміють добре і так само добре контролюють власну поведінку, тому не завжди є щирими у спілкуванні з іншими і зокрема в умовах ситуації дослідження. Тобто, щирість у них є ситуативно зумовленою. Схильні до щирості студенти мають нижчі показники емоційного інтелекту, вищі показники емоційної збудливості, чим і спричинена їхня схильність до щирої поведінки.

У людей із вищими показниками емоційного інтелекту краще розвинуте почуття рефлексивної правди, тому вони не завжди є щирими, бо ставлять собі запитання, чи можна сказати людині болючу правду, і як би вони почували себе на її місці? Виникає почуття провини, тому вони рідше говорять правду. Ці ознаки притаманні особам з інтернальним типом локус-контролю, а під час дослідження виявилось, що інтернальний тип локус-контролю мають студенти, які не є схильними до щирості.

Емпірична модель досліджуваного явища є наступною: студентам, що схильні до щирості, властиві вищі показники емоційної збудливості та мотивації досягнення успіху, нижчі показники мотивації схвалення та емоційного інтелекту, нездатність жити лише теперішнім моментом без огляду на минуле і майбутнє, сприймання природи людини як загалом негативної, екстернальний тип локус-контролю та схильність до використання непродуктивних копінг-стратегій для подолання стресу.

**Висновки.** Поняття щирості є суперечливим і пов'язаним із різними соціально-психологічними характеристиками; слід зауважити, що схильність до щирості в більшості випадків ситуативно зумовлена. Її важко виміряти, але незважаючи на це, певні суттєві зв'язки між психологічними характеристиками і схильністю до щирості все ж вдалось виявити. Щирість не можна розглядати як антипод брехні, тому досліджувана тема є перспективною в плані практичних досліджень із подальшим виявленням соціальних і психологічних корелятив такої здатності як схильність до щирості.

**А.В. Чумак**

аспірант кафедри педагогічної та вікової психології,  
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара,  
Дніпро, Україна

## **РЕПРЕЗЕНТАЦІЯ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ ВІЙНИ ЛІНГВІСТИЧНИМИ ЗАСОБАМИ**

Одним із найважливіших завдань для сучасної психологічної науки постає проблема дослідження факторів та механізмів реалізації певних форм мовленнєвої поведінки у міжособистісному спілкуванні. Вивчення психологічних детермінант, що визначають вибір того чи іншого висловлювання у комунікативному процесі, а також засобів його реалізації є актуальною проблемою сьогодення. Зокрема, під час російсько-української війни серед українського народу підсилилось застосування ненормативної лексики, з'явилися нові лексичні тенденції, поширилися інвективні патріотичні гасла, відбувається модифікація національного дискурсу.

Загальновідомо, що війна є колективною травмою, яка позначається на різних сферах життєдіяльності людини, у тому числі і на мовленнєвій поведінці. Саме через мовлення ми репрезентуємо

об'єктивну дійсність, свою життєву історію, Я-образ, ціннісні орієнтири, інтенції, віддзеркалюємо свій внутрішній стан та переживання.

Українські автори зазначають, що рисою колективної травми є не число травмованих, а те, що крім безпосередніх учасників вона зачіпає людей, які прямо не причетні до травмуючих подій, іноді охоплюючи все суспільство [1]. Про травматичний досвід, обумовлений війною, можуть свідчити наступні маркери мовленнєвої поведінки українців:

- широке використання деформованих русизмів;
- публікація популярних виразів у соціальних мережах, написаних ломаною російською;
- поява нових лексичних одиниць у мовленні (наприклад: шляхом злиття двох іншомовних слів *раша* та *фашисти* утворилася лексема *рашисти*);
- розповсюдження пародійно відтворених російськомовних висловлювань (*патєрь нєт, всьо за планом*);
- поява моди на слова-паролі (*паляниця, полуниця, Укрзалізниця*), які можуть вимовити лише українці;
- поява емоційно забарвлених слів для позначення ворога (*орки, Мордор, бункерний дід*);
- надмірне застосування нецензурної лексики, поширення різноманітної атрибутики (чашок, футболок, марок тощо) та патріотичних гасел з її елементами [4].

Більшість українських вчених сходяться у думці про те, що гасло-інвектива (від. лат. *Invective* – образливі слова, лихослів'я, непристойні жести) «*Руський воєнний корабль іди на...*» стала фразою-символом боротьби нашого народу проти російської агресії, гаслом непереможності духу та об'єднання українців проти спільного ворога. З цієї причини даний вираз не сприймається, як недоречний або непристойний [4]. Як зазначає Н.О. Москаленко, схожа мовленнєва реакція відбувалася у 2014 році, коли український дискурс зазнав змін та почав містити елементи нецензурних висловлювань, обережно закодованих в абревіатуру (наприклад, *ПТН ПНХ*). Такий мовленнєвий жест не розповсюдився у медіапростір, але, на думку вченого, набув національної конотації супротиву ворогові, ставши мовленнєвим кодом [2]. Отже, поширення ненормативної лексики під час війни є тимчасовим природнім явищем, що корелює з колективним психологічним станом суспільства, яке регулює мовну норму у часи кризових періодів.

Відомо, що нецензурна лексика має багато функцій: вербалізація образи, зниження статусу опонента, демонстрація своєї переваги над іншими, спроба завдати моральних збитків кривдникам тощо [5]. Але під час війни така лексика починає слугувати інструментом, який дозволяє досягти катартичного ефекту та знизити психоемоційне напруження. Цікавим є те, що в українській мові дуже мало брудних непристойних слів, адже більшість з них були запозичені з російської мови. Серед популярних україномовних еквівалентів табуєваних висловлювань у міжособистісній комунікації стає слово *тряця* (яке буквально трактується, як хворобливий стан – лихоманка). Поряд з цим необхідно пам'ятати, що надмірне застосування нецензурної лексики може перетворитися у небезпечний лінгвопсихологічний простір, у якому ростуть і розвиваються діти та відтворюють моделі поведінки дорослих. Надмірне порушення правил та норм української мови може призвести до занепаду рівня загальної культури в країні.

Незважаючи на те, що у колективній свідомості норми правопису є святиною мови, під час війни порушення правил пунктуації, граматики та навмисне допущення орфографічних помилок перетворюється у художній прийом, інструмент вираження своїх негативних емоцій через вербальну агресію. Як приклад, назву країни-агресора почали писати з маленької букви. Це у свою чергу також яскраво підтверджує трансформацію мовної норми в нашому суспільстві та «легалізацію» того, що раніше було під заборонаю [3].

Дослідники зауважують, що актуалізація під час війни своєрідних мовних паролів (*паляниця, нісенітниця, молодиця та ін.*) слугує не тільки інструментом розпізнавання «своїх» та «чужих», а ще й явищем відродження нашої історії та рідної мови, адже у міжособистісному спілкуванні почали використовуватися слова, які раніше вважалися застарілими і не були такими популярними [2, 3].

Необхідно зазначити, що у період війни українські музичні твори набули великого поширення серед нашого населення та набирають значну кількість прослуховувань в Інтернеті. Серед музичної творчості важливе місце посідає тематика війни. Наприклад, соліст популярного гурту *Бумбокс* Андрій Хливінюк під час повномасштабного вторгнення зі зброєю в руках у центрі Києва наспівав відому пісню *«Ой у лузі червона калина»*, текст якої символічно відображає боротьбу України за незалежність. Наводимо уривок з даної пісні нижче:

*Ой у лузі червона калина похилилася;  
Чогось наша славна Україна зажурилася.*

*А ми тую червону калину підіймемо,  
А ми нашу славу Україну, гей, гей, розвеселимо...*

Відмітимо, що пісні, написані під час війни, мають важливе значення, адже вони консолідують націю, підіймають бойовий дух та створюють емоційний зв'язок між українцями де б вони не перебували: на фронті, за кордоном, в окупації або в інших регіонах країни.

Особистість репрезентує образ-Я, світогляд та світосприйняття за допомогою історій з власного життя. Розповідаючи свою історію, людина представляє і альтернативні варіанти, можливі сценарії розвитку тих чи інших подій. На думку українських науковців, існують певні маркери колективної ідентичності, які представлені у вигляді наративів (колективні наративи про втрату та розпач; колективні наративи жертви; наративи провини та сорому). Колективні наративи можуть бути вигаданими або відповідати реальним травмам, але їх особливість полягає у тому, що вони розцінюються, як правдивий опис історії. Отже такі історії можуть призводити до неможливості розрізняти «факти» та «думки про факти», бути упередженими, спотвореними та представляти власну історію свого життя у певному викривленому світлі. Наприклад, наратив про колективну жертву використовується для пояснення та виправдання злочинів, актів помсти за власні страждання [1].

**Висновки.** Мовленнєва поведінка особистості динамічна, постійно змінюється, і не завжди у позитивний бік. Особливо це простежується у критичні періоди, коли люди емоційно переживають негативні події в країні та власному житті. Під впливом загальнонаціонального стресу, обумовленого повномасштабним вторгненням росії в Україну, актуалізувалася експресивна функція мовлення, відбуваються зміни картини світу та масової свідомості українців, трансформуються наративи та національний дискурс. У період глобального потрясіння, яке випало на долю кожного з нас, ми стали свідками відродження нашої культурної спадщини: українські пісні, літературні твори та фільми стали доволі популярними, а більшість громадян свідомо перейшли з російської на українську мову у повсякденному спілкуванні. З одного боку через мовлення реалізується інтенція супротиву недружньому сусідові. З іншого – відбувається легітимізація ненормативної лексики, деструктивних патернів мовленнєвої поведінки, поширюються небажані зразки міжособистісної комунікації зі сторони громадських діячів, відомих блогерів, музикантів та акторів. Необхідно мінімізувати прояв

деструктивних форм мовленнєвої поведінки та знаходити альтернативні засоби вираження своїх негативних емоцій. Ми маємо ототожнювати себе з високорозвиненою, культурною нацією, яка має свою історію, мову, наукові досягнення і культурні традиції.

#### **Список використаних джерел**

1. Зливков В., Лукомська С., Євдокимова Н., Ліпінська С. Діти і війна: монографія. Київ.-Ніжин : Видавець ПП Лисенко М.М., 2023. 221 с.
2. Москаленко Н.О. Соціолінгвістичні ознаки українського національного дискурсу в умовах війни. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. 2023. Т. 2, № 60. С. 14–15.
3. Скляр О.О. Інвектива і війна. *Науковий вісник Міжнародного гуманітарного університету*. 2022. № 57. С. 71–73.
4. Слис О.А. Експресивна функція як один з важливих чинників зміни української лексики під час війни. *Боголібські читання: матеріали II Міжнар. науково-практ. конф., м. Переяслав, 16 верес. 2022 р. Переяслав, 2022. С. 67–70.*
5. Ставицька Л. Українська мова без табу. Словник нецензурної лексики та її відповідників. Київ : Критика, 2008. 453 с.

#### **О.В. Шевчук**

викладач кафедри цифрових, освітніх та соціо-економічних технологій,  
Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти  
«Кам'янець-Подільський державний інститут»,  
Кам'янець-Подільський, Україна

### **ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ ІДЕНТИЧНОСТІ ТА ВІДНОСИНИ МІЖ ОСОБИСТІЮ ТА СПІЛЬНІСТЮ**

Вплив соціальних мереж на формування ідентичності та відносини між особистістю та спільністю представляє собою актуальну та важливу тему в сучасному світі. З появою і широким поширенням інтернету соціальні мережі стали невід'ємною частиною життя багатьох людей у всьому світі. Ці платформи створюють унікальну можливість для спілкування, обміну інформацією та взаємодії з іншими членами спільноти, навіть на великій відстані.



Використання соціальних мереж суттєво впливає на те, як ми сприймаємо себе та інших, а також на наші взаємовідносини з оточуючими. Ці платформи створюють унікальну можливість для вираження особистої ідентичності, ділення власними думками та поглядами, а також взаємодії з різними культурами та цінностями. Водночас, вони також породжують нові виклики і питання щодо приватності, впливу на психічне здоров'я та якість наших особистих відносин.

Ця тема вимагає уваги та досліджень, оскільки соціальні мережі стають все більш важливим чинником в нашому суспільстві. Вони впливають на формування нашої ідентичності, сприйняття себе та інших, а також на взаємовідносини між особистістю та спільністю. Дослідження впливу соціальних мереж на ці аспекти можуть пролити світло на різні аспекти сучасного життя та внести вагому інформацію у наше розуміння того, як інтернет впливає на нас як індивідів та як члени глобальної спільноти.

Соціальні мережі виникли давно, але здобули популярність завдяки розширенню функціоналу та спрощенню спілкування між користувачами, виводячи їх із чатів, месенджерів та інших комунікаційних засобів. Обмін інформацією, досвідом і спілкування на різні теми у різних форматах є основною психологічною особливістю користувачів соціальних мереж, сприяючи більшій кількості міжособистісних взаємодій в різних форматах.

Однією з основних особливостей є тенденція до участі в емоційно забарвлених дискусіях на актуальні або конфліктні суспільні теми, такі як політика та економіка. Простота спілкування сприяє швидкому набуттю соціального капіталу та формуванню «горизонтальних» зв'язків, де рівність грає важливу роль [2].

Крім того, соціальні мережі впливають на саме суспільство, перетворюючи його. Технологія стає частиною соціальних змін, що відбуваються через взаємодію з нею. Це розширення меж комунікаційних можливостей через технічні коди сприяє демократизації. Соціальні мережі також відзначаються специфічною суб'єктною активністю, яка полягає в створенні або приєднанні до «віртуальних бульбашок» згідно з власними інтересами. Користувачі намагаються слідувати поточним трендам та використовувати специфічну суб'єктну активність у вибраній бульбашці [1].

У соціальних мережах спостерігається переважання реактивних дій над суб'єктними, де користувачі частіше ставлять «лайки» та

коментують чужі дописи, ніж створюють власний контент. Крім того, спілкування може бути атомізованим, де користувачі формують малі групи для обговорення вузьких тем. Соціальні мережі спонукають користувачів до пошуку уваги та підвищення власного статусу через розміщення контенту, який отримує багато «лайків». Вони часто прагнуть бути у центрі уваги для отримання «хвилини слави». Гедоністична поведінка також є типовою для соціальних мереж, де користувачі шукають розважальний контент, участь в емоційно насичених дискусіях та задоволення від активностей у мережі.

**Висновки.** Соціальні мережі суттєво впливають на формування ідентичності та взаємовідносини між особистістю та спільністю. Вони створюють унікальні можливості для вираження особистої ідентичності, спілкування та обміну інформацією, але також постають нові виклики щодо приватності та психічного здоров'я. Дослідження впливу соціальних мереж на ці аспекти є актуальним завданням, оскільки ці платформи стають все важливішим елементом сучасного суспільства та мають значущий вплив на індивідуальний розвиток та взаємодію між користувачами.

#### **Список використаних джерел**

1. Смульсон М.Л., Лотоцька Ю.М., Назар М.М., Дітюк П.П., Коваленко-Кобилянська І.Г. та ін. Інтелектуальний розвиток дорослих у віртуальному освітньому просторі: *монографія*. За ред. М.Л. Смульсон. Київ : Педагогічна думка, 2015. 221 с. URL: <http://lib.iitta.gov.ua/10064>

2. Мещеряков Д.С. Теоретичні підходи до проблем суб'єктності та суб'єктної активності. *Актуальні проблеми психології : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Київ – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2017. Том.2: Психологічна герменевтика. Випуск 10. С. 135–154.

# ЮРИДИЧНА ТА ПОЛІТИЧНА ПСИХОЛОГІЯ

## **В.І. Адамовський**

кандидат історичних наук, доцент,  
доцент кафедри архівознавства, спеціальних історичних  
та правознавчих дисциплін,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **С.В. Семенов**

аспірант кафедри архівознавства, спеціальних історичних  
та правознавчих дисциплін,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ТА ЮРИДИЧНІ НАСЛІДКИ ПРИМУСОВОЇ ДЕПОРТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ ДІТЕЙ**

У конфлікті, що триває з 2014 року між Україною та росією, однією із найтрагічніших сторінок є випадки незаконного переміщення дітей з окупованих територій. Ці дії, які міжнародне співтовариство оцінює як примусову депортацію, тягнуть за собою далекосяжні психологічні та юридичні наслідки.

З моменту анексії Криму росією у 2014 році та подальшої військової агресії на сході України, численні доповіді правозахисних організацій зафіксували випадки, коли українських дітей відокремлювали від їхніх сімей і переміщували на територію Російської Федерації.

Втрата домівки та родинного кола є глибокою травмою для дитини. Такі діти втрачають не тільки фізичний простір безпеки, але й психологічний комфорт, що його забезпечує стабільне сімейне середовище. Це може призвести до хронічних психічних розладів, таких як ПТСР, тривожність, депресія, і навіть до суїцидальної поведінки. Психологи зазначають, що наслідки таких травм можуть проявлятися не відразу, а через роки, ускладнюючи процес діагностики та лікування.

З особистих історій рідних і деталей, отриманих та досліджених Українською Гельсінською спілкою з прав людини (УГСПЛ), видно, що проблема має багатовимірний характер: від юридичних прогалин до психологічних наслідків для дітей та їхніх родин. Так, в

аналітичному дослідженні УГСПЛ «Повернення українських дітей батьками: чи існують ризики звинувачення у колаборційній діяльності?», автори зазначають, що проблема не лише у фізичному поверненні дітей, але й у подоланні глибокої психологічної травми, яку вони зазнали, перебуваючи поза домівкою і часто піддаючись пропагандистському впливу. Невідомість та роз'єднання з сім'єю можуть призвести до втрати довіри та почуття безпеки, що є критичним для стабільного розвитку дитини.

Експерти УГСПЛ зауважують про необхідність реалізації низки заходів, включаючи вдосконалення законодавства, створення ефективних механізмів пошуку і повернення дітей, а також психологічної підтримки для дітей і їх родин, щоб вони могли адекватно відновитися після повернення. Також наголошується на важливості активізації інформаційної кампанії для батьків, щоб вони розуміли, що співпраця з окупаційною владою або російськими органами в контексті намагання повернути дітей не є колабораціонізмом і не має вести до звинувачень у таких діях.

Згідно з міжнародним правом, депортація цивільного населення під час конфлікту є серйозним порушенням. Включно, це порушення конвенцій про права дитини та може кваліфікуватися як воєнний злочин або злочин проти людяності. Ці дії потребують ретельного розслідування та притягнення до відповідальності осіб, які їх організували та виконали.

Міжнародні організації, зокрема такі як ЮНІСЕФ та Human Rights Watch, документують випадки примусової депортації, що становлять цінну базу даних для подальшого аналізу та розслідувань. Свідчення батьків, які втратили своїх дітей, та самих дітей, якщо вдається їх знайти та взяти під опіку, є ключовими для виявлення всієї картини злочинів.

**Висновки.** Примусова депортація українських дітей з окупованих територій – це не тільки злочин проти окремих людей, але й проти основ людяності. Юридичні та психологічні наслідки цього акту агресії вимагають всебічного розуміння та рішучих дій з боку всього світу. В цілому, на шляху до повернення дітей у батьків та у самих дітей виникає надзвичайно багато психологічних та юридичних складнощів, що підкреслює потребу в комплексній підтримці на всіх рівнях – від юридичного консультування до психологічної реабілітації.

### **Список використаних джерел**

1. Нюрнберзький військовий трибунал, Справа Сполучених Штатів Америки проти Ерхарда Мільха, 17 квітня 1947 р.
2. Аналітичне дослідження УГСПЛ [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: [https://www.helsinki.org.ua/wp-content/uploads/2023/09/DeportedChild\\_ukr\\_A4\\_final.pdf](https://www.helsinki.org.ua/wp-content/uploads/2023/09/DeportedChild_ukr_A4_final.pdf)
3. Звіт про результати дослідження політики рф щодо примусової зміни демографічного складу населення окупованого кримського півострову [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: <https://krymbezpravil.org.ua/issues/otchet-o-rezultatakh-yssledovanyya-polytyky-rf-po-prynudytelnomu-ymenenyu-demografycheskoho-sostava-naselenyya-okkupyrovannoho-kr-mskoho-poluostrova/>
4. Аналітичний звіт: Депортація громадян України з території ведення активних бойових дій чи з тимчасово окупованої території України на територію Російської Федерації та Республіки Білорусь [Електронний ресурс]. Режим доступу до ресурсу: [https://zmina.ua/wp-content/uploads/sites/2/2023/01/deportation\\_ukr.pdf](https://zmina.ua/wp-content/uploads/sites/2/2023/01/deportation_ukr.pdf)

# ПЕДАГОГІЧНА ТА ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

**Krystyna Barłóg**

Prof. UR dr hab. Instytut Pedagogiki,  
Uniwersytet Rzeszowski,  
Rzeszow, Polska

## **TRUDNOŚCI W DOBORZE METOD TERAPEUTYCZNYCH DLA DZIECKA Z ASD**

Wśród znawców problemu, specjalistów i bogatej już na ten temat literatury przedmiotu spotyka się dzisiaj coraz więcej różnorodnych propozycji pracy z dziećmi ze spektrum autyzmu. Brak natomiast prób ujednoczenia propozycji pod względem ich efektywności, brak ich uporządkowania. Rodzice po wielu negatywnych emocjach spowodowanych trudną dla nich diagnozą dziecka z ASD zostają postawieni przed wyborem: jakie metody, sposoby pracy terapeutycznej są oczekiwane dla ich dziecka. Panuje pogląd, że nie jest łatwo wybrać terapię dla dziecka z ASD. Niekiedy nadmiar terapii może spowodować pogorszenie się funkcjonowania dziecka, jego przeciążenie. Przeciążenie nadmiarem zajęć terapeutycznych może obniżać efektywność realizowanych oddziaływań, czy nawet powodować w sytuacjach skrajnych nasilenie się objawów zaburzenia. Rodzice nie zawsze otrzymują wsparcie merytoryczne w procesie wyboru metod terapeutycznych. Napotykają na wiele „ozdrowieńczych terapii”, które niestety nie zawsze są skuteczne. Rodzice powinni uwzględniać te terapie dla dziecka z ASD, które mają podstawy naukowe, empiryczne i są już znane jako efektywne. Rezultaty działań terapeutycznych są lepsze, jeżeli terapia rozpoczęta została bardzo wcześnie, jest intensywna i prowadzona w sposób kompleksowy (Pisula, 2008). Istotna jest diagnoza funkcjonalna, i indywidualny program terapii. Decyzja o wyborze adekwatnej do potrzeb dziecka metody, orientacji terapeutycznej jest nie tylko trudna, ale może rzutować na jego dalszą przyszłość. Należy tu bazować na metodach opartych na dowodach (*Evidence based practice*), uwzględnić metody wiodące oraz wspomagające. Metody wiodące to głównie interwencje o charakterze psychoedukacyjnym, których celem jest stymulowanie wszystkich sfer rozwoju dziecka. W wyborze w-g NAC należy uwzględnić szczególnie: skuteczność, podejmowanie decyzji na

podstawie uzyskanych danych, wartości i preferencje rodziny dziecka z ASD, możliwości profesjonalnego wdrożenia interwencji.

Metody, które charakteryzują się najwyższą efektywnością wywodzą się z psychologii behawioralnej. Trudno wskazać na jedną metodę, gdyż ma ona wiele odmian. Specjaliści doceniają różne procedury. Odmienne są też techniki dla dzieci na etapie wczesnej interwencji, czy dla osób wysokofunkcjonujących. Do najbardziej efektywnych w tym zakresie zalicza się: wczesną interwencję behawioralną, trening umiejętności kluczowych, metodę skryptów, trening komunikacji funkcjonalnej, plany aktywności, trening umiejętności społecznych, czy terapię poznawczo-behawioralną, przeznaczoną dla wyżej funkcjonujących osób z ASD. Z podstaw stosowanej analizy zachowania wywodzą się również metody komunikacji alternatywnej jak: PECS. Natomiast metody wspomagające wprowadzane stopniowo są odpowiedzią na występujące u dziecka deficyty w rozwoju, ewentualnie mocne jego strony. Są to: dyrektywne, gdy terapeuta wyznacza rytm i cele, oraz niedyrektywne polegające na podążaniu za dzieckiem. Metody dyrektywne to metody wysokiej skuteczności, z podejściem rekomendowanym, ale chodzi również o sposób zajęć przyjemny dla dziecka np. masaż, muzykoterapia, arteterapia, basen, zajęcia ze zwierzętami, ruchowe (taniec, metoda W. Sherborne, programy aktywności Knillów, czy inne). Istotna jest kompleksowość oddziaływań: terapeuta prowadzący, rodzice, terapeuci wspomagający, i nauczyciele, a podstawą terapia wiodąca.

Osoby z ASD łatwiej przyswajają wiedzę drogą wzrokową niż słuchową. Metody wizualne, które bazują na wykorzystaniu kanału wzrokowego są stosowane z powodzeniem. Na przykład Metoda *Video modeling* polega na oglądaniu nagrań pozytywnych przykładów zachowań prezentowanych przez dorosłych, rówieśników, czy samo dziecko w aktywności, których ma nabywać. Bazuje na społecznym modelu uczenia się, nie wymaga nawiązywania bezpośrednich interakcji «*twarzą w twarz*», co jest problemem dla dzieci z ASD. Video modeling bazuje na precyzyjnie zaplanowanym procesie uczenia się, wykorzystującym nagrania filmowe, dla rozwijania pozytywnych zachowań u osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. Niezbędne jest przygotowanie właściwej jakości nagrania wideo, i odtwarzanie je dziecku z ASD, którego celem jest odegranie zaobserwowanych zachowań. Nagrania mogą dotyczyć: umiejętności komunikacyjnych, nawiązywania interakcji z rówieśnikami, kształtowania codziennych umiejętności życiowych, zachowań trudnych itp.

Wykorzystanie w trakcie zajęć środków audiowizualnych zwiększa atrakcyjność zajęć, motywację do uczenia się. Zaleca się: odpowiednie przygotowanie miejsca sesji terapeutycznych bez nadmiaru bodźców, zawierające wszystkie potrzebne sprzęty i odbiorniki, dostosowane do potrzeb dziecka zabawki i pomoce, odpowiednie nagrania (krótkie, oparte na obserwacji zachowań dzieci o prawidłowym przebiegu rozwoju, przygotowani partnerzy do zabawy, do których powoli powinny zostać włączone inne dzieci, dokumentowanie przebiegu terapii, ewaluacja wyników). Metoda może być wykorzystywana do nauczania umiejętności dotyczących różnych sfer rozwojowych dzieci z ASD. Wykorzystywanie nagrań, do których dołączone są komentarze werbalne lub pisemne ułatwiające dziecku z ASD przyswojenie umiejętności uatrakcyjniania sposób uczenia się. Metoda Video Modeling może być ciekawą propozycją rozwijania samodzielności u dzieci z ASD oraz szczególnie ich społecznych kompetencji. Nadal jednak uporządkowanie metod terapeutycznych dla osób z ASD nie jest łatwe.

### **Bibliografia**

1. K. Barłóg (2017) Metody i formy pracy z osobami o specjalnych potrzebach edukacyjnych i społecznych – perspektywa life-span. Wyd. UR Rzeszów.
2. M. Janas-Kozik i in. (2021) Psychiatria dzieci i młodzieży. PZWL Wyd. Lekarskie Warszawa.
3. A. Lew-Koralewicz (2017) Wybrane metody rozwijania samodzielności u uczniów z zaburzeniami i ze spektrum autyzmu w kontekście ich autonomii (w) Metody i formy pracy z osobami o specjalnych potrzebach edukacyjnych i społecznych – perspektywa life-span, red. K. Barłóg. Wyd. UR Rzeszów.
4. E. Pisula (2012) Autyzm. Od badań mózgu do praktyki psychologicznej. GWP Sopot.
5. E. Pisula, D. Danielewicz (2008) Wybrane formy terapii i rehabilitacji osób z autyzmem. Wyd. Impuls Kraków.
6. M. Sekułowicz, A. Sokołowska-Kasperiuk (2015) Video modeling jako alternatywna metoda usprawniania komunikacji społecznej dzieci z autystycznego spektrum zaburzeń (w) Autyzm i ACC Alternatywne i wspomagające sposoby porozumiewania się w edukacji osób z autyzmem, red. B. Kaczmarek, A. Wojciechowska. Wyd. Impuls Kraków.



**Urszula Gruca-Miąsik**  
Prof. UR dr hab. Instytut Pedagogiki,  
Uniwersytet Rzeszowski,  
Rzeszow, Polska

## **PODNOSENIE KOMPETENCJI WYCHOWAWCZYCH RODZICÓW JAKO ISTOTNY FAKTOR ZAPOBIEGAJĄCY ZACHOWANIOM AGRESYWNYM DZIECI**

Klimat emocjonalny w rodzinie może charakteryzować się życzliwością członków wobec siebie, współdziałaniem, ale może mieć nacechowanie negatywne kiedy członkowie rodziny mają niechętnie lub wrogie nastawienie wobec siebie, lub mają do siebie obojętny stosunek (Wałęcka-Matyja, 2013, s. 277). Dla dzieci bardzo istotne jest poczucie bezpieczeństwa, miłość rodziców, ich zainteresowanie bowiem wtedy lepiej radzą sobie z emocjami i wykazują mniej przejawów agresji. Chłód emocjonalny rodziców, deprivacja potrzeb, osamotnienie, brak akceptacji i towarzyszący w takiej sytuacji lęk może być przyczyną powstania agresywnych zachowań u dzieci i młodzieży. Jako potwierdzenie dla powyższego stwierdzenia warto przytoczyć zdanie Boreckiej-Biernat (2014, s.286), która utrzymuje, że: «...wyniki badań dowodzą, iż niewłaściwe stosunki uczuciowe w rodzinie, brak zainteresowania emocjonalnego ze strony rodziców, wyraźne konflikty uczuciowe między dzieckiem a rodzicami sprzyjają w istotny sposób wykształceniu się agresji spontanicznej, naładowanej afektem, przejawiającej się w formie czynów gwałtownych u dzieci».

Z klimatem emocjonalnym rodziny powiązane są praktyki dyscyplinujące stosowane przez rodziców wobec dzieci. Jeśli rodzice stosują metody oparte na okazywaniu przewagi i podkreślaniu mocy, lub stosują przemoc, to dzieci mogą zacząć przejawiać zachowania agresywne, a nawet zacząć postrzegać przemoc i agresję jako sposób rozwiązywania konfliktów.

Albański (2010, s.14) twierdzi, że jeżeli rodzice jako praktyki dyscyplinujące w stosunku do dziecka stosują metody punitywne, tzn. zabierają dziecku przywileje, używają sankcji wobec niego czy celowo ograniczają atrakcyjne dla dziecka aktywności, przy czym tłumaczą mu, dlaczego otrzymało taką karę, zapowiadają mu, że za nieodpowiednie zachowanie będzie ukarany, są konsekwentni w jej stosowaniu, a samo dziecko rozumie, dlaczego otrzymało taką karę, to może ją akceptować w większym stopniu, dzięki czemu taka kara będzie bardziej skuteczna.

Niewątpliwie ważnym aspektem wpływającym na zachowania dzieci jest sposób kontaktu rodzica z dzieckiem. Nierzadko rodzice w kontaktowaniu się z dzieckiem używają agresji psychologicznej, która polega na «manipulowaniu emocjami dziecka tak, aby w efekcie zmusić je do podjęcia zachowania, które jest wedle rodzica właściwe i pożądane (...). Opiekun stosujący agresję psychologiczną wykorzystuje więc emocjonalną dziecka, sygnalizując mu w sposób pośredni, poprzez czasowe okazywanie chłodu emocjonalnego, że miłość rodzicielska jest warunkowa i trzeba sobie na nią zasłużyć odpowiednim zachowaniem. W repertuarze sposobów zachowania opiekuna, który używa agresji psychologicznej, jest intencjonalne indukowanie wstydu i poczucia winy u dziecka oraz nadmierne krytykowanie jego zachowań, zwłaszcza jeśli odbiegają one od oczekiwań i aspiracji rodziców (...). Za agresję psychologiczną uznaje się również te zachowania rodzica, które polegają na wyzywaniu, groźeniu, obrażaniu dziecka oraz dezawuowaniu» (Dominiak-Kochanek, 2017, s.47-48). Cytowana autorka twierdzi również, że jeśli rodzic słownie i bezpośrednio atakuje dziecko, a nie odnosi się do jego niewłaściwego zachowania, to zagrożenie jest większe (tamże), dodatkowo, kiedy kontakt dziecka z matką jest trudny, a dziecko czuje się skrępowane podczas rozmowy z matką na trudne tematy lub kiedy czuje się zawstydzone, rozmawiając z nią o swoich opiniach, uważa, że rodzic go nie słucha i nie jest otwarty na jego uczucia, może to prowadzić do wystąpienia u dziecka zachowań agresywnych (Bernacka i in. 2019, s. 294).

Z psychologicznego i pedagogicznego punktu widzenia istotne, dla dobrego funkcjonowania dzieci, jest ustawiczne podnoszenie umiejętności wychowawczych rodziców. Jednocześnie nie wolno zapomnieć, że cele wychowawcze mogą być osiągnięte jeśli uda się zbudować i utrzymać dobrą więź w systemie rodzinnym.

Na kompetencje wychowawcze rodziców składają się takie czynniki jak: osobiste zasoby rodzica, stres i wsparcie jakie płynie ze strony społeczeństwa i samo dziecko (Szczygieł, 2020, s. 68). Kiedy kompetencje rodziców nie są wystarczające, rodzice mogą odczuwać niepokój wobec dziecka, które wymyka się spod ich wpływu i mogą zachowywać się wobec niego w różny sposób: mogą się go bać, jednocześnie myśląc, że ich dziecko jest dobre, przez co będą bagatelizować nieodpowiednie zachowania dziecka; mogą używać agresji słownej lub fizycznej, oskarżeń czy pretensji wobec dziecka, przez co będzie ono czuło, że nie ma nic do stracenia i może zachowywać się agresywnie. Dlatego istnieje pilna konieczność, aby

specjaliści podjęli wysiłki i motywowali rodziców do podnoszenia swoich kompetencji wychowawczych.

### **Bibliografia**

1. Wałęcka-Matyja K., *Jakość klimatu emocjonalnego rodzin pochodzenia adolescentów jako predyktor kompetencji emocjonalnych*, [w] *Studia Dydaktyczne* 24-25/2013, s. 273-287.

2. Borecka-Biernat D., *Agresja : dlaczego dzieci ranią i jak możemy temu przeciwdziałać?*, [w] *Przegląd Naukowo-Metodyczny. Edukacja dla Bezpieczeństwa*, 1/2014, s. 283-305.

3. Albański L., *Wybrane zagadnienia z patologii społecznej*, Kolegium Karkonoskie w Jeleniej Górze, Jelenia Góra 2010.

4. Dominiak-Kochanek M., *Metody wychowawcze rodziców a agresja interpersonalna młodych dorosłych*, Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej, Warszawa 2017.

5. Bernacka R., E., Pufal-Struzik I., Zieja A., *Jakość komunikacji między rodzicami i dziećmi w różnym stopniu zaangażowanymi w agresję elektroniczną* [w] *Porozumiewanie się, dialog, komunikacja. Ujęcie integralne*, 2(38)/2019, s. 282-298.

6. Szczygieł M., *Kompetencje rodzicielskie w kontekście odbywania kary pozbawienia wolności* [w] *Nowa Kodyfikacja Prawa Karnego*, T. 58, Wrocław 2020, s. 61- s.79.

### **У.В. Гудима**

кандидат фізико-математичних наук, доцент,

доцент кафедри математики,

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,

Кам'янець-Подільський, Україна

### **М.І. Куляк**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,

Кам'янець-Подільський, Україна

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ САМОПОВАГИ В ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

Проблема самоповаги займає значне місце у системі психологічних знань. Інтерес до проблематики чинників самоповаги виник відносно нещодавно і зараз ця тема малодосліджена. У цій роботі представлена класифікація чинників самоповаги, з урахуванням

запропонованого Дж. Крокер, але не повною мірою реалізованого в її роботах, поділу чинників самоповаги пов'язаних з компетентністю та схваленням інших людей. Ми виділили два типи самоповаги, сформованих на компетентності – автентичний (пов'язаний із власною оцінкою досягнень, набутих зусиллями та стараннями) та компенсаторний (пов'язаний з псевдодосягненнями). Самоповага, сформована на схваленні інших людей, розглядалася самоповага, сформована на схваленні батьків і самоповага, сформована на схваленні вчителів. При цьому досліджувалося саме конструктивне схвалення, пов'язане з підтримкою продуктивних досягнень підлітка, а не умовне схвалення, пов'язане з маніпуляціями, оскільки передбачалося протиставити самоповагу, сформовану на реальних досягненнях та підтримці цих досягнень значущими іншими, і компенсаторну самоповагу, сформовану на псевдодосягненнях.

У ході дослідження було підтверджено позитивну роль власної оцінки компетентності, схвалення батьків та вчителів, негативна роль псевдокомпетентності як чинника самоповаги. Це було особливо виражено відносно навчальної мотивації.

При цьому найбільш яскраво виявилася позитивна роль самоповаги, сформована на власній оцінці компетентності, як і передбачалося на підставі неодноразово висловлюваних дослідниками чинників самоповаги припущення про те, що більш внутрішні та доступні контролю з боку людини чинники самоповаги продуктивніші за зовнішні і неконтрольовані (Crocker, Lee & Park, 2004). Нами показано, що цей тип самоповаги виступає предиктором задоволеності собою, і таких важливих показників продуктивної навчальної діяльності, як внутрішня навчальна мотивація та наполегливість, і значно корелює з успішністю. При цьому самоповага, сформована на схваленні батьків, також виявила себе досить позитивно, як щодо психологічного благополуччя, будучи джерелом задоволеності сім'єю, так і в мотиваційному плані, виступаючи предиктором внутрішньої та зовнішньої мотивації, а також виявляючи кореляції з успішністю. Роль самоповаги, сформованої на схваленні вчителів, виявилася менш значущою, але важливою, оскільки вона передбачає задоволеність школою, в якій підліток проводить більшу частину часу і в якій переважно реалізує себе. Компенсаторна самоповага, навпаки, призводить до підриву внутрішньої навчальної мотивації та наполегливості, до зовнішнього, екстернального регулювання навчальної діяльності та амотивації, до зниження задоволеності сім'єю

та школою, але при цьому дозволяє підтримувати задоволеність собою, в чому і полягає її компенсаторна роль.

Зв'язок чинників самоповаги з успішністю є двостороннім, взаємозумовленим. Висока навчальна успішність може виступати як джерелом автентичної самоповаги, даючи підстави для відчуття своєї компетентності, так і бути її наслідком, оскільки підлітки з автентичними типами самоповаги мають більш сприятливий мотиваційний профіль.

Порівняння груп з високим (верхній кuartиль) і низьким (нижній кuartиль) рівнем самоповаги, показало, що підлітки, які належать до верхнього кuartилю за самоповагою, сформованою на власних оцінках компетентності, за самоповагою сформованою на схваленні батьків та за самоповагою, сформованою на схваленні вчителів, мають більш високу загальну самоповагу, більше задоволені сім'єю та школою, мають більш сприятливий мотиваційний профіль (вища навчальна наполегливість, внутрішня та автономна мотивація) і успішніші у навчанні, ніж підлітки, що належать до нижнього кuartилю за цими типами самоповаги. Ці результати, очевидно, пов'язані з високими кореляціями між цими чинниками самоповаги. Іншими дослідниками вже зазначалося, що два чинники самоповаги – компетентність та схвалення інших не є повністю незалежними – логічно припустити, що чим вища компетентність, тим більше схвалення виявляють значні дорослі і навпаки.

Це змушує задуматися про те, що жорстке протиставлення самоповаги, сформованої на компетентності та схваленні іншими людьми, є не цілком коректним, якщо розглядати не маніпулятивне схвалення, а схвалення, пов'язане з компетентністю. Швидше при аналізі самоповаги важливіше звертати увагу на те, чи пов'язано воно із здобуттям компетентності, зусиллями та наполегливістю в реальній, продуктивній діяльності, чи з псевдокомпетентністю.

Думка про те, що захисна, невротична самоповага спонукає людину до обману, імітації результатів діяльності за їх фактичної відсутності, вже озвучувалися теоретиками самоповаги (Kernis, 2003). Під захисною самоповагою розумілася залежна та нестабільна самоповага. Доповнити картину з погляду чинників самоповаги, що призводять до її захисної форми, може бути феномен компенсаторної самоповаги. Підлітки, які намагаються досягти самоповаги за допомогою компенсаторних стратегій, відрізняються меншим

психологічним благополуччям, у них нижча задоволеність школою та сім'єю, нижча успішність і значно менш сприятливий мотиваційний профіль (низька внутрішня мотивація і наполегливість і висока екстернальна мотивація та амотивація).

Узагальнюючи все зазначене вище, логічно припустити, що сприятливим профілем чинників самоповаги буде такий, в якому перші три типи самоповаги високі, а компенсаторна низька. Таку структуру профілю мають більшість підлітків. Підлітки ж із несприятливим профілем (високою компенсаторною самоповагою та низькими автентичними типами) мають явні психологічні проблеми, що підтверджується у тому числі й аналізом якісних даних за методикою незакінчених речень. Це дозволяє розглядати дані профілю чинників самоповаги як важливий діагностичний критерій психологічного благополуччя.

Розмірковуючи про можливі джерела компенсаторної самоповаги, можна припустити, що подібні форми псевдосамореалізації, протестної поведінки виникають через неможливість реалізувати себе соціально прийнятним способом. Однак, щоб закріпитись, вони мають бути кимось підтримані. Часто у ролі «заохочувачів» виступають однолітки, проте важливу роль відіграють також настанови та поведінка вчителя. Так вчитель, орієнтований насамперед підтримку порядку в класі за будь-яку ціну, зокрема і репресивними заходами, може стати легкою мішенню для протестної поведінки, мимоволі заохочуючи її – дратуючи і цим даючи підлітку відчуття контролю і здатність впливати на інших, а вчитель, орієнтований на розвиток у дітей інтересу та набуття ними компетентності, на заохочення продуктивної активності, насамперед, а вже потім – на боротьбу з деструктивною поведінкою, має більше шансів зменшити у своїх учнів роль компенсаторної самоповаги. Зменшення компенсаторної самоповаги, у свою чергу, позитивно позначиться на навчальній мотивації та продуктивності навчальної діяльності загалом.

#### **Список використаних джерел**

1. Crocker J., Lee S. J., Park L. E. The pursuit of self-esteem: Implications for good and evil. *The social psychology of good and evil*. New York : Guilford Press, 2004. P. 271–302.
2. Kernis M.H. Toward a Conceptualization of Optimal Self-Esteem. *Psychological Inquiry*. 2003. V.14. № 1. P. 1–26.

**Mi**ąso Janusz  
Instytut Pedagogiki,  
Uniwersytet Rzeszowski,  
Rzeszow, Polska

## AKTUALNOŚĆ I PONAD CZASOWOŚĆ GRECKIEJ MYŚLI PEDAGOGICZNEJ

Upłynęło około dwa i pół tysiąca lat (Protagoras 490 – 420), a grecka myśl pedagogiczna fascynuje, inspiruje i ciągle okazuje się niezwykle aktualna, oczywiście fascynują szczególnie takie piękne postacie jak Sokrates, Platon, Arystoteles, ale warto przywoływać także inne piękne postacie a wśród nich sofistów (*sofos – mądry*)(zob. Tatarkiewicz, Historia filozofii, 1993), bo jak tu dziś być mądrym w świecie rewolucji informacyjnej (Fukuyama, Spitzer, Gergen, Toffler, Morbitzer, Tanaś) gdy taki ogrom propozycji, osób promujących swoje poglądy i siebie, wiele osób się gubi. Dlatego uważam, że warto powracać do fundamentów mądrości ludzkiej z których to płynie siła do radzenia sobie w dzisiejszym szalonym świecie i podążania w kierunku elementarnej mądrości, za którą jednak bardzo tęskni człowiek każdego czasu, także współczesności.

Protagoras (490 – 420) – *«człowiek jest miarą wszystkich rzeczy»*, jako główny reprezentant właśnie sofistów (*sofos – mądry*), podpowiada zza światów, następujące ponadczasowe idee, a może aktualnie jeszcze bardziej potrzebne, konieczne dla pedagogiki:

- Człowiek jest istotą możliwą do wychowania, wychowanie jest mu niezbędne - szczególnie w kontekście pewnego kryzysu wychowywania, gdy nurty akcentujące całkowitą niezależność człowieka od wszystkiego, także dziecku podpowiadają błędnie, że wolność, absolutna wolność jest najważniejsza w życiu;

- Wychowanie zależy od wielu czynników, wśród nich super ważne – wrodzone zdolności jednostki, uczenie się i ćwiczenie prowadzące do nawyku, łączył więc natywizm z empiryzmem – szczególnie ważne w kontekście pedagogiki integralnej, która akcentuje wagę i konieczność wszystkich tych elementów;

- Kluczowa rola rodziny, środowiska, kultury oraz wybitnych jednostek – szczególnie istotne w kontekście potrzeby ciągłego przypominania o absolutnie bezcennej roli rodziny w wychowaniu a także środowiska, kultury wysokiej, osobistej a także popularnej oraz osób ważnych, autorytetów w procesie wychowania przez całe życie;

- Sukces edukacyjny zależy od nauczyciela jako kogoś świadomego siebie, super kompetentnego o bogatej osobowości i umiejętnościach wychowawczych – ciągle bardzo ważną rolę odgrywa nauczyciel, ale dziś jeszcze bardziej aktualna jest myśl Protagorasa o potrzebie wzmacniania pasji nauczycielskiej, powołania a także jak najwyższej profesjonalizacji i bogactwie osobowościowym nauczyciela;

- Ważną rolę odgrywała dialektyka – przekonanie słuchacza do swoich tez i dużo spędzanego wspólnie czasu – myśli ciągle niezwykle aktualne i bardzo potrzebne, szczególnie w kontekście potrzeby bycia z młodymi i pomocy w dorastaniu;

- Przygotowanie uczniów do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym – ta myśl jawi się jako szczególnie aktualna ze względu na absolutnie priorytetowe dziś zadanie edukacji jakim jest uspołecznienie, budowanie i wzmacnianie relacji społecznych między uczniami a także z rodzicami, nauczycielami i wspólnotą społeczną; (Zob. Pedagogika, Śliwerski, red., 2006)

W klimacie nadmiaru a nawet przesytu koncepcji, myśli, wszelakich promocji, moim zdaniem warto ciągle wracać do ponadczasowej i niezwykle aktualnej myśli greckiej, na której zbudowano potęgę kultury europejskiej i światowej, aby ciągle wzmacniać esencjalnie człowieczeństwo i społeczeństwo, szczególnie w kontekście pewnej regresji antropologicznej (Szmyd J.), która mocno dotyka także proces wychowania i kształcenia, aby jednak ciągle dokonywała się progresja ku temu co najlepsze w człowieku.

**І.Є. Корецька**

практичний психолог,

магістрант кафедри психології,

Львівський національний університет імені Івана Франка,

Львів, Україна

## **ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СТИЛІВ СІМЕЙНОГО ВИХОВАННЯ ТА Я-КОНЦЕПЦІЇ БАТЬКІВ ДІТЕЙ СТАРШОГО ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Сучасна сім'я є важливим соціальним інститутом, місцем духовного розвитку, первинної соціалізації, становлення нової цілісної особистості. У цьому аспекті особливу увагу привертає готовність батьків до виконання батьківських ролей, адже становлення



особистості дитини, її особливостей характеру, поведінки, цінностей відбувається в сім'ї, під впливом батьківської любові, під впливом авторитету батьків, сімейних традицій та цінностей. Це означає, що з раннього дитинства потрібно розпізнати здатності, схильності, поважати дитину як особистість, формувати віру в себе. Саме батьки готують дитину до самотійного життя, передають їй духовні цінності, моральні зразки поведінки, традиції, культуру свого суспільства. Погоджені виховні методи, власний приклад та багатобічний розвиток батьків надають дитині більшу допомогу у її розвитку.

Інтерес людини до самої себе, до свого «Я», бажання покращити себе, розкрити свою сутність виник у людини вже давно. Поняття «Я» завжди співвідноситься і часто зливається з поняттям особистості та поняттям самосвідомості. Але, не говорячи вже про багатозначність самих цих термінів, поняття «Я» не вичерпує їх повністю. «Я» – це не просто індивідуальність, особистість, а особистість, що розглядається зсередини.

Наукове підґрунтя проблеми самоставлень, самоуявлень, самопереконань або Я-концепції міститься у працях вітчизняних і зарубіжних методологів, філософів, психологів, соціологів, педагогів тощо. Аналіз літературних джерел показав, що «Я-концепція» виступає одним з центральних понять психологічної науки. Це не дивно, адже природа людського Я та самосвідомості завжди була предметом досліджень ДЖ.Б. Уотсона і Е. Торндайка, М. Вертгаймера, В. Келлера, К. Кафки, З. Фрейда, А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Олпорта, К. Юнга, А. Адлера, Е. Фромма, Е. Еріксона, С.Д. Максименка, І.Д. Пасічника, Р.В. Каламаж тощо (Жигайло, 2014 : 71).

Поняття «стиль сімейного виховання» належить у психологічній літературі до широкого та багатозначного понятійного апарату дитячо-батьківських взаємин. Під стилем сімейного виховання розуміється багатомірне утворення, яке включає ставлення батьків до дитини та переживання цього ставлення (емоційний компонент), особливості сприйняття та розуміння характеру дитини (когнітивний компонент), поведінкові стереотипи, які практикуються відносно дитини (поведінковий компонент). Батьківський стиль це узагальнені, характерні, ситуаційно не специфічні способи спілкування даного батька з даною дитиною, це образ дій стосовно дитини.

У експерименті було використано анкету для дослідження стилів батьківського виховання, методика портрету цінностей Шварца у

адаптації І. Семків, опитувальник особистісної зрілості ОЗО О. Штепи та тест міжособистісних відносин Т. Лірі.

Було опитано 83 особи віком від 22 до 46 років. Із загальної кількості респондентів 70 осіб жіночої статі та 13 осіб – чоловічої. Для збору даних була використана процедура, яка включала розміщення анкет у соціальних мережах і заповнення їх респондентами. Дослідження здійснювалося за допомогою Google-форми.

Для виявлення взаємозв'язку стилів виховання та Я-концепції особистості було прийнято рішення проаналізувати їх між субтестами, які визначає анкета стилів виховання. Так між стилями виховання і параметрами опитувальника особистісної зрілості виявлено такі кореляційні зв'язки: ліберальний стиль виховання має зворотний кореляційний зв'язок із параметром відповідальність ( $r = - 0, 21$ ;  $p \leq 0,05$ ), глибинністю переживань ( $r = - 0, 27$ ;  $p \leq 0,05$ ), життєва філософія ( $r = - 0, 47$ ;  $p \leq 0,05$ ), толерантність ( $r = - 0, 30$ ;  $p \leq 0,05$ ), контактність ( $r = - 0, 26$ ;  $p \leq 0,05$ ), самоприйняття ( $r = - 0, 23$ ;  $p \leq 0,05$ ), синергічність ( $r = - 0,27$ ;  $p \leq 0,05$ ).

Отже, особи, які схильні до поступливого, ліберального стилю виховання своїх дітей виявлятимуть нижчий рівень особистісної зрілості, вони менше схильні брати відповідальність за власні рішення, вони швидше обиратимуть регресивні цінності щоб уникати глибинних переживань, для них характерний низький рівень життєвої філософії, вони здебільшого не шукають сенси і не наповнюють ними своє життя, водночас вони менш схильні до толерантності, або терпимості, це означає, що здебільшого особи, які є ліберальними у вихованні дітей з більшою мірою можуть виражати нетерпимість до інших за певною ознакою. Цей зв'язок є доволі парадоксальним, однак ми може припустити, що ліберальність у вихованні доволі часто виглядає як байдужість, а тому батьки можуть просто не передавати дітям свої уявлення про прийнятність, моральні норми та ін.

Отже, провівши факторний аналіз було виокремлено чотири основні конструкти Я-концепції: безпека як цінність, підозрілість як стиль поведінки, альтруїзм як стиль поведінки та орієнтація на людей, також як стиль поведінки у міжособистісних стосунках. Також у результаті факторного аналізу нами було визначено додаткові чотири параметри, з яким ми можемо працювати як із шкалами.

За підсумками кореляційного аналізу за критерієм Спірмена виявлено: особи, які схильні до поступливого, ліберального стилю виховання своїх дітей виявлятимуть нижчий рівень особистісної зрілості, вони менше схильні брати відповідальність за власні рішення, вони швидше обиратимуть регресивні цінності, щоб уникати глибинних переживань, для них характерний низький рівень життєвої філософії, вони здебільшого не шукають сенси і не наповнюють ними своє життя, водночас вони менш схильні до толерантності, або терпимості, це означає, що здебільшого особи, які є ліберальними у вихованні дітей з більшою мірою можуть виражати нетерпимість до інших за певною ознакою. До своїх дітей вони виявлятимуть високий рівень відчуження по відношенню до ворожого і озлобленого світу, вони можуть мати схильність до підозрілості, образливості, схильності до сумнівів.

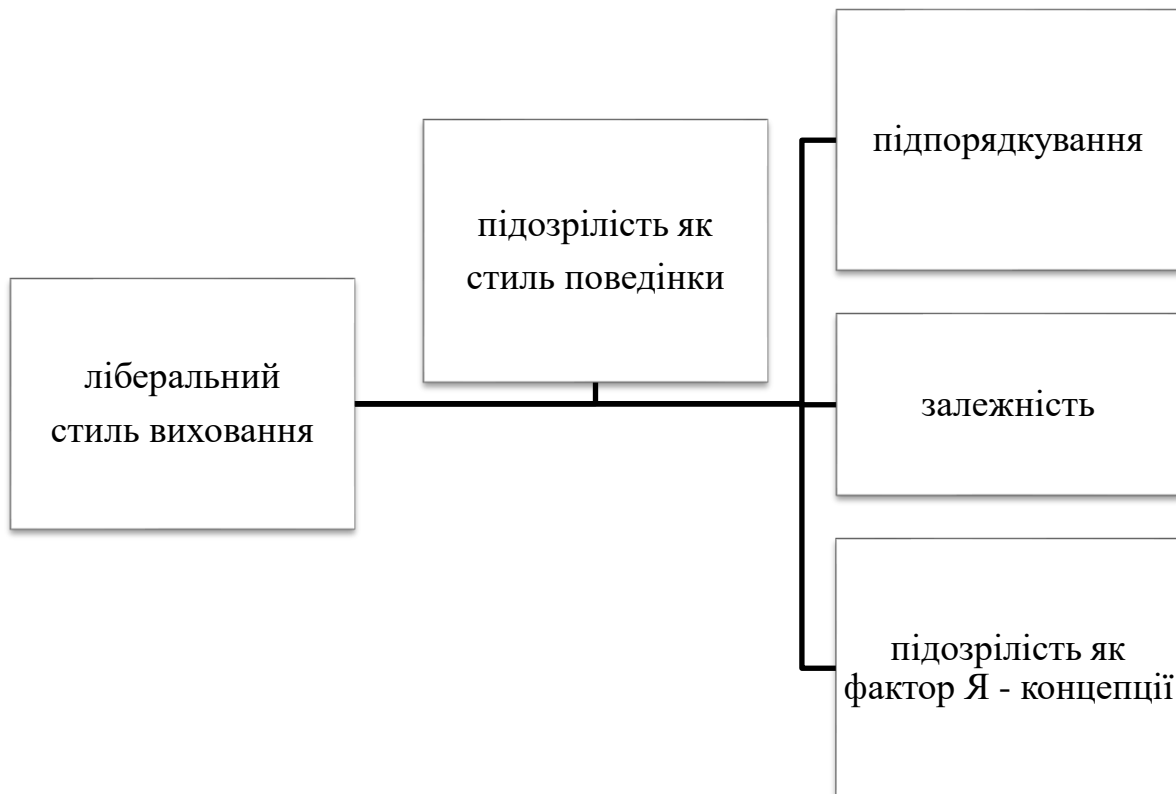


Рис. 1. Кореляційна плеяда для ліберального стилю виховання

### Список використаних джерел

1. Жигайло Н.І., Шибрук О.В. Проблема феномену та структура «Я-концепції» особистості в контексті поглядів вітчизняних і зарубіжних дослідників. *Наукові записки Національний університет «Острозька академія»*. Психологія і педагогіка. 2014. №26. С. 71.

**dr Joanna Leśniak**  
Uniwersytet Rzeszowski,  
Rzeszow, Polska

## **PRACA Z UCZNIEM ZE ZRÓŻNICOWANYMI/INDYWIDUALNYMI POTRZEBAMI EDUKACYJNYMI**

Zadaniem edukacji jest znalezienie ścieżki kształcenia optymalnej dla wszystkich uczestników procesu edukacyjnego, w tym również dla uczniów ze zróżnicowanymi/indywidualnymi potrzebami edukacyjnymi. Możliwe jest zbudowanie szkoły, w której wszyscy uczniowie mają zapewnione warunki do rozwoju oraz nauczania – uczenia się, uwzględniającego ich indywidualne potrzeby i możliwości, a nauczyciele są przygotowani do prowadzenia zajęć z grupą zróżnicowaną. Przedszkola i szkoły zobowiązane są do udzielenia wsparcia każdemu dziecku/uczniowi zgodnie z jego indywidualnymi potrzebami i możliwościami, aby zapewnić mu edukację odpowiednio wysokiej jakości.

Pracując z uczniem ze zróżnicowanymi/indywidualnymi potrzebami edukacyjnymi nauczyciel powinien

### **1. Trudności ucznia**

Nauczyciel powinien:

- zwracać uwagę na to jaki jest faktyczny poziom wiedzy i umiejętności ucznia i czy jest on zgodny lub zbliżony do podstawy programowej realizowanej w danej klasie,

- poznać nastawienie emocjonalne do uczenia się i aspiracje edukacyjne, sposób uczenia się, poziom funkcjonowania percepcyjno – motorycznego, stan zdrowia, zachowania społeczne, zdolności

### **2. Przyczyny trudności edukacyjnych**

a) Nauczyciel powinien mieć podstawową wiedzę o możliwościach i ograniczeniach ucznia:

- czy niepełnosprawność lub choroba ma charakter postępujący,
- czy niepełnosprawność, a jeśli tak to w jaki sposób i w jakim stopniu niekorzystnie wpływa na aktywności niezbędne do uczenia się,

- czy uczeń przyjmuje leki oraz czy i w jaki sposób mogą one mieć wpływ na jego funkcjonowanie;

- czy trudności wynikają z istoty niepełnosprawności lub zaburzenia czy są wtórnym skutkiem np. nieumiejętności uczenia się oraz małej

samodzielności, problemów emocjonalno – motywacyjnych, np. strachu przed porażką lub niezauważeniem przez nauczyciela drobnych postępów.

b) Czynniki zewnętrzne – warunki atmosferyczne, sala, czynniki rozpraszające uwagę, ...

c) nie korzystanie ze sprzętu specjalistycznego, który zalecił lekarz lub korzystanie w sposób niewłaściwy, np. okulary, aparat słuchowy

### 3. Udzielanie pomocy uczniowi

- Uczniowie mają prawo do takiej edukacji, która daje im szansę na uzyskanie pozytywnych rezultatów, nie powinna kojarzyć im się ze stresem, brakami z wiedzy.

- Wymagania powinny być dostosowane do ich specjalnych potrzeb- adaptacja środowiska, wyposażenie sali, dobór metod i form pracy, pomocy dydaktycznych.

- Uczeń powinien mieć tyle czasu na przyswojenie danej części materiału, ile zgodnie ze swoimi możliwościami potrzebuje. Jest to warunek do efektywnego uczenia się. Braki w wiadomościach uniemożliwiają zrozumienie kolejnych partii materiału.

### 4. Udogodnienia dla uczniów:

a) Uczniowie mają prawo do udogodnień w trakcie prowadzenia zewnętrznych egzaminów na koniec poszczególnych etapów edukacyjnych, np.:

- Sprawdzian lub egzamin w osobnej sali,  
- Wydłużenie czasu na sprawdzian/egzamin,  
- Obecność specjalisty zgodnie z rodzajem niepełnosprawności lub zaburzenia,

- Używanie urządzeń technicznych i przyborów, z których uczeń korzysta ucząc się (maszyna do pisma Braille'a, przybory optyczne) oraz sprzętu medycznego,

- Korzystanie ze specjalnie przygotowanych zestawów zadań (większa czcionka, wydłużony czas na zapoznanie się z zadaniami),

- Pomoc nauczyciela wspomagającego (czytanie, zapisywanie),  
- Możliwość zaznaczania odpowiedzi na zadaniach, bez karty odpowiedzi

b) Uczniowie z orzeczeniem o potrzebie kształcenia specjalnego z uwagi na niepełnosprawności sprzężone mogą być:

- zwolnieni z obowiązku przystąpienia do sprawdzianu,  
- zwolnieni z egzaminu – uczniowie, którzy nie rokują kontynuowania nauki

- Zwolnieni z egzaminu z języka obcego – uczniowie, którzy nie potrafią czytać lub pisać.

## Bibliografia

1. Gardian-Miałkowska R., Weremczuk E., Przybysz-Zaremba M. (2020), Specjalne potrzeby edukacyjne w praktyce pedagogicznej Wybrane obszary i rozwiązania, Wydawnictwo Adam Marszałek.
2. Naprawa R. Tanajewska A., Mach C., Szczepańska K., (2019), Dzieci o specjalnych potrzebach komunikacyjnych. Diagnoza – edukacja – terapia, Oficyna Wydawnicza Impuls.
3. Olechowska A., 2013, Specjalne potrzeby edukacyjne, Wydawnictwo: Wydawnictwo Naukowe PWN.
4. Thompson J., (2013), Specjalne potrzeby edukacyjne uczniów, Wydawnictwo Naukowe PWN.
5. Netografia: <https://images.elk.pl/213/8761/> – Deklaracja z Salamanki oraz wytyczne dla działań w zakresie specjalnych potrzeb edukacyjnych *przyjęte przez Światową Konferencję dotyczącą specjalnych potrzeb edukacyjnych: dostęp i jakość*

### **Nataliia Mykhalchuk**

Dr. in Psychology, Professor,  
Head of the Department of English Language Practice and Teaching  
Methodology, Rivne State University of the Humanities,  
Rivne, Ukraine

### **Ernest Ivashkevych**

Ph.D. in Psychology, Translator,  
Assistant Professor of the Department of English Language Practice and  
Teaching Methodology, Rivne State University of the Humanities,  
Rivne, Ukraine

## **PSYCHOLOGICAL LAWS OF LEARNING ENGLISH ACCORDING TO TEACHING PHRASEOLOGY AND LINGUO- DIDACTIC APPROACHES**

According to scientists (Aleksandrov, Memetova & Stankevich, 2020), Phraseology is divided into three groups:

1) *Phraseological mergers* are semantically indivisible phraseological units, the meaning of which do not follow from the meaning of their components. Phraseological mergers are also called “idioms”, which are understood as phraseologisms with complete loss of inner forms (*to rain cats and dogs; to be all thumbs*). The explanation how the meaning of idioms was formed, it is a complex etymological problem. Also, we’ve to emphasize that idioms cannot be translated literally into another language.

2) **Phraseological units** are semantically indivisible phraseologisms, the integral meaning of which is motivated by the meaning of their components (*to spill the beans; to burn bridges; to throw dust into smb.'s eyes*). The meaning of phraseological unit is arisen from generalized figurative meaning of free combinations of words. It is the result of a metaphorical rethinking of any phrase. Phraseological unit is characterized by two-sidedness. Isolated from the context, such phrases cannot be uniquely determined by their semantics. Also such phrases can be used as free ones in the literal sense and as phraseological units in the figurative meaning. In this sense they are homonymous.

3) **Phraseological conjunctions** are phraseologisms in which the distinct meaning of each word is clear, but one of the components has a related meaning (*Sisyphean labor*).

As we can see, this classification more accurately reflects the types of phraseologisms from the structure of this classification. However, it also does not have a single constructive principle. These three groups having been highlighted by scientists show that there is a great difference between phraseological merges and units, on the one hand, and phraseological conjunctions, on the other one, due to the different nature of their stability. Phraseological units of the first two groups are characterized by a degree of motivation. The third group characterizes phraseological units by their structural characteristics. This classification for a long time occupied a dominant position in the paradigm of Phraseology, and it was used most often without any changes to the research of stable compounds.

Classifying the word phrases from the standpoint of their semantics we distinguish two groups: idioms and phraseological units. Idioms are peculiar expressions from certain languages, which are holistic in their use and content. They usually cannot be accurately transmitted in other languages and require a matching stylistic color when translating. The second group contains phraseological units, which are ordinary phrases, having been decomposed in their content, but established in the language as material of widely quoted + Nouns (proverbs, expressions that have become catch phrases). The basis of teaching Phraseology are Linguodidactic Approaches, patterns, principles that determine the appropriate choice of methods, techniques and teaching aids, provide the appropriate level of mastering the content of the school course of Phraseology and the formation of relevant skills and abilities of students.

In such a way we formulated ***the laws of learning***: constant attention to the matter of language, its sound system; understanding the semantics of language units; the ability to learn the norms of literary language; the

assessment of the expressive possibilities of the native language; the development of language sense, gift of speech; advanced development of oral speech; the dependence of speech skills on Grammar and Vocabulary.

These general patterns should be designed to study Phraseology, focusing on the following *aspects*: understanding the semantics of Language Units; the assessment of the expressive capabilities of the native language; the development of language sense, gift of speech. These laws allow us to consider Phraseology as a holistic unit that has its own meaning. It is stylistically colored and can not be used in all Styles of Speech.

We'll emphasize that the most important thing is to take into account specific principles, for example: the attention to the phraseological richness of the language; the selection of high-quality phraseological material; the formation of a sense of style, the gift of speech; the development of aesthetic feelings, creative abilities; the connection of language learning with speech activity; the relationships in the study of all sections of the school curriculum; the connection of language learning with the development of coherent speech.

We've to note that it is advisable to use principles that are based on comparing the words and the reality denoted by the words, actualizing lexical and grammatical meanings of the word, units of lexical paradigm comparing the words with each other, lexical units and Phraseology in their fields, word history or Phraseology with Lexicology.

It is important to choose the most effective methods and techniques of teaching, among which we mainly use methods of forming phraseological skills in the English language and our speech (grouping them by thematic and semantic features, analyzing of functional characteristics of Phraseology in fiction, providing stylistic experiment, proposing the reproduction of text with Phraseology, the theory of construction the sentences).

One of the most effective is the method of comparison, which is widely used at schools and permeates many types of the activities. It is used for semantic analysis of Phraseology, which is performed by comparing the meaning of Phraseology with the lexical meaning of words of the same free phrase.

The effectiveness of semantization of phraseological units unknown to students (as well as known). It is also achieved through the method of comparison. For Phraseology a common identifier of the word is chosen, which allows us to compare Phraseology (to contrast some features, characteristics, basic features) and reveal their specifics and features of use into practice.

Since contemporary Humanities Education (Онуфрієва, 2020) the



ability to see a linguistic fact in a broader context was involved. The most tasks of different researches should be based on textual materials that ensure effective learning of language units and clearly demonstrate their functioning in the language, which are necessary for speech development.

The use of the method of observation and the analysis of language phenomena contributes to the activation of cognitive activity of each student according to the perception and understanding of new theoretical material. In the process of observation, students are also instilled with the ability to find the main characteristics independently, which are as a result of the search formulating concepts, rules, conclusion and justifying practical actions. This method should be used to study systemic relationships between phraseological units in the analysis of their role, functions and paradigm.

Psycholinguistic data on the interaction of primary linguistic consciousness (formed under the influence of the native language) and secondary linguistic consciousness (using the language having been studied) are of great importance for our research. As a result of our scientific psycholinguistic research it was established:

1) a translator who constantly translates from language A to language B often loses the ability to speak competently by use of language A (units of language A create closer associative links with units of language B than with each other in the paradigm of one language);

2) the person who translates from A to B and from B to A has considerable difficulties in formulating a certain statement in both language systems;

3) long-term translation skills lead to the formation of direct associative links between units of language A and units of language B, and this situation negatively affects the stylistic characteristics of the translated version.

We think, that the data of psycholinguistic observations are the means of modifying existing models of implementation of translation activities. We propose a universal Transformational Model of English-Ukrainian Translation as the most possible translation model. We believe that this model includes three stages: 1) the analysis, during which the surface structure in language A is reduced to a set of grammatical transformations (the analysis taking into account grammatical relations and meanings of linguistic units); 2) transferring the analyzed material from language A to language B; 3) the reconstruction or final adaptation of the final message taking into account the norms of the language having been used to translate the text.

We proved, that grammatical transformations were one of the methods of semantic analysis of the original text and one of the ways of constructing

the final statement. However, reducing the translation to only grammatical transformations somewhat simplifies the real process of translation, since it uses both lexical-syntactic paraphrasing and semantic modifications due to situational-pragmatic factors, etc. As a result, the translation itself is considered by us as a combination of three components: on the one hand, it is a product, on the other one, it is a certain number of technologies, and on the third hand, it is a process of combining (for the translator) a certain set of signs (the original text) and taking into account the effectiveness of semantic perception by the recipient of a set of signs offered to him/her by the translator.

### **Literature**

1. Онуфрієва Л.А. Розвиток професіоналізму майбутніх фахівців соціономічних професій: соціально-психологічний вимір: *монографія*. Київ: Видавець Бихун В.Ю., 2020. 320 с.

2. Aleksandrov A.A., Memetova K.S., Stankevich L.N. Referent's Lexical Frequency Predicts Mismatch Negativity Responses to New Words Following Semantic Training. *Journal of Psycholinguistic Research*. Vol. 49. 2020. P. 187–198. URL: <https://doi.org/10.1007/s10936-019-09678-3>.

### **І.О. Пономарьова**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **Д.І. Куриця**  
кандидат психологічних наук,  
старший викладач кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **МОЖЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ СИМВОЛДРАМИ У РОБОТІ З ПІДЛІТКАМИ**

*Актуальність дослідження.* Негативні переживання підлітків мають як актуальну, так і глибинну природу виникнення, тобто деякі переживання та їх чинники усвідомлюються підлітками, а деякі знаходяться у сфері несвідомого, але впливають на поведінку та самопочуття дітей. Складність подолання негативних переживань для підлітків обумовлюється ще й специфічними особливостями їх віку як критичного періоду розвитку з його вимогами та обмеженнями.

З відомих сьогодні більш ніж п'ятнадцяти напрямків психотерапії, що використовують образи в психотерапевтичному процесі, символдрама є найглибше і системно проробленим та технічно організованим методом, що має фундаментальну теоретичну базу. Найкраще застосування методів символдрами зарекомендувало себе при роботі з дитячими фобіями. Символдрама успішно використовується при лікуванні дитячих нав'язливих станів. Позитивний ефект психотерапії пов'язаний, серед іншого, з тим, що відколотий від свідомості, тобто витиснутий матеріал «повертається» у символічній формі в образну свідомість. Тим самим припиняється нав'язливе повторення як захисний механізм проти витиснутого. В основі методу лежать концепції класичного психоаналізу, а також його сучасного розвитку (теорія об'єктних відносин М. Кляйн, егопсихологія А. Фрейд, психологія «Я» Х. Хартманна і «Self-Psychology» Х. Когута та їхня наступна розробка в працях Ш. Ференці, М. Балинта, Е. Еріксона, Р. Шпітца, Д. Віннікотта, М. Малер, О. Кернберга, Й. Ліхтенберга).

За допомогою цього методу людина не просто фантазує – вона має можливість під керівництвом психотерапевта, який використовує режисерський прийом, змінити сюжет своїх фантазій, розширити межі життєвого простору і заглянути в обличчя власним страхам. І потім перенести отриманий досвід у реальне життя. За допомогою цього методу у клієнта з'являється можливість впливати на свої внутрішні страхи і його переживання формуються в живу енергію і таким чином відбувається зріле обговорення проблеми. Метод дає можливість досліджувати почуття, які блокуються і перекриваються і не мають можливості проявлятися. Символдрама дозволяє працювати з актуальним станом клієнта, з переживаннями минулого і на перспективу – через розвиток творчого потенціалу особистості. Метод успішно використовується в індивідуальній та груповій роботі, в психотерапії та консультуванні, роботі з парами, дітьми і батьками.

*Мета:* дослідити можливості методу символдрами у роботі психолога з підлітками.

Мета роботи обумовила постановку та вирішення таких завдань: проаналізувати науково-методичну літературу з питання розвитку особистості у підлітковому віці; визначити можливості символдрами у роботі із підлітками; емпірично дослідити можливості використання символдрами у роботі із емоційними проблемами підлітків.

*Теоретико-методологічну основу дослідження* склали теоретичні ідеї психологічної науки про зв'язок свідомої та несвідомої сфер

психіки (Ф.В. Бассін, Н.Ф. Каліна, В.П. Москалець, Т.М. Титаренко, З. Фрейд, К. Юнг, Т.С. Яценко та інші); системний підхід до розуміння особистості (Л.Ф. Бурлачук, З.С. Карпенко, Г.С. Костюк, С.Д. Максименко, С.Л. Рубінштейн, Т.С. Яценко та інші); принципи гуманістичного підходу до психокорекції (А. Маслоу, К. Роджерс, Е. Фромм, Т.С. Яценко та інші); дослідження в контексті психодинамічної теорії з орієнтацією на глибинно-психологічні рівні пізнання цілісного феномену психіки (наукова школа Т.С. Яценко).

*Методи дослідження:* організаційні методи (метод порівняння і метод вивчення зрізу); емпіричні (діагностичний метод, поданий стандартизованими та проєктивними методиками); метод аналізу; метод спостереження, бесіди, якісний та кількісний аналіз; методи математичної статистики.

*Результати дослідження.* На всіх напрямках, відображаючи цей процес, відбувається становлення якісних новоутворень внаслідок перебудови організму, трансформації взаємин з дорослими та ровесниками, освоєння нових способів соціальної взаємодії, змісту морально-етичних норм, розвитку самосвідомості, інтересів, пізнавальної і навчальної діяльності. Залежно від конкретних соціальних умов, культури, традицій виховання, перехідний вік може мати різний зміст. Саме у цей період відбувається розвиток образу «Я» – складного психологічного явища, яке зводиться до простого усвідомлення своїх якостей, самовизначення.

Здійснено аналіз ефективності методу символдрами у роботі внутрішніми конфліктами особистості.

Встановлено, що основу методу складає вільне фантазування у формі образів, «внутрішніх картин» на задану психотерапевтом тему. Психотерапевт виконує при цьому контролюючу, супроводжуючу, скеровуючу функцію. Концептуальна основа методу – глибинно-психологічні, психоаналітично орієнтовані теорії, що включають аналіз несвідомих і підсвідомих конфліктів, афективно-інстинктивних імпульсів, процесів і механізмів захисту як відображення актуальних особистісних проблем, аналіз онтогенетичних форм конфліктів раннього дитинства. У теорії і техніці символдрами умовно можна виділити три складові: фокусування на конфлікті пацієнта і опрацювання цього конфлікту в ході терапії; задоволення архаїчних потреб пацієнта (нарцисичних, оральних, анальних, едіпально-сексуальних) з використанням безконфліктних мотивів; розвиток творчих задатків, креативності.

Визначено можливості символдрами у роботі із підлітками. Символдрама дозволяє дитині розібратися зі своїми внутрішніми конфліктами і проблемами на символічному рівні. Тим самим можна обійтися без інтелектуального розбору власних проблем, до якого підліток може бути ще не готовий. Завдяки особливій пластичності методу символдрами, з творчим використанням малювання вдається добре варіювати його застосування, поєднуючи і доповнюючи ним інші методи психотерапії. Символдрама може використовуватися і як основна форма терапії, і в комбінації з іншими формами, з ігровою психотерапією, що уможлиблює істотно зробити важливі діагностичні висновки.

Емпірично досліджено можливості використання символдрами у роботі із емоційними проблемами підлітків. Метод символдрами уможливив не тільки об'єктивувати емоційні переживання підлітків в образній формі, але також надати терапевтичну допомогу.

**Р.Т. Сімко**

кандидат психологічних наук, доцент,  
старший викладач кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

**М.Р. Дарійчук**

магістрантка спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА СТАРШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ ЯК СЕНЗИТИВНОГО ПЕРІОДУ У САМОВИЗНАЧЕННІ ОСОБИСТОСТІ**

Досліджуючи старший шкільний вік у тій періодизації розвитку особистості, як період, в якому необхідна психолого-педагогічна фасилітація самовизначення особистості, ми розглянули погляди вітчизняних та зарубіжних авторів на часові межі цього процесу та значення підліткового та юнацького віку у становленні зрілої особистості. Повертаючись до робіт Е. Еріксона, зауважимо, що він підкреслював значущість у теорії формування ідентичності кожного вікового періоду, проте надавав великого значення дитинству,

починаючи з першого року життя, коли виникає «базова довіра» до світу.

Визначаючи часові межі цього процесу, вітчизняні автори використовують поняття – новоутворення, яке пов'язане з генезою усвідомленого аналізу власної саморегуляції – у думках, почуттях та діях, в актах спілкування та поведінки. Психолог так визначив його структуру: «...новий тип будови особистості та її діяльності, ті психічні та соціальні зміни, які вперше виникають на даному віковому етапі та які в найголовнішому та здебільшого визначають свідомість дитини, її ставлення до середовища, її внутрішнє та зовнішнє життя, весь хід її розвитку в даний період (Максименко, 2007).

Що ж до розвитку «самості», пошуку шляхів самовизначення ідентичності особистості, то для нашого дослідження важливим є положення І. Кона у тому, що інтенсивний період становлення особистості обумовлений «головним психологічним придбанням ранньої юності» – відкриттям свого внутрішнього світу», що відбувається як «радісна та хвилююча подія, але викликає багато тривожних, драматичних переживань» (Кон, 1999). Цей процес «другого народження Я» супроводжується широким спектром емоцій. На думку багатьох дослідників (Л. Божович, І. Дубровіна, І. Кон), у процесі дорослішання Я-образ стає більше диференційованим та багатокомпонентним, більш узагальненим, стійким, більш індивідуальним та психологічним, в його основу лягають мотиви та внутрішні детермінанти поведінки, а також змінюється питома вага та значимість компонентів та властивостей «самості».

І якщо розвиток самосвідомості у дитячий період є необхідною базою для подальшого становлення особистості, то найактивнішою стадією процесу самовизначення є підлітковий та юнацький вік. І. Кон пише: «Для юнака зовнішній, фізичний світ – лише з можливостей суб'єктивного досвіду, осередком якого він є сам» (Кон, 1999). Власні емоції в 14-15 років починають сприйматися як стан власного Я, а не як похідне від зовнішніх подій. У підлітка починає формуватися ближня та далека часова перспектива, як пише автор, з віком вона розширюється та поглиблюється, з'являються життєві плани.

Як ми зазначали вище, ми поділяємо погляд О. Туриніної на самовизначення як новоутворення старшого шкільного віку, коли у соціальній ситуації розвитку старшокласника актуальна необхідність особистості визначити своє місце у житті. Так, старшокласник

опиняється перед відповідальним вибором свого майбутнього шляху, включаючи професійне покликання: «вибір професії, піднятий на рівень самовизначення людини, може здійснитися лише внаслідок найскладніших процесів аналізу як практичних можливостей своєї майбутньої діяльності, так і своїх внутрішніх ресурсів – здібностей, схильностей, знань, навичок, характеру. Він передбачає також вміння приймати рішення та діяти на основі свідомо прийнятого наміру, віднесеного до далекого майбутнього» (Туриніна, 2015). Відповідно до О. Туриніної, вибір професійного шляху сприяє розвитку вміння планувати, ставити собі мету. Для того щоб здійснити вибір, необхідно рефлексувати, аналізувати розрізнені знання про себе і навколишнє середовище. Як наслідок виробляється ієрархічна система цінностей, зміцнюються власні переконання, і старшокласник може слідувати їм. (Туриніна, 2015).

Розглядаючи сензитивність юнацького періоду, ми ведемо аналіз підліткового віку, коли «внутрішнє середовище» ще не організовано в цілісну систему, але для цього створюються передумови, які призводять у старшому шкільному віці до набуття більш складної, якісно відмінної своєрідності. При цьому зовнішнє середовище, в якому існує школяр, розширюється, і тоді «внутрішнє середовище» стає більш узагальненою та систематизованою картиною світу.

Орієнтація впливу на вибір професії докорінно змінює мотиваційні тенденції старшокласника, в нього з'являються складні опосередковані потреби, виникає необхідність раціонального усвідомленого вибору. І у реальності він починає керуватися вимогами, які пред'являє собі сам – це активна свідома діяльність, а не реактивний вплив середовища. Так у старшокласника з'являється внутрішня позиція, яка пов'язана з його майбутнім, на це націлено самовизначення. Старшокласник звертається до майбутнього, воно є афективним центром його життєвої ситуації. Молоді люди та дівчата починають цікавитись тими навчальними предметами, які знадобляться у майбутньому у зв'язку з обраною професією. Так спонукаючими мотивами стають ті, які пов'язані з майбутнім учнів: «Якщо перші (підлітки) дивляться на майбутнє з позиції сьогодення, то другі (старші школярі) дивляться на сьогодення з позиції майбутнього» (Туриніна, 2015)

Досліджуючи сензитивність у старшому шкільному віці, ми зупиняємо увагу на формуванні світогляду як системного погляду на

світ і місце людини в ньому, на суспільство і місце людини в ньому, на ставлення людини до світу і самої себе, а також основні життєві позиції людей, що відповідають цим поглядам, їх ідеали, принципи діяльності, ціннісні орієнтації. Оскільки світогляд не є сумою всіх поглядів та уявлень про навколишній світ, а їх граничним узагальненням, настільки близькі поняття «загальна картина світу», «світосприйняття», «світовідчуття», «світогляд», «світорозуміння» пов'язані з позицією в галузі моралі, політики міжособистісних відносин між людьми.

Для нашого дослідження процесу самовизначення старшокласників цінним є розгляд кризового аспекту розвитку в юнацькому віці, зокрема структури та динаміки нормативної кризи.

Повертаючись в даному контексті до теорії формування ідентичності Е. Еріксона, підкреслюємо важливість для нашого дослідження ідеї автора про формування особистості як процес, в якому одна з головних ролей відведена юнацькому віку, що інтегрує попередні дитячі та підліткові ідентифікації в усвідомлену складну структуру. Успішна інтеграція дає особистості «почуття ідентичності», яке Е. Еріксон так описує: «накопичена впевненість у тому, що внутрішня тотожність і безперервність, підготовлена минулим індивідумом, поєднується з тотожністю і безперервністю значення індивідумом для інших (Сімко, 2021).

Згідно Е. Еріксона, у підлітковому та юнацькому віці особливе місце у здобутті ідентичності належить відповідній кризі. Вона зумовлена віковим розвитком тінейджера (13-19 років), коли необхідно формувати інтегровану цілісну ідентичність. Е. Еріксон пише про це: «Щоб відчувати свою цілісність, молодий чоловік повинен відчувати зв'язок між тим, чим він став за довгі роки дитинства, і тим, чим він, ймовірно, може стати в майбутньому; між його власним уявленням себе і тим, яким його бачать, на його думку, інші і чого вони від нього чекають». Більше того, Е. Еріксон вважає, що, якщо в період дитинства відбувається «пробна кристалізація ідентичності, то закінчення отрочтва має характеризуватися наявністю всіх значущих ідентифікацій для створення єдиного і причинно пов'язаного цілого» (Титаренко, 2013).

Не пройшовши ж благополучно кризу, особистість ризикує залишитися зі «сплутаною ідентичністю» у ситуації сплутаних соціальних ролей. Психолог пише: «У тих випадках, коли остаточне



самовизначення виявляється з особистих чи соціальних причин утруднено, виникає почуття змішування ролей: молода людина не синтезує, а протиставляє одна одній свої сексуальні, етнічні, професійні та типологічні можливості та часто змушена остаточно і повністю вирішувати на користь однієї з них» (Титаренко, 2013). Дифузія ідентичності, згідно з автором, може призводити до нездатності приймати і дотримуватися вірності, до дифузії часової перспективи, формування негативної ідентичності. Набуття зрілої ідентичності – необхідна умова для того, щоб особистість могла успішно справлятися з викликами середовища, активно та відповідально підходила до свого життя,

Е. Еріксон, відзначаючи важливість середовища у формуванні ідентичності, говорить про сензитивність періоду юності в освоєнні соціальних норм і правил: «Юність у такому разі – це період, у якому індивід набагато ближче до цього історичного моменту, ніж на більш ранніх стадіях розвитку, в дитинстві» (Сімко, 2021; Титаренко, 2013).

Сказане орієнтує наше дослідження на виявлення зовнішніх і внутрішніх чинників, які впливають на зміни у середовищі та внутрішньому світі старшокласників. Найважливішими є пов'язані з більшою тривалістю у часі підліткового і юнацького віку. Це ще зауважив Е. Еріксон у 60-ті роки 20 століття: «З прогресом технології пов'язане розширення часових рамок підліткового віку» (Сімко, 2021; Титаренко, 2013).

Таким чином, питання про завершеність процесу самовизначення, особливо з огляду на суперечливість сучасної соціальної ситуації розвитку юнацтва, залишається відкритим для дослідження в теорії та практиці.

#### **Список використаних джерел**

1. Кон И.С. Психология ранней юности. 1999. 356 с.
2. Максименко С.Д. Психолого-педагогічні аспекти формування особистості в навчально-виховному процесі. Київ, 2007. 578 с.
3. Теорії особистості : навчально-методичний посібник / Укладачі Руслан Теодорович Сімко, Алла Володимирівна Сімко. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2021. 162 с.
4. Титаренко Т.М. Сучасна психологія особистості. Київ, 2013. 372 с.
5. Туриніна О.Л. Психологічні особливості професійного самовизначення учнів. Київ, 2015. 218 с.

**Dr inż. Krystian Tuczyński**  
Uniwersytet Rzeszowski,  
Kolegium Nauk Społecznych, Instytut Pedagogiki,  
Rzeszów, Polska

## **WIEDZA NAUCZYCIELI AKADEMICKICH Z KONTEKŚCIE SKUTECZNEGO REALIZOWANIA KSZTAŁCENIA ZDALNEGO**

Współczesność stoi pod znakiem gwałtownych przemian związanych z cyfryzacją wszystkich dziedzin życia człowieka. Zjawisko to wymusza zajęcie właściwego miejsca przez instytucje bezpośrednio odpowiedzialne za kształcenie, w tym szkolnictwo wyższe.

Jednym z rozwiązań przystosowania edukacji akademickiej do wymogów współczesności jest rozpowszechnianie na uczelniach nowatorskich form kształcenia, zwanych e-learningiem.

Środowiska akademickie krajów wysoko rozwiniętych gospodarczo takich jak Szwecja, Niemcy czy Francja wykorzystują w programach nauczania technologie informacyjne jako uzupełniające formy kształcenia. Nazywane jest to edukacją zdalną lub e-learningiem. Wskazana forma wykorzystywana jest na każdym szczeblu edukacyjnym: począwszy od szkoły podstawowej, skończywszy zaś na dydaktyce realizowanej w szkolnictwie wyższym.

W ramach podnoszenia kompetencji dydaktycznych i informatycznych 320 nauczycieli akademickich z Kolegium Nauk Społecznych, Medycznych, Humanistycznych oraz Medycznych uczestniczyli w szkoleniu podczas którego objęci zostali badaniem wiedzy z zakresu e-learningu. Pytania posłużyły do określenia wiadomości i umiejętności posiadanych przez nauczycieli akademickich dotyczących wykorzystywania kształcenia zdalnego w środowisku akademickim. Ważnym aspektem realizowanych badań był fakt, iż respondenci rozwiązywali test wiedzy na przed realizowanym kursem oraz na jego zakończenie.

Realizacja szkolenia przyniosła rezultaty w postaci wzrostu poziomu komponentu poznawczego (wartość poprawnych odpowiedzi w teście wstępnym – 15/30 pkt., zaś w teście końcowym 25/30 pkt).

Analiza odpowiedzi respondentów ze względu na wiek wskazała, iż najwyższe wartości uzyskiwali pracownicy najmłodszy (wiek do 35 lat), zarówno w teście wstępnym, jak i końcowym. Podział respondentów ze względu na jednostkę zatrudnienia wykazał, iż najniższą wartość punktową w teście wstępnym osiągnęli respondenci Kolegium Nauk Społecznych, zaś

найwyższą – Kolegium Nauk Przyrodniczych

Jednym z najistotniejszych wniosków realizowanych badań jest konieczność utworzenia centrów kształcenia na odległość, zapewniających wsparcie techniczne i merytoryczne nauczycieli akademickich poprzez realizację szkoleń z zakresu e-learningu. Ważne jest również samodoskonalenie swojego warsztatu pracy, gdyż rolą osoby prowadzącej zajęcia jest stałe aktualizowanie swojej wiedzy przy wykorzystywaniu do tego celu rozmaitych technologii e-learningowych.

**А.С. Турченкова**

магістрантка 2 курсу спеціальності «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **О.М. Чайковська**  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВАЖКОВИХОВУВАНИХ ПІДЛІТКІВ**

Окремого наукового статусу набувають питання асоціальної поведінки важковиховуваних підлітків, які постійно перебувають у зоні суспільного ризику і потребують кваліфікованої допомоги з боку практикуючих психологів. Серед головних причин асоціальності дітей підліткового віку називають найрізноманітніші: від нестачі виховання у соціально-девіантних сім'ях до акцентуацій характеру чи інших індивідуально-психологічних особливостей.

«Важкі» підлітки – проблема кожного трансформаційного суспільства, то ж і в нашому середовищі вона потребує нагального вирішення.

Важковиховуваність, маючи відносно тривалу історію вивчення, містить дуже багато психолого-педагогічних протиріч, які ускладнюють і психопрофілактичну і психокорекційну роботу з проблемними дітьми. «Важкі» підлітки відрізняються від однолітків ускладненим розвитком, тому вимагають більше зусиль з боку сім'ї, школи, громадськості.

Онтогенез важковиховуваних підлітків відзначається низкою

соціальних і психологічних відхилень від усталених норм, характеризуючись підвищеним рівнем нейротизму, агресивністю, соціальною фрустрованістю тощо.

Характерними рисами підліткового покоління є прагнення до самоствердження, до дорослості, підвищена емоційність, так званий юнацький максималізм, намагання виявити самостійність у різних галузях суспільного життя, заявити про себе, виділитися, показати свою неоднозначність, знайти своє місце в суспільстві. Якщо ці прагнення, потреби, запити, помилки не задовільнюються у суспільному житті, вони атрофуються або спрямовуються у негативне рiчище.

Важковиховуваність у широкому розумінні – це поняття, що пояснює складні випадки, з якими зустрічається педагог під час організації та здійснення виховного процесу. У вузькому розумінні термін «важковиховуваність» використовується для позначення максимально наближеного до норми рівня відхилень у поведінці дитини (на відміну від правопорушення чи патології діяльності), який потребує відповідної уваги і зусиль вихователя для його подолання.

Важковиховуваність часто зумовлена певними психофізіологічними особливостями дитини, а саме: надмірною подразливістю, збудливістю нервової системи або навпаки: високим рівнем загальмованої реакції, недостатньою віковою розвинутістю мотиваційно-вольової сфери, психологічних процесів сприймання, уваги, пам'яті, уяви, мислення тощо), соціально-психологічних особливостей вад розвитку її особистості, заниженої здатності до вольової адаптації, неадекватної самооцінки і рівня домагань, нерозвиненості здібностей до спільної, колективної діяльності, низьким ступенем соціалізованості тощо (Афанасьєва, 2011).

Основними ознаками чи особливостями, за якими вчителі шкіл часто зараховують учня до категорії «важких», є такі: неуспішність і недисциплінованість, негативне ставлення до праці, небажання працювати, що не є стійкою якістю, але воно переважно пов'язане з тим, що у «важких» склалися неправильні взаємостосунки з батьками, вчителями, друзями, сусідами.

Науковці виділяють близько 50 основних ознак важковиховуваності. Ці особливості діляться на три групи:

1. Знання. Навчальні і соціально-етичні знання «важких» школярів

відрізняються дуже великою неповнотою, несистематичністю і

перекручуваністю фактів.

2. Розвиток. «Важкі» школярі відстають від ровесників у розумовому розвитку, розвитку здібностей, інтелектуальних рис і якостей особистості. У багатьох різко знижена працездатність, спостерігаються відставання чи аномалії в розвитку деяких психічних функцій (сприйняття, уваги, пам'яті, волі, мови, почуттів тощо.). Майже всі «важкі» підлітки імпульсивні, живуть і діють залежно від настрою і бажання. В оцінці можливостей «важких» потрібно бути дуже обережним, так як у більшості випадків це відставання має тимчасовий характер і поступово зникає. Як тільки підліток потрапляє у сприятливі умови, змінюється його ставлення до навчання, до себе, до навколишнього світу.

3. Взаємини. Характерною особливістю «важких» є негативне ставлення до навчання, до розумової, нерідко і до фізичної праці. Звідси випливає, що «важкі» підлітки часто не володіють позитивними інтересами, зокрема пізнавальними (Вольнова, 2012).

Такі учні негативно впливають на ровесників, легко потрапляють під поганий вплив. Але причини «важкості» багатьох «важких» полягають в умовах їх життя. І впливати найбільше слід не прямо на «важкого», а на сім'ю, вихователів, учителів. Це одне з головних завдань сучасних практикуючих психологів. Серед чинників, які негативно впливають на підлітка в сім'ї, передусім необхідно назвати нездорове ставлення до своїх дітей, відсутність уваги до їх знань, до допомоги і контролю за приготуванням домашнього завдання, поваги до школи, вчителів (Немченко, 2008).

**Висновки.** Першовитоки «важкості» слід шукати в негармонійних сім'ях, а також проводити психопрофілактичну, психокорекційну та соціально-реабілітаційну роботу з батьками й дітьми.

#### **Список використаних джерел**

1. Афанасьєва В.В. Соціально-педагогічна профілактика девіантної поведінки підлітків у діяльності загальноосвітньої школи : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук : 13.00.05 Луганськ, 2011. 22 с.

2. Вольнова Л.М. Зміст і напрями соціально-педагогічної профілактики девіантних проявів у поведінці важковиховуваних підлітків [Електронний ресурс]. *Соціальна робота в Україні : теорія і практика*. 2012. № 3–4. С. 60–70.

3. Немченко С.Г. Педагогічна корекція девіантної поведінки старшокласників загальноосвітньої школи. Донецьк, 2008. 262 с.

### **І.Б. Учитель**

кандидат педагогічних наук, доцент,  
доцент кафедри педагогічної та вікової психології,  
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара,  
Дніпро, Україна

### **М.В. Сурякова**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри педагогічної та вікової психології,  
Дніпровський національний університет імені Олеся Гончара,  
Дніпро, Україна

## **СТАВЛЕННЯ ДО ГРОМАДЯНСЬКОГО ШЛЮБУ: ГЕНДЕРНІ ВІДМІННОСТІ**

Сім'я як соціальний інститут у рамках розвитку індустріального суспільства зазнала певних змін, які дослідники кваліфікують як другу демографічну революцію. В основі цих змін лежить нова динаміка шлюбно-сімейних відносин, а саме: зменшення кількості осіб, які вступають у юридичний шлюб, поширення громадянського шлюбу, позашлюбних народжень, самотнього життя. Явище «громадянського шлюбу» у сучасному суспільстві постійно поширюється, однак повністю ще не вивчене і залишає за собою безліч питань, вимагаючи визначення його місця у сучасній сімейній системі. Важливим завданням для науково-психологічних досліджень стає вивчення суспільної думки стосовно громадянського шлюбу як соціально-психологічного феномену в гендерному аспекті в сучасній Україні.

Проблема первинності походження сім'ї і шлюбу до цього часу залишається дискусійним питанням. Можна виділити дві протилежні точки зору на цю проблему. Деякі дослідники вважають, що саме шлюб є основою сім'ї, і без шлюбу родина існувати не може. Інші дослідники роблять протилежний висновок. Однак остаточний висновок робити важко, адже існує гендерне розуміння співвідношення «шлюб – родина». Для жінок спільне проживання й ведення спільного господарства (тобто фактично сім'я) ототожнюється зі шлюбом, для чоловіків ж це – різні явища. Принаймні, для родини реєстрація шлюбних відносин не є основоположною ознакою сім'ї.

Проаналізувавши існуючі версії щодо еволюції сімейно-шлюбних відносин, можна виділити такі етапи розвитку сім'ї:

Форми статевих відносин на ранніх етапах розвитку людства

регулювалися переважно біологічними факторами. Такі інтимні відносини гомінідів дістали назву проміскуїтету. Проте частина дослідників вважають, що періоду проміскуїтету у первісних людей не існувало. Поступово статеві відносини почали регулюватися певними соціально-статевими табу, які поділяли статеве спілкування на визначені періоди у певних родових угрупованнях (введення агамії) і були більш жорсткими, ніж моральні настанови й норми.

Наступна стадія розвитку шлюбних відносин мала дуально-родовий (груповий) характер, де всі чоловіки одного роду фактично могли бути чоловіками всіх жінок іншого роду, і навпаки. Дуально-груповий шлюб пройшов, у свою чергу, два етапи: кровноспоріднений та пунуальний. Відбулося виключення зі шлюбних партнерів близьких родичів.

Наступний етап у розвитку шлюбу – це парний шлюб, пов'язаний з новим розвитком суспільства, формуванням нових форм господарських, економічних відносин всередині роду, а також необхідністю налагодження стабільних відносин. Як вважають деякі дослідники, у своєму розвитку парний шлюб пройшов два етапи – матріархат та патріархат. Інші ж дослідники заперечують існування матріархату, а визнають лише патріархат, тому і називають парний шлюб патріархальним.

Сім'я, основана на моногамній формі шлюбу, на сьогодні є найбільш поширеною. Її виникнення пов'язано із зміною економічних відносин, з появою приватної власності. У моногамній родині відчутний патріархальний елемент, тому можна сказати, що ця родина – моногамно-патріархальна. Слово «сім'я» поступово втрачає своє первісне значення в тому сенсі, що її створення фіксується відповідними державними актами.

Поняття «громадянський шлюб», яке досить широкого використовується нині в суспільстві, не є вірним, оскільки розуміння зазначеного поняття як незареєстрованого шлюбу помилкове. Навпаки, це поняття означає шлюб, оформлений в органах державної влади, проте без участі церкви.

У народі такий принцип побудови сім'ї називають «життям на віру» чи «співмешканням». А Церква трактує такі стосунки як один із гріхів – перелюбство. І в Біблії про такі стосунки інакше як словом «блуд» не згадується. Причому блуд забороняють усі християнські конфесії – і православні, і католики, і протестанти різних деномінацій.

Так, на сучасному етапі відносини між чоловіком і жінкою

можна називати фактичним шлюбом, коли, по-перше, пара проживає на одній території, по-друге, веде спільне господарство і, по-третє, не реєструє свої відносини в органах державної влади. Одні вважають недоцільним реєструвати стосунки, не проживши бодай рік у спільному помешканні на правах класичної сім'ї, і розцінюють «громадянський шлюб» як підготовку до подальшого спільного життя, як прояв особистої свободи й засіб зберегти свіжість і романтичність стосунків. Але зовсім не обов'язково, що пари, які мешкали разом і узаконили свої стосунки, краще контактують і отримують більше задоволення від подружнього життя, ніж пари, які до вступу в шлюб разом не жили. Інші вважають, що громадянський шлюб породжує недовіру, нестабільність і непевність у завтрашньому дні. Буває, що хлопець і дівчина навмисно обирають громадянський шлюб як альтернативу офіційному, демонструючи цим свою надсучасність.

Співмешкання може бути схожим більш-менш на подружні стосунки – все залежить від конкретної пари. Такій формі відносин бракує соціального схвалення і узаконених обов'язків традиційного шлюбу, але вона надає більшу свободу партнерам, які можуть виконувати свої ролі так, як вважають за потрібне. Як і в шлюбі з типовими ролями і очікуваннями, відверте і відкрите спілкування пов'язане з постійною напругою, і воно, можливо, стає навіть більш важливим і потребує великої праці усередині розмитих кордонів співмешкання.

Чоловіча й жіноча позиції значно розходяться за оцінкою: обидві статі в цілому позитивно характеризують офіційний шлюб, але чоловіки припускають деякі негативні оцінки такого шлюбу. Тоді як жінкам майже зовсім невластиве негативне ставлення до зареєстрованого шлюбу.

Громадянський шлюб також загалом характеризується лояльним ставленням до нього представників обох статей. Однак і тут виявляється гендерна різниця в оцінках: чоловіки готові розглядати громадянський шлюб як цілком легітимне явище, жінки ж оцінюють його як можливий, але не зовсім бажаний варіант відносин. Чоловіки більш схильні до вільних відносин і разом з цим їх готовність розірвати стосунки в разі несприятливих умов була також вищою. Жінкам доводиться погоджуватися з таким варіантом стосунків, аби не залишатися самотніми.

**Висновки.** У самому громадянському шлюбі іманентно міститься протиставлення ідеального й реального. Готовність перебувати у



громадянських стосунках висловлює переважна більшість чоловіків, що ставить жінок у нерівний стан, дозволяючи чоловікам просто користуватися своїм положенням.

#### **Список використаних джерел**

1. Психологія сім'ї : підручник за ред. В.М. Поліщука. Суми : Університетська книга, 2021. 248 с.
2. Сім'я та сімейні відносини в Україні : сучасний стан і тенденції розвитку. Київ : ТОВ «Основа-Принт», 2009. 248 с.
3. Сімейна політика в Україні : проблеми і перспективи розвитку : матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції (04 квітня 2018 р., м. Київ), [Ред. кол. І.Г. Губеладзе та ін.]. Київ, 2018. 180 с.
4. Фомін Ф. Еволюція сімейно-шлюбних стосунків у сучасному суспільстві. *Наука. Релігія. Суспільство*. 2012, № 3. С.82-88.

#### **А.П. Шупарська**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **О.М. Чайковська**  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

### **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ КІБЕРБУЛІНГУ СЕРЕД ПІДЛІТКІВ**

Зростання використання інтернету серед підлітків призвело до того, що соціальні мережі, месенджери та інші онлайн-платформи стали неодмінною частиною їхнього щоденного життя. Це дає додаткові можливості для виникнення та поширення кібербулінгу, що може привести до серйозних наслідків для психічного здоров'я підлітків. Психологічні дослідження кібербулінгу стають глибше вивченими та стало відомо, що така проблема включає в себе депресію, тривожність, втрату самооцінки та навіть суїцидальні думки у підлітків. Це робить кібербулінг серйозною з психологічної точки зору проблемою.

Важливо розуміти механізми кібербулінгу, включаючи мотивацію та психологічні структури агресорів і жертв, це може допомогти розробити стратегії попередження та надати психологічну підтримку.

Підвищення уваги до розробки програм та ініціатив щодо запобігання кібербулінгу та надання психологічної підтримки жертвам є головною потребою в сучасному світі.

За останні десятиліття, кібербулінг став предметом активного дослідження з боку зарубіжних учених. В їхніх роботах розглядається суть цього виду булінгу, його фактор, класифікація та методи протидії. Серед відомих дослідників можна вказати В. Belsey, С. Vlaya, R.M. Kowalski, S.P. Limber, D. Olweus, S. Hinduja, J. Patchin, P. Smith, K. Mehari, N. Willard. Нещодавно в Україні також почали активно вивчати проблему кібербулінгу і українські вчені, такі як Т. Миронюк, Л. Найдьонова, О. Лапа, М. Грінченко, О. Момот, Н. Пантелєєва, І. Лубенець та інші, які розробляють свої дослідження з цього питання.

Чим активніше молодь використовує соціальні мережі, тим більша для неї цінність спілкування, орієнтація на взаємодію з іншими людьми (як реальними, так і віртуальними) в пошуках уваги, співчуття, допомоги і ради. Через простоту використання, цінність спілкування в умовах Інтернет-середовища стає все більш привабливою для молоді (Pomytkin, 2020). Новизна і великі можливості у мережі Інтернет залучають сучасних дівчат та юнаків, тим самим, роблячи значний вплив на їх соціалізацію та професійне становлення.

Науковці розглядають кібербулінг як форму цькування учасників освітнього процесу, що включає в себе систематичні, анонімні, масштабні та швидкі за дією, незалежні від часу та місця прояву агресії з використанням засобів комунікації (Найдьонова, 2018; Лубенець, 2016).

Виявлення недостатньої кількості досліджень кібербулінгу саме в учнів підліткового віку, бажання привернути увагу до означеної проблеми, продемонструвати її актуальність та поширеність на різні сфери життя, стали поштовхом для проведення емпіричного дослідження.

Емпіричне дослідження проблем кібербулінгу, проводилось на базі Кам'янець-Подільського ліцею №2 ім. Т.Г. Шевченка Хмельницької області. Дослідженням було охоплено 60 учнів підліткового віку.

З метою вивчення актуальної ситуації кібербулінгу та впливу цифрових загроз на життя підлітків, було проведено дослідження за допомогою опитувальника *ECIPQ* (адаптація Л. Найдьонової за версією М. Герера-Лопес) на визначення рівня кібервіктимності та

кіберагресії. Результати дослідження допоможуть нам сформувати можливі шляхи подолання цієї проблеми.

Згідно з отриманими даними, високий рівень кібервіктимності становлять 4% осіб. Це вказує на те, що невелика, але все ж незначна частина користувачів піддаються під вплив кіберагресорів. Ця інформація підкреслює необхідність продовжувати просування вдосконалення технологічних рішень для захисту від кіберзагроз.

Середній рівень кібервіктимності становить 56% осіб. Цей показник вказує про те, що більшість користувачів стикається з певним рівнем кіберзагроз та ризиків. Це може включати спроби фішингу, образ, погроз та інших атак, як завдають дискомфорт іншій людині. Можливо розглядати цю цифру як виклик для удосконалення системи кібербезпеки та підвищення свідомості користувачів щодо захисту своїх даних.

Низький рівень кібервіктимності становлять 40% осіб. Це може свідчити про те, що частина користувачів мають високий рівень безпеки в Інтернеті та проводить заходи для захисту своїх особистих даних та інформації, а також є морально стійкими до агресії інших користувачів. Однак, це також може вказувати на те, що ці користувачі є кібербулерами.

За результатами дослідження, визначено, що лише 22% респондентів мають середній рівень кіберагресії. Це свідчить про наявність певного рівня небезпеки в цифровому просторі, але це ще не може бути високою загрозою.

Значно більш позитивним результатом є той факт, що 78% відповідачів показали низький рівень кіберагресії. Це може свідчити про те, що підліток демонструє менше агресивності та негативних дій у кіберпросторі. Це може бути позитивною ознакою, що вони виявляють більше поваги до інших користувачів і мають більше емпатії та розуміння в онлайн-середовищі. Але таким чином, вони можуть піддаватись і кіберагресії з боку інших дітей.

Такі результати дослідження рівня кібервіктимності та кіберагресії свідчать про необхідність подальших зусиль у напрямку підвищення кібербезпеки, розвитку освіти та свідомості користувачів щодо кіберзагроз та їх захисту. Дане дослідження важливе для формування стратегій та програм, спрямованих на забезпечення безпеки підлітків у цифровому просторі.

**Висновки.** Розроблення програми профілактики кібербулінгу стає вкрай важливою задачею сучасного суспільства. Передові методики та ресурси повинні бути вивчені та впроваджені для розробки програм,

спрямованих на запобігання цифровій агресії. Це може включати в себе освіту про кібербезпеку, підвищення свідомості та розвиток навичок емоційного і соціального інтелекту, які допоможуть підліткам ефективніше взаємодіяти в онлайн-середовищі, тому шляхом спільних зусиль можна зменшити число жертв та вплив кіберагресії на наше суспільство та створити безпечніше і гармонійніше онлайн-середовище для всіх його учасників.

#### **Список використаних джерел**

1. Лубенець І.Г. Кібернасильство (кібербулінг) серед учнів загальноосвітніх навчальних закладів. *Національний юридичний журнал : теорія і практика*, 3(19), 2016. С.178–182.

2. Найдьонова Л.А. Кібербулінг у підлітковому рейтингу інтернет-небезпек. *Психологічні науки: проблеми і здобутки*. 2018. Вип. 1. С. 141–159.

3. Pomytkin, E.O., Pomytkina, L.V., & Ivanova, O.V. Electronic Resources for Studying the Emotional States of New Ukrainian School Teachers during the COVID-19 Pandemic. *Information Technologies and Learning Tools*, 80(6), 2020. P. 267–280. <https://doi.org/10.33407/itlt.v80i6.4179>

**Dr inż. Tomasz Warchol**

Uniwersytet Rzeszowski,

Kolegium Nauk Społecznych, Instytut Pedagogiki,

Rzeszow, Polska

### **SKUTECZNOŚĆ KSZTAŁCENIA UCZNIÓW SZKÓŁ PODSTAWOWYCH W FORMIE EDUKACJI POZAFORMALNEJ Z WYKORZYSTANIEM KLOCKÓW EDUKACYJNYCH**

Realizacja współczesnych potrzeb edukacyjnych uczniów w formie tradycyjnej edukacji formalnej jest obecnie utrudniona ze względu na przeładowaną podstawę programową kształcenia ogólnego, jak również brak różnorodnych zajęć dodatkowych organizowanych przez szkoły w celu inspiracji uczniów do samodzielnego uczenia się. W związku z tym coraz częściej popularne stają się pozaszkolne formy edukacji, których celem jest rozwijanie zainteresowań poznawczych uczniów.

Zajęcia odbywające się poza szkołą, które ściśle określone są programem nauczania nazywane są edukacją pozaformalną. Ten rodzaj edukacji jest jedną z form kształcenia pozaszkolnego, która definiowana jest jako: forma uczenia się poprzez świadome przystępowanie do doświadczeń,

ćwiczeń, które powodują aktywizowanie intelektualne, emocjonalne i powstawanie nowych zachowań, działań. Takie formy organizowane są poza programami kształcenia i prowadzą do uzyskania kwalifikacji zarejestrowanej.

W ramach określonej formy kształcenia przeprowadzono cykl warsztatów z zakresu programowania edukacyjnych klocków *Lego Mindstorms*. Realizacja zajęć w formie edukacji pozaformalnej pozwoliła na przeprowadzenie eksperymentu badawczego, który miał na celu: *Określenie skuteczności kształcenia uczniów szkół podstawowych w formie edukacji pozaformalnej.*

Przeprowadzony eksperyment badawczy polegał na określeniu stanu wiedzy i umiejętności stosowania wiedzy w praktyce przez uczniów przed przystąpieniem do zajęć i po realizacji wszystkich zajęć. Badanie przeprowadzono z wykorzystaniem metody sondażu diagnostycznego, w której techniką była ankieta, a narzędziem test wiedzy. Badanie zrealizowano przy użyciu techniki *Computer Assisted Personal Interview* (CAPI) na platformie *Google Forms*. Badaną grupą byli uczniowie szkół podstawowych, których próba badawcza wynosiła 320 uczniów szkół podstawowych.

Na podstawie przeprowadzonych badań określono, że zajęcia w formie edukacji pozaformalnej są skuteczne w zakresie zdobywania wiedzy i umiejętności w zakresie programowania edukacyjnych klocków *Lego Mindstorms*. Dodatkowo na podstawie uzyskanych wyników badań można stwierdzić, że uczniowie podczas przeprowadzonych zajęć zwiększyli swoją wiedzę w zakresie nowych pojęć i ich rozumienia, ponieważ nastąpiły w tych zakresach wzrosty od 52%-66%. O skuteczności przeprowadzonych zajęć w formie edukacji pozaformalnej świadczą również umiejętności uczniów biorących w nich udział. Z całą pewnością można stwierdzić, że ponad 50% badanych uczniów zwiększyło swoje umiejętności w zakresie stosowania wiedzy w zadaniach praktycznych, a ponad 40% potrafiło poradzić sobie z zastosowaniem tej wiedzy w zadaniach, które wymagały niekonwencjonalnego podejścia do rozwiązania. Można również bez wątplenia potwierdzić, to że na uzyskane wyniki miała forma w jakiej prowadzone były zajęcia, ponieważ odbywały się one z nowym nauczycielem, jak również w nowym miejscu i z wykorzystaniem znaczącej liczby nowoczesnych technologii.

## СПЕЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

**Krystyna Barłóg**

Prof. UR dr hab. Instytut Pedagogiki,  
Uniwersytet Rzeszowski,  
Rzeszów, Polska

### **TRUDNE RODZICIELSTWO, A SATYSFAKCJA Z ŻYCIA RODZINNEGO I KOMUNIKACJA W RODZINIE Z DZIECKIEM Z ASD**

Literatura naukowa, ale i osobiste przeżycia rodziców dzieci z ASD potwierdzają, że rodzicielstwo w sytuacji trudnej diagnozy dziecka z ASD jest wyjątkową sytuacją trudną dla rodziców, nagłym tragicznym doświadczeniem, źródłem ich cierpienia. Spektrum autyzmu u dziecka jako zaburzenie neurorozwojowe o zróżnicowanym nasileniu ale i przebiegu z dużą różnorodnością symptomów i różnym stopniu złożoności objawów (J. Kossewska, 2014, s.9) stanowi niemałe wyzwanie dla jego rodziców. Niepełnosprawność dziecka burzy dotychczasowy porządek funkcjonowania systemu rodzinnego, rodzi poczucie winy czy bezsilność, bezradność, złość lub poczucie rozpacz. Takie emocje rodziców są nie bez znaczenia dla samego dziecka oczekującego poczucia bezpieczeństwa i miłości. Jednocześnie ta trajektoria cierpienia w sposób istotny wpływa na funkcjonowanie całego systemu rodzinnego, jest trudną adaptacją rodziny do nowych trudności i wyzwań. Szczególnie negatywne konsekwencje można jednak dostrzec w komunikacji wewnątrzrodzinnej, ale i satysfakcji z życia rodzinnego rodziców. Cierpienie rodzicielskie jako ludzkie doświadczenie, jest tutaj doznaniem psychicznym, w sytuacji dynamicznej trajektorii cierpienia może to nawet być ból psychiczny, ból duchowy, element frustracji, długoterminowego stresu (K. Biela, 2014, s. 125). Można przyjąć, że w takiej sytuacji cały system rodzinny ulega dezorganizacji, zmieniają się relacje między członkami systemu rodzinnego, między matką a dzieckiem, między ojcem a dzieckiem, ale i między pozostałym rodzeństwem a dzieckiem z ASD, w tym szczególnie między rodzicami. To komunikacja właśnie w rodzinie, ale i w małżeństwie wpływa na całokształt psychicznego funkcjonowania rodziny, jej poszczególnych członków. Komunikacja rodzinna jest jednym z podstawowych warunków funkcjonowania

rodziny, stanowi podstawę wzajemnego informowania o potrzebach, o oczekiwaniach, różnicując zadowolenie lub niezadowolenie z życia małżeńskiego w sytuacji wyjątkowego przeciążenia i frustracji spowodowanych faktem posiadania dziecka z ASD. Właściwa komunikacja między rodzicami dziecka z ASD umożliwia powstawanie więzi między rodzicami, eliminuje negatywne przeżycia i emocje rodziców, umożliwia rozwiązywanie konfliktów między rodzicami, które są spowodowane trudnymi zachowaniami dziecka, zaspokaja emocjonalne potrzeby rodziców, a nawet powoduje poczucie wzajemnej jedności, i jest wskaźnikiem zaspokajania potrzeb w rodzinie. Nie bez znaczenia jest samo zaangażowanie rodziców, jako partnerów komunikacji, zaangażowanie transakcyjne, pełne zrozumienia i zaufania. Gdy brak jest tego rodzaju komunikacji, rodzina ma utrudnione możliwości osiągnięcia równowagi, nie są widoczne wówczas bliskie relacje, czy wzajemne zaufanie. Komunikacja w rodzinie z dzieckiem z ASD koreluje z satysfakcją rodziców z ich życia małżeńskiego. Przy czym satysfakcja to poczucie psychicznego dobrostanu, jako ocena własnej egzystencji. Badania potwierdzają, że w rodzinach z dzieckiem z ASD rodzice prezentują często poczucie wzajemnej bliskości, przy jednoczesnym ujawnianiu trudności w przystosowaniu się do zmian, nowych wyzwań, przed jakimi jest postawiona ich rodzina. Poziom komunikacji w rodzinach z dzieckiem z ASD jest prawidłowy, mimo wielu trudności, jakie rodzina musi pokonać. To kobiety, matki najczęściej dostrzegają trudności w relacjach w rodzinie, a poziom satysfakcji z życia rodzinnego oceniany jest jako umiarkowany. Przeciętny poziom satysfakcji z życia rodzinnego, życia małżeńskiego rodziców dziecka z ASD jest konsekwencją wielu trudności związanych z opieką, edukacją, i rehabilitacją dziecka, lękiem o przyszłość dziecka, ale i z poczuciem ich osamotnienia (K. Barłóg, 2020, s.154).

### **Bibliografia**

1. K. Barłóg (2020) Sytuacja w systemach rodzinnych z dzieckiem z ASD w świetle modelu kołowego Davida H. Olsona. Wyd. UR Rzeszów.
2. D. Kornas-Biela (2014) Cierpienie rodziny z osobą z niepełnosprawnością (w:) J. Kossewska, Osoba ze stanami ze spektrum autyzmu. Możliwości aktywnego życia. Wyd. Jak Kraków.
3. J. Kossewska (2014) Wstęp (w :) J. Kossewska, Osoba ze stanami ze spektrum autyzmu. Możliwości aktywnego życia. Wyd. Jak Kraków.

**dr Aneta Lew-Koralewicz**

Uniwersytet Rzeszowski,

Instytut Pedagogiki,

Rzeszów, Polska

## **CZEGO BOJĄ SIĘ DZIECI ZE SPEKTRUM AUTYZMU – ZABURZENIA LĘKOWE W PRZEBIEGU AUTYZMU**

Celem wystąpienia jest zaprezentowanie analiz dotyczących znaczenia lęku dla funkcjonowania osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu (ASD).

Zaburzenia lękowe są jednym z najczęściej współwystępujących ze spektrum autyzmu (Morrison, 2016). Większość osób z autyzmem doświadcza zróżnicowanych lęków w różnych sytuacjach życia codziennego, a zaburzenia lękowe u dzieci z ASD występują w większym nasileniu niż w populacji ogólnej (Gillott i in., 2001). Niekiedy diagnoza zaburzeń lękowych poprzedza właściwą diagnozę kliniczną spektrum autyzmu (Całek i Kwapińska, 2014).

Osoby z ASD stanowią zróżnicowaną grupę pod względem nasilenia problemów lękowych i ich rodzajów. Wyższy poziom lęku występuje u osób, które mają wyższy poziom zdolności intelektualnych i werbalnych oraz rozwinięty język funkcjonalny (Kerns i Kendall, 2014; Mayes i in., 2011, Hallett i in., 2013).

Zaburzenia lękowe u osób z ASD mają inny charakter niż w przypadku populacji ogólnej. Wiąże się to z deficytami w obszarze integracji sensorycznej, co wpływa na odmienne odbieranie i postrzeganie bodźców, które mogą być rozumiane jako awersyjne lub zagrażające (Ringold i in., 2022). Lęk współwystępuje z deficytami sensorycznymi, a nasilenie objawów wpływa na psychospołeczne funkcjonowanie osób z ASD (Rynkiewicz i Łucka, 2018).

Charakterystyczny dla ASD jest nasilony lęk społeczny. Poczucie samotności osób z ASD związane jest zarówno z samym występowaniem zaburzeń ze spektrum autyzmu, jak i z ich natężeniem (Siedler i Waligórska, 2020). Samotność społeczna może stanowić przyczynę lub konsekwencję zaburzeń lękowych (White i Roberson-Nay, 2009).

Lęk ma decydujący wpływ na zachowanie osób z autyzmem w różnych obszarach ich funkcjonowania. Ważnym elementem praktyki klinicznej jak również edukacyjnej jest diagnozowanie nasilenia lęku u osób z ASD, co stanowi podstawę oddziaływań pomocowych, mających na celu terapię zaburzeń lękowych. Wsparcie osób ze spektrum w radzeniu sobie z



doświadczanymi lękami jest konieczne do usprawnienia procesu edukacyjno-terapeutycznego, ale przede wszystkim podniesienia jakości i komfortu życia osób dotkniętych tym problemem.

### **Bibliografia**

Całek, G., & Kwapińska, K. (2014). Sytuacja dzieci z zespołem Aspergera. Raport z badań 2014. *Polskie Towarzystwo Zespołu Aspergera*.

Gillott, A., Furniss, F., & Walter, A. (2001). Anxiety in High-Functioning Children with Autism. *Autism*, 5(3), 277–286. <https://doi.org/10.1177/1362361301005003005>

Hallett, V., Lecavalier, L., Sukhodolsky, D. G., Cipriano, N., Aman, M. G., McCracken, J. T., McDougle, C. J., Tierney, E., King, B. H., Hollander, E., Sikich, L., Bregman, J., Anagnostou, E., Donnelly, C., Katsovich, L., Dukes, K., Vitiello, B., Gadow, K., & Scahill, L. (2013). Exploring the Manifestations of Anxiety in Children with Autism Spectrum Disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(10), 2341–2352. <https://doi.org/10.1007/s10803-013-1775-1>

Kerns, C. M., & Kendall, P. C. (2014). Autism and Anxiety: Overlap, Similarities, and Differences. W T. E. Davis III, S. W. White, & T. H. Ollendick (Red.), *Handbook of Autism and Anxiety* (ss. 75–89). Springer New York.

Maddox, B. B., & White, S. W. (2015). Comorbid Social Anxiety Disorder in Adults with Autism Spectrum Disorder. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 45(12), 3949–3960. <https://doi.org/10.1007/s10803-015-2531-5>

Mayes, S. D., Calhoun, S. L., Murray, M. J., Ahuja, M., & Smith, L. A. (2011). Anxiety, depression, and irritability in children with autism relative to other neuropsychiatric disorders and typical development. *Research in Autism Spectrum Disorders*, 5(1), 474–485. <https://doi.org/10.1016/J.RASD.2010.06.012>

Ringold, S. M., McGuire, R. W., Jayashankar, A., Kilroy, E., Butera, C. D., Harrison, L., Cermak, S. A., & Aziz-Zadeh, L. (2022). Sensory Modulation in Children with Developmental Coordination Disorder Compared to Autism Spectrum Disorder and Typically Developing Children. *Brain Sciences*, 12(9), 1171. <https://doi.org/10.3390/brainsci12091171>

Rynkiewicz, A., & Łucka, I. (2018). Autism spectrum disorder (ASD) in girls. Co-occurring psychopathology. Sex differences in clinical manifestation. *Psychiatria Polska*, 52(4), 629–639. <https://doi.org/10.12740/PP/OnlineFirst/58837>

Siedler, A., & Waligórska, A. (2020). Poczucie samotności u nastolatków z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. *Educational Psychology*, 59(17), 41–50.

White, S. W., & Roberson-Nay, R. (2009). Anxiety, Social Deficits, and Loneliness in Youth with Autism Spectrum Disorders. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 39(7), 1006–1013. <https://doi.org/10.1007/s10803-009-0713-8>

### **Н.В. Михайленко**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **О.В. Гудима**  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ СТУДЕНТІВ З ІНВАЛІДНІСТЮ ДО УМОВ НАВЧАННЯ У ЗАКЛАДІ ВИЩОЇ ОСВІТИ**

*Актуальність дослідження.* Середовище є важливим чинником соціалізації та реабілітації студентів, які мають обмежені фізичні можливості. Серед найважливіших інституцій, які сприяють інтеграції неповносправних людей у суспільство, слід назвати отримання професійної освіти, зокрема у закладах вищої освіти.

Кожного року збільшується кількість студентів з особливими потребами у закладах вищої освіти України. Це слугує сигналом, що включення в навчальний процес, студентів з обмеженими можливостями відбувається досить успішно, не зважаючи на певні труднощі. З кожним роком покращуються умови перебування і навчання «особливих» студентів в межах українських ЗВО. Але, все ж таки, на сьогодні існують перешкоди, які ускладнюють адаптацію та інтеграцію людей з особливими потребами в навчально-освітнє середовище вищої школи. Саме тому в Україні набула актуальності проблема здобуття вищої освіти молодих осіб з особливостями у розвитку. Особливостям інтегрованого та інклюзивного навчання присвячені праці українських науковців (Ю. Богінська, О. Глузман,

О. Дікова-Фаворська, С. Миронова, Т. Пічугіна, А. Шевцов та ін.). Проблемам адаптації молодих людей до навчання у ЗВО досліджували О. Борисенко, А. Захарова, О. Єрмоленко, В. Кан-Калік, Т. Каткова, М. Левченко, О. Мороз, М. Чайковський, В. Штифурак та ін. Науковці вивчали забезпечення інтеграції осіб з особливими потребами в освітнє середовище вищої школи із урахуванням різноманітних специфічних аспектів. Серед них: доступність вищої освіти для осіб з обмеженими функціональними можливостями; соціальний, психолого-педагогічний супровід осіб з обмеженими функціональними можливостями в процесі здобуття освіти; особливості міжособистісної взаємодії між звичайними студентами та студентами з обмеженими функціональними можливостями, соціально-психологічні проблеми їх адаптації та ін.

Проте аналіз літератури показує, що неповною мірою вивчено процес адаптації студентів з особливими освітніми потребами в українських ЗВО. Зважаючи на потребу детального та ефективного дослідження особливостей адаптації студентів з особливими потребами в освітнє середовище закладу вищої освіти, нами була обрана відповідна тема: «Соціально-психологічна адаптація студентів з інвалідністю до умов навчання у закладі вищої освіти».

*Мета дослідження* – здійснити теоретичне і практичне дослідження соціально-психологічної адаптації студентів з інвалідністю до умов навчання у закладі вищої освіти.

Для досягнення мети дослідження передувало вирішення таких *завдань*: здійснити теоретичний аналіз наукових джерел з проблеми соціально-психологічної адаптації та з'ясувати особливості соціально-психологічної адаптації студентів з інвалідністю до умов навчання у закладі вищої освіти; здійснити порівняльний аналіз проблеми соціально-психологічної адаптації студентської молоді з інвалідністю в освітнє середовище закладу вищої освіти в українській і зарубіжній педагогічній практиці; підібрати емпіричний інструментарій для дослідження соціально-психологічної адаптації здорових студентів та студентів з інвалідністю; проаналізувати та інтерпретувати порівняльний аналіз емпіричних даних; визначити взаємозв'язки між соціально-психологічною адаптацією та психологічними особливостями студентів з інвалідністю і здорових студентів та здійснити їх порівняння.

*Теоретико-методологічну основу дослідження* склали теоретичні положення науки про розвиток особистості в процесі інтеграції та

інклюзивної освіти (К. Островська, А. Колупаєва, Т. Авксентьева, А. Лісниченко, Т. Скрипник та ін.); психолого-педагогічний супровід студентів з особливими потребами у вищих навчальних закладах (О. Єрмоєнко, Т. Комар та ін.); системний підхід в оцінці психічної адаптації особистості (Л. Вассерман, М. Беребин, М. Косенков та ін.).

*Методи дослідження: теоретичні:* аналіз соціально-педагогічної, психологічної, педагогічної, соціологічної літератури, синтез, систематизація, порівняння, класифікація, узагальнення для з'ясування змісту базових понять дослідження; *емпіричні:* спостереження, порівняння, узагальнення, аналіз; *соціологічні методи:* анкетування; *статистичні* – (кількісна та якісна обробка даних за допомогою методів математичної статистики) для опрацювання отриманих даних.

*Результати дослідження.* Соціально-психологічна адаптація є результатом процесів біологічної і психологічної адаптації в навколишньому середовищі і представляє собою один із механізмів соціалізації особистості. Встановлено, що адаптація передбачає, як обов'язкові складові, процес зовнішнього зв'язку між студентами або їх комунікації, спілкування між ними як взаєморозуміння та взаємоприйняття і забезпечується двоєдиним адаптивно-адаптуючим характером. Аналіз законодавчої практики засвідчує позитивні зрушення у сфері українського законодавства та освітньої політики у сфері забезпечення інтегрованого/інклюзивного навчання дітей та молоді з обмеженими функціональними можливостями.

За результатами порівняльного аналізу емпіричних даних було встановлено, що: у здорових студентів домінує мотивація «прагнення до успіху», натомість у студентів з інвалідністю домінує мотивація «уникнення невдачі»; у здорових студентів «залежність» від групи нижча ніж у студентів з інвалідністю, разом з тим, у здорових студентів також домінує «прийняття боротьби»; у студентів з інвалідністю домінує явище «уникнення боротьби» натомість «адаптація» в умовах студентської групи в здорових студентів вища, ніж у студентів з інвалідністю; показники «самосприйняття» та «емоційна комфортність» у здорових студентів вищі, ніж у студентів з інвалідністю; показник «прагнення до домінування» у здорових студентів вищий, ніж у студентів з інвалідністю.

Визначаючи взаємозв'язки соціально-психологічної адаптації студентів з інвалідністю та їх психологічних особливостей, було встановлено, що вік та сімейний стан є важливими факторами, котрі впливають на процес адаптації здорових студентів. Під час

дослідження нами було встановлено, особа є незалежнішою від групи, коли у неї присутня мотивація досягнення успіху та високий рівень самосприйняття її як особистості. Водночас, емоційна комфортність здорових студентів залежить від здатності абстрактно мислити, їхньої кмітливості та схильності до експериментування. Було встановлено взаємозв'язок між самооцінкою здорових студентів та їх схильністю до домінування (ступінь завищеності самооцінки студентів визначає ступінь схильності до домінування над іншими людьми).

Внаслідок проведеного дослідження нами було встановлено, що в студентів з інвалідністю процес соціально-психологічної адаптації є успішнішим за таких умов: схильності особи не уникати боротьби та наполегливості у досягненні мети. Крім того, на високий рівень самосприйняття себе як особистості у студентів з інвалідністю впливають такі особливості особистості: критичність мислення, наполегливість у досягненні мети та соціальна сміливість і активність.

Також встановлено прямий зв'язок між емоційною комфортністю студента з інвалідністю та таких його особливостей: відповідальності та додержання норм і правил поведінки разом із критичністю мислення. Більше того, прагнення студента з інвалідністю до домінування свідчить про надмірно занижену самооцінку.

**Висновки.** Проведення факторного аналізу в групі «здорові студенти» уможливило встановити, що на їхню соціальну психологічну адаптацію впливають особливості сприймання, які зумовлені особливостями самосприйняття, емоційної комфортності та сприйняттям інших. Натомість, на соціально-психологічну адаптацію студентів з інвалідністю впливають особливості емоційної комфортності, які зумовлені інтернальністю, самосприйняттям та адаптацією, а також особливості самоконтролю, які зумовлені рівнем домінантності та експресивності.

# ПСИХОЛОГІЯ ЛЮДИНИ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ

**В.В. Бродяк**

магістрант 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **Н.С. Славіна**  
кандидат психологічних наук, доцент,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## ПРИЧИНИ ТА МЕТОДИ ЗАПОБІГАННЯ ПРОФЕСІЙНОГО СТРЕСУ У РЯТУВАЛЬНИКІВ ДСНС

Сучасне життя у війні, безперервні інформаційні потоки, глобалізаційні зміни спонукають організм працювати на повну силу. Стрессова сигналізація не відключається, і згодом людина виснажується. Симптоми стрессового стану дуже різні й залежать як від обставин, так і особливостей самого організму. Серйозні травматичні події можуть спричинити гострий стресовий розлад. Актуальність дослідження стресів, що впливають на професійну діяльність та працездатність рятувальників оперативно-рятувальної служби цивільного захисту, вивчення основних методів впливу психологічних умов на розвиток стресостійкості є високою та необхідною.

В словнику значення слова «stress» англійською означає (зовнішній) вплив, (зовнішню) силу, й із XVII століття використовується у фізиці, наприклад, у знаменитому законі Гука, в якому говориться, що деформація пружного тіла прямо пропорційна напруженню, якому воно піддається. Отож коли провести аналогію, яка напрошується, то в законі Гука під стресом мається на увазі «напруження» (як і належить, відповідно до словника), а в «законі Сельє» стрес виступає в ролі «деформації», тобто «реакції організму». (Сененко, 2018).

Під стресом розуміють особливий стан психіки, організму в цілому, який визначається широкою мобілізацією функціональних резервів для подолання будь-якого стрессового (часто екстремального) впливу (Герасименко & Ісаков & Скрипніков, 2023).

Виділяють травматичний стрес, посттравматичний стрес, психічну травму, розлади адаптації, реакції на тяжкий стрес, гострі реакції на стрес, посттравматичний стресовий розлад, відстрочені реакції.

Зайчикова Т.В. виділила низку чинників, які викликають професійний стрес:

1) зовнішні, щодо організації: зміни в суспільстві, економічні і фінансові умови, зміни в особистому житті (сімейні проблеми, старіння, смерть близького родича, народження дитини тощо);

2) групові: відсутність колективної згуртованості та наявність внутрішньо особистісних, міжособистісних і внутрішньо групових конфліктів;

3) внутрішньо організаційні: фізичні (погані побутові умови, температура

повітря, погане освітлення, надмірний шум, больові стимули тощо) та психосоціальні, які обумовлені комбінацією трудових, організаційних і соціальних особливостей робочого місця (характер виконуваної роботи; ставлення працівника до своєї роботи; перевантаження або надмірно мала завантаженість роботою, ін.) (Зайчикова, 2008).

Симптоматично стрес (як і стресовий розлад) проявляється таким чином:

Фізичні реакції: труднощі зі сном, напруга, втома, тахікардія, болі, розлади шлунково-кишкового тракту (ШКТ).

Емоційні реакції: гнів, тривога, оніміння, сором, порожнеча, зниження здатності відчувати задоволення та ін.

Когнітивні реакції: кошмари, погана концентрація уваги, нерішучість, занепокоєння.

Міжособистісні реакції: недовіра, дратівливість, проблеми на роботі. Служба рятувальників у ДСНС зосереджена на боротьбі із результатами повномасштабного вторгнення росії на території України, а саме: ліквідацією наслідків обстрілів мирних жителів, гасіння пожеж, розбору зруйнованих будинків, наданню мирному населенню допомоги, евакуація постраждалих із районів ведення бойових дій, реалізація комплексу заходів розмінування звільнених територій. Через постійні надзвичайні ситуації, спеціалісти ДСНС мають високий рівень емоційного реагування на стресові обставини. Стресові ситуації - фактор зниження працездатності людини, продуктивності праці і є значною проблемою, яка залежить від

індивідуальної значущості травматичної події та розвитку індивідуальних механізмів захисту психіки.

Стресостійкість визначається сукупністю особистих якостей, що дають змогу людині переносити значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження, зумовлені особливостями професійної діяльності, без особливих шкідливих наслідків для діяльності людей, що її оточують, і свого здоров'я (Крайнюк, 2007).

Наукові розробки проблеми стресостійкості представлені доробками таких учених, науковців та практиків: Н. Агаєвим, В. Алещенком, О. Кокуном, М. Корольчуком, Н. Лозінською, А. Неуровою, В. Остапчуком, В. Осьодло, І. Пішко, Є. Потапчуком, І. Приходько, О. Сафіним, О. Тімченком та іншими авторами.

Є науково обґрунтовані інструменти, що допоможуть боротися з негативними наслідками стресу:

Усувайте чинники стресу. Якщо це неможливо, переосмислюйте думки щодо нього, це допоможе впоратися з емоціями. Внутрішньо приймайте ситуації поза вашим контролем.

Розвивайте соціальну підтримку. Підтримуйте друзів та рідних. Взаємодопомога важливий чинник у подоланні стресу.

Харчуйтеся збалансовано. Поживні речовини дають необхідні сили для подолання стресової ситуації.

Розслабляйте м'язи. Стрес провокує головні болі, напругу м'язів, біль у спині. Боротися з такими симптомами можна за допомогою розтяжок, масажу, теплих ванн.

Майте повноцінний сон. Здоровий сон — це підзарядка, відпочинок та відновлення організму, він потрібен кожному.

Будьте фізично активними. Під час фізичної активності знижується рівень гормону стресу (кортизолу), ми відчуваємо піднесений стан та отримуємо більше задоволення від життя.

Звертайтеся по допомогу до лікаря. Своєчасне медичне втручання допоможе подолати наслідки стресу, пропрацювати наслідки, визначити, як діяти наступного разу.

**Висновки.** Професійна діяльність рятувальників Державної служби України з надзвичайних ситуацій має свої специфічні особливості, що обумовлено із роботою в напруженому режимі та постійних стресах. Професія є стресогенною. Через постійні емоційні напруження, фізичні перевантаження, часті переживання травматичних ситуацій, реакції організму на зовнішні впливи та надзвичайні обставини, робота рятувальників призводить до



виснаження та вигорання, що в свою чергу викликає гострі стресові розлади. Головним критерієм ефективності терапії є максимальне відновлення адаптивних можливостей та соціального функціонування рятівника.

### **Список використаних джерел**

1. Герасименко Л.О., Ісаков Р.І., Скрипніков А.М. Реакція на важкий стрес та розлади адаптації. Київ : ВСВ «Медицина» 2023 С. 119–121.
2. Зайчикова Т. В. Профілактика та подолання стресів як умова підтримки психологічного здоров'я працівників організацій. *Вісник НТУУ*. Київ. 2008. № 3(24). С. 135–137.
3. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості: монографія Київ : Ніка-Центр, 2007. 155с.
4. Сененко С. Що таке стреси і як їх долати. *Дзеркало тижня*. № 12. 29 березня 2008, URL:[http://ni.biz.ua/scho\\_take\\_stresi\\_i\\_yak\\_yih\\_dolati-53263.html](http://ni.biz.ua/scho_take_stresi_i_yak_yih_dolati-53263.html) (дата звернення 01.11.2023).
5. Що таке стрес та як з ним боротися. Центр громадського здоров'я МОЗ України 2021. URL:<https://phc.org.ua/news/scho-take-stres-ta-yak-z-nim-borotisyu> (дата звернення 01.11.2023).

### **Н.М. Макаренко**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та вікової психології,  
Криворізький державний педагогічний університет,  
Кривий Ріг, Україна

## **ПРОБЛЕМА ВПЛИВУ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА КОГНІТИВНУ СФЕРУ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ (на основі опрацювання зарубіжних джерел)**

Подовжене дистанційне навчання занурило здобувачів української освіти у нові умови сучасного життя. Відповідно, такий вид навчання вплинув на когнітивні функції особливо тих, хто демонструє високу цифрову активність, сформував нові види мислення (кліпове), погіршив мислительні операції, стратегії, якість та швидкість умовисновків, спростив процеси абстрагування, рефлексивності.

Соціальні мережі спростили мислительний процес тому, що надають готові алгоритми вирішення задач. А це позбавляє людину

мотивації до активного пошуку інформації, шляхів вирішення проблем. Інтернет послаблює інтелектуальну діяльність, підміняє її використанням неякісної, неперевіреної інформації. Сама культура інформаційного простору – уривчаста, «мозаїчна», що не дозволяє людині пов'язати отриману інформацію в цілісну систему.

Не слід ігнорувати амбівалентність впливу цифрового середовища на молодь, яка дозволяє більш швидко обробляти інформацію, активізує праву півкулю, що може впливати на розвиток творчості, поширити коло для спілкування, пришвидшити процес пошуку потрібної інформації.

Але основний вплив неконтрольованого перебування у Інтернет-просторі – негативний, особливо коли людина не підготована до такої ефективної діяльності.

З оглядом результатів дослідження негативного впливу соціальних мереж, електронного середовища на когнітивні функції студентів, слід зазначити: всі вищі когнітивні процеси не є вродженим. Вони формуються під впливом середовища. У наш час значне місце займають соціальні мережі. Саме такий цифровий простір потрібно використовувати максимально ефективно, враховуючи його вплив на когнітивний розвиток особистості.

Непідготованість до такої діяльності, негативний вплив «непідготовленості» активно висвітлювалася у сучасних дослідженнях зарубіжних науковців. Так, Draganski В., Gaser С. зазначали, що пристрась до соціальних мереж заважає мозку нормально розвиватися. Розвивається в основному ліва півкуля, а це може призвести до «digital dementia» – цифрового слабоумства (втрати пам'яті, погіршення уваги, когнітивними порушеннями) [1].

Шпіцер М. (Spitzer М.), нейрофізіолог університету Ульме, Німечина у своїй книзі «Anti-brain: digital technologies and the brain. Антимозок» довів: постійне переключення уваги на гіперпосилання, повідомлення, рекламу примушує людину весь час взаємодіяти з декількома файлами, сайтами, чатами. Сприймання стає поверхневим. Розуміння інформації спрощується, тому що неглибоке вникання у суть отриманої інформації знижує активність синапсів у головному мозку, погіршує запам'ятовування. Цифрові технології призводять до дисфункції мозкової діяльності. Той, хто бажає ознайомитися з потрібною серйозною інформацією повинен пройти по так званому «герменевтичному колу» (вивчити ціле через деталі, а деталі через ціле). Тобто, не зрозумівши якоїсь інформації прагнуть знову

повернутися до прочитаного (зануритися вертикально). А ті, хто зловживає Інтернетом, шукають горизонтально, перескакуючи по посиланням. Нездатність заглибитися у інформацію, відсутність глибини її переробки, приводить до її нерозуміння, нездатності запам'ятати [2]. Подібної точки зору притримуються Peng M., Chen X., Zhao Q: короткочасне перебування у Інтернет-середовищі з великою кількістю гіперпосилань швидко змінює обсяг та здатність до концентрації уваги. Концентрація знижена протягом довгого проміжку часу навіть після виходу з віртуального світу [3].

С. Грінфільд, професор університету Оксфорда також дослідив, що цифрові технології змінюють мозок, тому людині (яка перебуває у віртуальній реальності) важко перейти у звичайну реальність та критично оцінити наслідки впливу віртуальної реальності на розвиток провідних пізнавальних функцій. Для цього потрібно упроваджувати програму «зцілення», спрямовану на електронне голодування.

Gindrat A., Chytiris M., Valerna M. попереджали (за результатами отриманих експериментальних даних): широке неконтрольоване використання Інтернету привело людство до необхідності вивчити багато нових навичок та способів взаємодії з іншим світом. Це призвело до нейронних змін у мозку. Навіть проста взаємодія з Інтернетом через сенсорний екран здатна викликати стійкі нейрокогнітивні зміни у ділянках кори, пов'язаних з сенсорною та моторною обробкою руху пальців рук [4].

У дослідженнях Firth J., Torous J., Stubbs B. йдеться про те, що виконання одночасно великої кількості завдань – «багатозадачність» (читання та пошук інформації, слухання музики, розмова по телефону) знижує когнітивні функції, значно погіршує якість виконання серйозних завдань, не тренує увагу, тому що формує підвищену сприйнятливність до постійного переключення на незначні подразники з оточуючого середовища [5].

Purcell K., Rainie L., Heaps A. також акцентують увагу на «багатозадачності»: надмірне занурення молоді у соціальні мережі створили покоління, яке легко відволікається, постійно переходить від однієї інформаційної приманки («заманухи») до іншої, прагне до багатозадачності, яка, в свою чергу погіршує якість виконання будь-яких завдань [6].

Всі науковці наголошують на перевантажені сучасної людини марною, багаторазово дубльованою, викривленою інформацією, якою рясніють соціальні мережі. Її (інформацію) необхідно інтерпретувати,

перевіряти (для наукової роботи) вирішувати можливість використання. Для цього потрібне відповідне освітнє середовищу з активним розвитком критичного мислення. Форми і методи такого розвитку, наприклад у процесі курсу медіаосвіти досліджувалося нами [7]. Основна ідея у розробці означеного курсу полягала в першу чергу у максимальному переконанні аудиторії у наявності ґрунтовних наукових досліджень впливу медіа на свідомість людини, когнітивну сферу, аудиторію. Саме тому було запропоновано багато інтерактивних способів розвитку критичного мислення: «лекція together», активний пошук фейкових новин, неякісної інформації, написання рефлексивних есе, порівняння новин з різноманітних джерел тощо. Читання курсу медіа психології довело свою ефективність, тому буде удосконалюватися та впроваджуватися для подальшого розвитку когнітивних функцій.

#### **Список використаних джерел**

1. Draganski B., Gaser C. Neuroplasticity : changes in grey matter inducet by training (2014). URL: 427 (6972); 311-2. Doi: 10.1038/427311a.
2. Spitzer M. Anti-brain : digital technologies and the brain <http://www.nbu.gov.ua> Greenfield S. Changing the mind. How digital technologies leave a mark in our brain (2018). URL:<http://www.nbu.gov.ua> (дата звернення 1.09.2023)
3. Peng M., Chen X., Zhao Q. Attentional scope is reduced by Internet use : a and behavior and EPR study (2018). URL: 13(6): eO198543.doi:10,1371 /0198543. URL:<http://www.nbu.gov.ua> (дата звернення 1.10.2023)
4. Gindrat A., Chytiris M., Balerna M. Use-dependent cortical processing from fingertips in touchscreen phone users (2015). URL: 25;109-16/ doi: 10.1016/j.cub.2014.11.026
5. Firth J., Torous J., Stubbs B. Internet brain: how the Internet can change our percersion (2019). URL:18(2): 119-29ю doi: 10.1002/wps.20617.
6. Purcell K., Rainie L., Heaps A. How teens to research in the digital world. New Research Center. Journal Contribution posted (2019). P.21-28.
7. Макаренко Н.М. Курс «Медіапсихологія» як засіб розвитку критичного мислення студентів. Філософія освітнього простору вищої школи: психологічний та психолінгвістичний дискурс: *колективна монографія* за ред. Н. Корчакової. Київ : Центр учбової літератури. 2022. С.184–219.

## ОРГАНІЗАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ; ЕКОНОМІЧНА ПСИХОЛОГІЯ

### **Eduard Ivashkevych**

Doctor of Psychology, Professor, Professor of General Psychology and Psychological diagnostics, Rivne State University of the Humanities, Rivne, Ukraine

### **Alexander Nabochuk**

Ph.D. in Psychology, Doctoral student of Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav, Pereiaslav, Ukraine

## **BIFURCATIONS OF PROFESSIONAL CREATIVITY OF MANAGERS**

In Ukrainian Psychology considerable attention is also paid to the issues of revealing the essence of professional creativity, elucidating the mechanisms of creative activity and the nature of the creative abilities of specialists. As for the diagnosis of professional creativity, it is worth noting that there are almost no global researches in this direction. *Professional activity* is always realized by the individual. Its goals and motives exert considerable influence on the level of performance of professional activity by the subject. If the goals of the individual are placed outside the professional activity itself, if a person performs it only so that, for example, he/she is not scolded for not completing a task or in order not to lose his/her prestige, then the professional activity is performed in good faith in the best way, and its result are even under brilliant conditions, when their performance does not exceed the legally required level. In other words, depending on whether a person considers solving a problem as the means to realize external goals in relation to knowledge or it is a goal in itself, the flow of professional creativity is also determined. In the above case, this process is interrupted as soon as the professional task is solved. If the goal of the professional activity is knowledge, then the process of professional creativity will constantly develop. In this case, we are observing the phenomenon of *self-movement of professional activity*, which leads to the exit of professional creativity beyond the limits of the given process, which will allow us to reduce professional creativity to the “unpredictable process”. The hidden secret of the highest forms of professional creativity, the ability to find something new in the subject, something that others do not see, lies

in this fact going beyond the given limits, in the ability to continue professional knowledge in the paradigm of a given (initial) situation, that is, *situationally unstimulated productive professional activity*. A real process of professional creativity is characterized, first of all, by the fact that its result is somewhat broader than the initial goal. In its explicated forms professional creativity leads to the generation of the goal itself, that is, goal-setting activity is carried out at this level. Thus, each individual action acquires a generative character and increasingly loses the form of the response. Thus, professional creativity in the narrow sense of the word begins where it ceases to be only an answer, but in this way only a certain solution to a previously actualized problem. At the same time, the process of professional creativity remains both a solution and the answer of the problem, but at the same time there is some explained supersense in it, which determines its *creative character*.

In the paradigm of *the Competence Approach*, the problem of professional creativity is considered from the point of view of the development of *reflective and creative activity* and *professional competence* of the individual (Onufriieva, 2017). *The reflective aspect of self-awareness* is considered by us to be a determinant of professional creativity. We'll emphasize that a special act of self-awareness is important for a specialist for conscious self-realization, such as reflection, which is a way of self-realization of the person's creative activity, precisely in which a person singles out his/her own efforts and explains his/her position in life as the basis of *creative coexistence* and as *a dominant opportunity for self-development and self-improvement of himself/herself and his/her life*. In Psychology, creative uniqueness is considered as a necessary and integral attribute of *self-realization* of the individual, which also largely determines *the process of professional creativity*.

In the researches of psychological mechanisms of the development of professional creativity, scientists also distinguish *autopsychological components* (Collins & Amabile, 1999). It is emphasized that professional creativity is a holistic systemic formation that includes a set of interconnected structural components: creative abilities, creative motivation, creative direction, creative cross-direction, creative-volitional act, creative activity, a high level of creative pursuits, which determine a creative nature of the specialist's activity and which are revealed and developed in the process of professional activity itself through psychological mechanisms of reflection, self-regulation, self-evaluation, etc.

We are talking about the identification of the so-called “integral personal characteristics”, which determine high creative results in the person’s professional activity. Axiological and professional competence can be one of such “integral personal characteristics” of professional creativity. A personality with a high level of professional creativity is distinguished by courage, openness to acquiring new professionally significant experience, originality, significant cognitive needs, independence, flexibility, personal sovereignty, etc. (Mykhalchuk & Onufrieva, 2020). In the scientific literature, the fundamental characteristics of *a professionally creative personality* are singled out: active non-adaptability; spontaneous productivity; transcendent qualities of the individual; reflection of personal capabilities (Моляко & Музыка, 2006). So, based on the described results, in our research we single out another important structural component of professional creativity – it is personal one, which includes the subject’s awareness and management of the development of personal qualities, which are necessary for solving creative tasks: courage, openness to new experience, originality, extraordinary cognitive needs, independence, flexibility, sovereignty, etc.

So, the psychological analysis of scientific literature, having been made in previous our researches, allows us to state that the category “**professional creativity**” attracts researchers both in the field of General and Pedagogical Psychology, Axiopsychology, Pedagogy, Acmeology and in special fields of scientific knowledge of specific professional activities. We propose to distinguish three paradigms in the study of this complex concept. The first one is the observance of a General Psychological Approach to the study of professional creativity. The second paradigm involves conducting research on the relationships between professional creativity and the categories: creative attitude to the performance of professional activities, creative thinking, creative potential, creative abilities, creative professional orientation. In our opinion, these categories are the most important personal characteristics of both any person and the head of an educational institution. The third paradigm outlines the mutual influence of creativity and professional activity of the manager, his/her professionalism and professional skills.

So, in order to determine the professional creativity of the head of an educational institution and to investigate its structure, we need to move from the general theoretical aspect of creativity, which in this case becomes a paradigmatic category, to some other narrower categories, which are the creative characteristics of a professional and the head of establishment or institution, and then to individual aspects of creative activities of the

manager in the profession and management. Schematically, it looks in such a way. *Management skill* is distinguished by the following feature, which we can see in a view of its specificity: *management of creative activity* is always *a process of co-creation*. The latter is related to the creativity not only of the team as a whole, but also of its individual units and even each individual employee. Thus, management skills require both collective and individual forms of professional activity that interact with each other and complement each other.

*Creative activity* and *creative thinking* of a manager are considered by psychologists as a whole and as a part, primarily because creative activity is based not only on thinking, but also on other psychological phenomena: motives, emotions, memory, will, abilities of the manager. Thus, we interpret the concept of “creative activity” of the manager according to the system of its individual features:

- creative activity has the aim at solving professionally significant problems, for which there is a characteristic absence in this subject area or only in this manager not only by a solution method, but, most importantly, of subject-specific knowledge, which are necessary for its implementation;

- creative activity is associated with the manager’s awareness of new knowledge for the subject as a basis for further development of a method of solving problems of such a plan;

- creative activity is characterized for the manager by a rather uncertain possibility of developing new forms of performing professional activities and, on their basis, inventing a way to solve this problem. The uncertainty of the process of professional creativity is caused by the absence of any other knowledge that will clearly determine the mentioned innovations.

So, we can make *the following conclusions*: creativity is not a characteristic of selected, individual characteristics, because creative abilities can be constantly developed; in the process of mastering knowledge about the methods of performing research activities and the skills of its implementation, the scientist’s personality develops in the direction of his/her preparation for professional activities at the creative level.

So, the highest achievements of creativity are available only to a few selected geniuses of humanity, but in everyday life we are surrounded by creativity, which is a necessary condition for productive existence and the formation of a person. We, considering the essence of managerial creativity, proceed from our own, personal attitude to advanced management experience.



## Literature

1. Моляко В.О., Музика О.Л. Здібності, творчість, обдарованість: теорія, методика, результати досліджень За ред. В.О. Моляко, О.Л. Музики. Житомир : Рута, 2006. 320 с.
2. Collins M.A., Amabile T.M. Motivation and creativity. *Handbook of Creativity*. Ed. by R. Sternberg. Cambridge, 1999. P. 297–313.
3. Mykhalchuk N., Onufriieva L. Психологічний аналіз різних типів дискурсу. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. Кам'янець-Подільський, 2020. Вип. 50. С. 188–210. URL: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2020-50.188-210>.
4. Onufriieva L.A. The Psychology of Professional Realization of a Future Specialist's Personality: Theoretical and Methodological Aspect. *Monograph*. BonusLiber: Rzeszów, 2017. 194 s.

### В.В. Мотозюк

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: Л.А. Онуфрієва  
доктор психологічних наук, професор,  
завідувач кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РЕЗИЛЬЄНТНОСТІ ПЕДАГОГА В СУЧАСНИХ УМОВАХ

*Актуальність дослідження.* Сучасне суспільство характеризується систематичними соціально-економічними перетвореннями, швидким темпом життя, різноманітністю інформації, це призводить до збільшення навантажень на психоемоційну сферу особистості. Професія педагога є однією з найбільш інтелектуально та емоційно напружених видів діяльності, яка поєднує в собі безліч факторів, що здатні призвести до деформації особистості. Одним з яких є професійний стрес, що негативно відображається на ефективності педагогічної діяльності. Саме тому однією з професійно важливих якостей особистості педагога - здатність чинити опір стресовим ситуаціям, або стресостійкість.

Сучасний технологічний процес, соціальні, політичні, екологічні умови життя людини нерідко призводять до виникнення синдрому розумово-емоційного напруження, а точніше кажучи, стресу. Найбільше стресовим ситуаціям піддаються люди, які працюють в інтелектуальній сфері, оскільки саме розумове напруження стає причиною стресу. Беззаперечно, професія вчителя вимагає значного інтелектуального напруження з метою найкращого викладання освітнього матеріалу, яке, у свою чергу, може спричинити стресову ситуацію. Щодня, використовуючи свій розумовий та інтелектуальний потенціал, учитель має вміти працювати з цілим класом учнів, зацікавити їх слухати, навчатись і засвоювати корисну інформацію. У школі багато чинників можуть викликати стрес учителя – це неповага учнів до вчителя, гомін і неслухняність, зірвані уроки, невивчений матеріал, відсутність дисципліни на уроці, іноді навіть хуліганські витівки, постійні зміни в освітньому процесі, відсутність належного законодавчого регулювання діяльності вчителя, незрозумілі вказівки керівництва закладу та багато-багато іншого. А якщо до цього додати рівень оплати праці вчителя, можливі домашні проблеми, військовий стан в країні, то взагалі складеться велика вірогідність отримати стрес.

Для аналізу стресостійкості викладача закладу вищої освіти передусім важливо визначитися з поняттями стрес та стресостійкість, особливостями цієї дефініції у педагогічній діяльності.

Психологічний стрес завжди пов'язаний із двома типами категорій: особистісним (форма психоемоційного стресу, яка передбачає наявність гострого конфлікту із самим собою або ж розбіжність реальності з очікуванням); міжособистісним (виникає на тлі переживання сильних емоцій, до яких людина була не готова). Професійний стрес – це напружений стан працівника, який виникає під впливом емоційно негативних і екстремальних факторів при виконанні професійної діяльності, підкреслюючи його негативний прояв, як дистрес, який проявляється у фізичних та психічних реакціях на напружені ситуації у професійній діяльності людини, створюючи потенційну загрозу для успішності трудової діяльності, здоров'я.

*Мета дослідження* – виявити психологічні особливості стресостійкості педагога загальноосвітньої школи і розробити тренінг для розвитку стресостійкості.

*Завдання дослідження:* здійснити теоретичний аналіз наукових досліджень з проблеми резильєнтності у педагогічній діяльності;

визначити особливості, структурні компоненти і психологічні ресурси стресостійкості педагога; емпірично виявити рівень резильєнтності педагогів закладу освіти; розробити тренінг розвитку резильєнтності у педагогів закладу освіти.

*Методологічною та теоретичною основою дослідження* стали теорії стресу та подолання емоційно важких життєвих ситуацій (К. Абульханова-Славська, Р. Лазарус, С. Міллер, Е. Носенко, Г. Сельє та ін.); наукові положення про стресостійкість особистості (М. Дьяченко, П. Зільберман, К. Ізард, В. Маріщук, В. Моросанов, Т. Циганчук, Т. Цюман, О. Нагула, З. Адамська та ін.), про сутність і розвиток саморегуляції особистості (А. Маслоу, Г. Нікіфоров, Х. Стельмашук, С. Тітаренко, Н. Цибуляк та ін.).

*Методи дослідження.* Для розв'язання поставлених завдань у роботі були використані методи теоретичного й емпіричного дослідження: а) *теоретичні методи* (аналіз, порівняння, класифікація, систематизація, узагальнення) дали можливість науково-теоретичного обґрунтування отриманих нами даних; б) *емпіричні методи*: «Самооцінка стресостійкості» (С. Коухен, Г. Вілліансон), Шкала психологічного стресу rsm-25 (Лемура-Тесьє-Філліона), «Визначення рівня стресостійкості особистості» (Ю. Щербатих), опитування; в) *кількісної обробки*: коефіцієнт кореляції Спірмена (для визначення міри зв'язку між факторами), спеціалізовані пакети прикладних програм для психологічних досліджень.

*Результати дослідження.* Аналіз наукових джерел із дослідження проблеми стресу свідчить про те, що в психології можна чітко визначити декілька підходів, за якими здійснюється його вивчення. А саме: реакція організму у відповідь на шкідливі подразники, які проявляється у стані нервово-психічного напруження, негативних емоційних переживаннях, захисних реакціях, стані патології (Г. Сельє, Л. Леві та ін.); характеристика зовнішнього середовища з точки зору стимулів, що турбують або руйнують – стрес-факторів (Дж. Вайтц, Г. Франкенхайзер, Р. Лазарус та ін.). У межах цього підходу будь-які максимальні вимоги до людини з боку умов або діяльності сприймаються як стресогенні; модель взаємодії людини та середовища, тобто стрес це – реакція людини у відповідь на відсутність «відповідності» між можливостями особистості та вимогами, які до неї ставляться з боку середовища (Т. Кокс, Дж. МакКей та ін.). Кожен напрямок нами проаналізований з точки зору теоретичних і практичних здобутків та обмежень.

Резильєнтність педагога як комплексна особистісна властивість визначається її практичним забезпеченням за трьома основними компонентами: емоційним (нервово-психічна врівноваженість, емоційна врівноваженість), поведінковим (активність, прагнення до саморозвитку і самопізнання, асертивна поведінка, толерантність, комунікативні і міжособистісні навички), когнітивним (аутопсихологічна компетентність, вміння ставити цілі і досягати результатів, вироблення навичок успішного подолання стресових ситуацій). Виявлено, що робота у закладі середньої освіти обумовлює високий стресовий вплив на педагога. Більше ніж 50% викладачів мають стресові ситуації. В свою чергу, рівень стресостійкості вчителів залежить від вікової групи педагога: молодші вчителі мають найвищий рівень стресостійкості, у порівнянні з вчителями 30-44 років, яким важче справлятися зі стресом.

Досліджено психологічні особливості резильєнтності у педагогічній діяльності в сучасних умовах життя і діяльності. Встановлено, наявність закономірного зв'язку між рівнем стресостійкості вчителя та його психологічними особливостями. За результатами теоретичного аналізу та проведеного емпіричного дослідження встановлено, що сучасні педагоги закладів освіти піддаються сильному стресовому впливу та у переважній більшості випадків не знають як з ним справлятися. За результатами дослідження тільки 19% справлялися з ним. Тому, для формування стресостійкості педагогів потрібно провести тренінгові заняття з метою підвищення резильєнтності, розвитку навичок стресостійкості та рефлексії.

**Висновки.** Формування стресостійкості допоможе педагогу подолати негативні наслідки стресових ситуацій, зберегти себе від дезінтеграції та різноманітних розладів, створити основу для внутрішньої гармонії, високої працездатності, визначити успішність своєї професійної діяльності, а також зберегти власне здоров'я. Праця педагога постійно освіти супроводжується психологічним напруженням та негативними емоційними станами, що впливають на працездатність і здоров'я. Характер і способи протистояння стрес-ситуаціям залежать від активності особистості, її якостей та здібностей. Адекватність оцінки ситуації та власних ресурсів визначає інтенсивність реакцій, спрямованих на зміну емоційний станів та стратегію комунікативної діяльності викладача. Тому ефективним способом збереження психологічного здоров'я викладача є формування професійної стресостійкості.

## **В.Р. Пшеничка**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **Д.І. Куриця**  
кандидат психологічних наук,  
старший викладач кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

### **КОМПЛЕКСНА ДІАГНОСТИКА ОРГАНІЗАЦІЙНОГО СТРЕСУ ЯК ЗАСІБ ПІДВИЩЕННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ДІЯЛЬНОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ**

Дослідження, присвячені вивченню впливу стресу на результати діяльності підприємств, виявили цілу низку супутніх форм поведінки, які впливають на репутацію, продуктивність і конкурентоспроможність підприємства. Так, психосоціальне середовище, що породжує стрес, може призвести до зростання абсентеїзму і презентеїзма, зниження мотивації, задоволення і інтересу, підвищити плинність кадрів і бажання залишити роботу.

У зв'язку з чисельністю концепцій і технологій в області аналізу ОС, що зустрічаються в прикладних дослідженнях, його діагностика спрямована на аналіз окремих випадків і не об'єднана в єдину систему. Це не дозволяє скласти цілісне уявлення, як про саму предметну галузь вивчення ОС, так і виділити єдині способи його діагностики і корекції.

З точки зору психології ефективність організації характеризується психологічними, фізіологічними і соціально-психологічними показниками організаційного благополуччя, серед яких можна виділити такі, як задоволеність роботою, активність трудової, громадської і духовної діяльності працівників, клімат в колективі та ін. Очевидна необхідність комплексного підходу до побудови програм діагностики ОС, що сприятиме своєчасній корекції і профілактики ОС на рівні колективного суб'єкта, групи і всієї організації.

Щоб уникнути двозначності під терміном «стрес» в цій роботі буде матися на увазі дистрес, що несе негативні наслідки. Під стресорами – події або їх характеристики (стимули), з якими стикається людина. Поняття «перевтома», «напруга» і «стресові реакції» в даній роботі є синонімами і означають психологічну,

фізичну або поведінкову реакцію на вплив стресорів. Термін вигорання передбачає виснаження людських ресурсів. Дослідження проблеми ОС проводяться з точки зору найбільш ефективно зарекомендуваного в даний час трансактного підходу.

*Мета дослідження* – виявити фактори організаційного стресу у працівників сучасних організацій та розробити інструментарій з діагностики організаційного стресу.

Досягнення поставленої мети реалізуються в процесі вирішення наступних завдань дослідження: проведення аналітичного огляду існуючих концепцій і методологічних підходів до вивчення ОС, практичних розробок у рамках вивчення проблеми стресу; визначення факторів розвитку стресу у трудовій діяльності, їх наслідки для працівників і організації; розгляд діагностичних інструментів, що застосовуються в сучасній організаційній психології, розробка і проведення комплексної діагностики ОС; аналіз отриманих емпіричним шляхом результатів дослідження організаційного стресу; визначення та обґрунтування значення впливу факторів організаційного оточення на благополуччя працівників; підготовка на основі отриманих результатів рекомендацій щодо вдосконалення діагностики ОС, розробка концепції стрес-діагностики.

*Методи дослідження.* Для збору даних та аналізу результатів емпіричних досліджень застосованій комплекс методів, що складається з декількох груп діагностичних методик: методики, що дозволяють оцінити специфіку трудової ситуації, ступінь вираженості організаційного стресу: «Шкала організаційного стресу», «Опитувальник трудового стресу»; методики, спрямовані на дослідження емоційно-особистісної сфери: «Шкала особистісної та ситуативної тривожності»; методики, що характеризують функціональний стан: «Опитувальник професійного вигорання», «Шкала організаційного стресу»; для обробки емпіричних матеріалів застосовувалися методи логічного систематизації, групувань, порівняння, класифікація, систематизація, узагальнення, аналіз та методи математичної статистики.

*Результати дослідження.* Теоретичний огляд наукових досліджень проблеми ОС показав множинність теорій і підходів до вивчення стресу у трудовій діяльності. Майже всі вони базуються або на моделі, заснованій на стимулі, або на моделі, заснованій на реакції, або як результат інтеракції людини і зовнішнього середовища, при якій порушується рівновага між ними.

Емпіричне дослідження ОС було диференційовано 3 групами респондентів. Так, аналіз емоційно-особистісної області показав середні нормативні показники ситуативної та особистісної тривожності, оптимальні для здійснення професійної діяльності. В результаті досліджень функціонального стану було встановлено, що для даної вибірки характерний середній рівень емоційного виснаження, середній рівень деперсоналізації і низький рівень задоволеності професійними досягненнями. Загальний інтегральний показник вигорання респондентів показав середню нормативну ступінь професійного вигорання. 72% респондентів демонструють поведінку типу А 72% і 20% типу АБ, що вказує на ризик коронарних захворювань для індивідів і ймовірність негативних наслідків в організаціях у вигляді конфліктів. В цілому, при середніх значеннях показників, що відображають стан емоційно-особистісних і функціональних характеристик групи загальний індекс ОС визначив високі його значення, що може бути пов'язано з високим ступенем ситуативної тривожності, виявленої в результаті дослідження у 32% респондентів групи. Оскільки ситуативна тривожність обумовлена впливом ситуативних стрес-факторів, які створюють стресову ситуацію в певні відрізки часу, показники ситуативної тривожності вказують на високу значущість характеристик трудової ситуації і важливого значенні факторів організаційного середовища для успішної професійної діяльності, що на наш погляд диктує необхідність вивчення більш широкого діапазону факторів внутрішнього і зовнішнього середовища організації і їх впливу на благополуччя працівників. Обробка результатів методом Спірмена підтвердила результати аналізу ОС і встановила наявність статистично значущі кореляційні зв'язки між отриманими показниками, в тому числі істотну взаємозалежність ситуативної тривожності від інших показників ОС.

На другому етапі емпіричного дослідження ОС встановлено вплив факторів зовнішнього і внутрішнього середовища організації на психологічне благополуччя працівників. У дослідженні брали участь 53 людини різних вікових та професійних груп. В результаті аналізу було встановлено, що обидві групи факторів, що характеризують зовнішню і внутрішню середу організації, показали значний за чистоту і силу вплив на показники ОС.

Запропоновано розширену модель факторів організаційного стресу, в якій всі джерела ОС поділяються на 3 групи: зовнішні,

пов'язані з зовнішнім середовищем організації, внутрішні організаційні (безпосередні джерела стресу на роботі) і індивідуальні (внутрішньоособистісні) джерела. Розширена модель факторів ОС більш повно доповнює трансактну стрес-концепцію і підкреслює організаційний характер стрес-процесу, у тому числі значущість індивідуальних особливостей працівників. Запропоновано сучасну концепцію діагностики ОС, засновану на принципах організаційної психології та менеджменту. Концепція діагностики ОС повинна охоплювати всі етапи і функції організаційного управління: планування, організація, мотивація і контроль. Такий підхід дозволяє попередити і внести своєчасні зміни в загальний процес управління ОС.

**Висновки.** Так, психодіагностика ОС виступає важливим інструментом підвищення ефективності організації. У сучасних соціально-економічних умовах комплексна діагностика ОС є значущою частиною стрес-менеджменту і спрямована на підвищення загального організаційного благополуччя.



# ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ТА ПСИХОКОРЕКЦІЯ ОСОБИСТОСТІ

**В.Р. Атаманюк**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **Р.Т. Сімко**  
кандидат психологічних наук, доцент,  
старший викладач кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## ОСОБЛИВОСТІ КОРЕКЦІЇ ПСИХОЕМОЦІЙНОЇ СФЕРИ ОСІБ ІЗ ПРОЯВАМИ КОМП'ЮТЕРНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

*Актуальність дослідження.* Поняття комп'ютерної залежності або по-іншому, патологічне використання комп'ютера, вперше з'явилося на початку 90-х років для опису непереборного бажання працювати у Всесвітній комп'ютерній мережі. Вчені із американського Центру когнітивної терапії поставили її в один ряд з такими залежностями, як потреба витратити гроші, kleptomанія, азартні ігри тощо. Означена проблема сьогодні є актуальною і для України. Оскільки хвиля комп'ютеризації в нашій країні досягла великих масштабів. Відкрито багато Інтернет-кафе, комп'ютерних класів, майже в кожній оселі є комп'ютер. Так, означене питання стало об'єктом вивчення і для наших вітчизняних психологів.

У сучасному світі процес комп'ютеризації та інтернету набуває все більшого значення. Кіберпростір охопив практично всі сфери людського життя, трансформуючи при цьому не тільки окремі дії, але і людську діяльність у цілому, здійснюючи вплив на всі психічні процеси. При взаємодії людини з новими інформаційними технологіями відбувається опосередкування діяльності новими знаковими системами й засобами. Створення інформаційних технологій, як і поява самого комп'ютера, вселяло оптимістичні очікування інтелектуальній еліті суспільства, оскільки нові технології завжди визначали прогресивні тенденції в соціумі. Віртуальний простір розширює можливості спілкування, полегшує доступ до інформації, при правильному використанні сприяє розширенню інтелектуальних можливостей людини. Проте з появою

кіберпростору з'явилися і нові проблеми. На сьогоднішній день однією з найактуальніших проблем у світі є проблема комп'ютерної інтернет залежності. Учені різних країн прирівнюють інтернет залежність до наркотичної або алкогольної. З таким порівнянням можна погоджуватися або сперечатися, але вищеназвана проблема загострюється все більше з кожним роком, про що свідчать результати соціологічних досліджень. У процесі взаємодії людини та інтернету виникає низка проблем: з одного боку – проблема вдосконалення роботи людини в кіберпросторі, з іншого – проблема змін у психіці й особистісній сфері людини, яка працює в новій знаковій системі. Вивчення наслідків впливу кіберпростору на особистість при застосування інформаційних технологій відноситься саме до другого кола проблем. У зв'язку з наростаючою інтенсифікацією процесів комп'ютеризації суспільства значно актуалізується проблема вивчення впливу глобальної інформатизації на особистість користувача.

Аналіз праць зазначених авторів показав, що у вітчизняній літературі бракує досліджень особливостей психічної діяльності і, зокрема, симптомів «комп'ютерної залежності» в осіб юнацького віку. А також мало розробок, які стосуються психокорекції та психотерапії комп'ютерної залежності. Це спонукало нас до більш глибокого дослідження даної проблеми та перевірки можливостей застосування корекційної програми з використанням методів та методик арт-терапії для зниження залежності.

Арт-терапія із значним успіхом застосовується для корекції залежної поведінки. Однак у доступній нам науковій літературі немає повідомлень про застосування арт-терапії для корекції комп'ютерної залежності. Це й спонукало нас до перевірки можливостей даного методу у сфері корекції зазначеного виду залежності. «Мішенями» корекційного впливу стала психоемоційна сфера юнаків-комп'ютерних адиктів.

– перевірка можливостей застосування методів та методик арт-терапії. *Мета дослідження* полягає у корекції психоемоційної сфери осіб, у яких спостерігаються окремі прояви комп'ютерної залежності.

Для досягнення мети дослідження передбачалось вирішення таких *завдань*: виявити особливості емоційної сфери юнаків-комп'ютерних адиктів і сформуванню психокорекційну групу з тих, чиє психоемоційне благополуччя порушене; розробити психокорекційну програму із використанням методів арт-терапії для оптимізації психоемоційної сфери юнаків, у яких проявляються риси комп'ютерної залежності; визначити, які зміни у проявах психоемоційної сфери сталися у юнаків із проявами комп'ютерної залежності у результаті реалізації корекційної програми; узагальнити результати дослідження та розробити

рекомендації щодо реалізації корекційної програми засобами арт-терапії з контингентом залежних від комп'ютера осіб.

*Теоретико-методологічну основу дослідження* склали теоретичні положення науки: медичний аспект ігрової адикції розглянуто у працях Ю. Азурманова, Л. Панченко та ін.; прояви психологічної залежності від інтернету дослідженні А. Белих, А. Єгоров, С. Ігумнов, Л. Лещенко, Ю. Мешек, О. Решетникова та ін.; Н. Сергєєва обґрунтувала соціально-педагогічні умови профілактики комп'ютерної інтернет адикції серед підлітків; Т. Веретенко та М. Снітко звернули увагу на діяльність підлітків у Інтернет-мережі виділили причини, які спонукають їх до цього; дослідники В. Биховець, Ю. Вінтюк, Н. Дикун, Н. Максимовська виявили причини виникнення інтернет залежності у дітей та підлітків, окреслили деякі аспекти запобігання цьому явищу.

*Методи і методики:* клінічне інтерв'ю, спостереження, психодіагностичні методики: (проективні методики «Автопортрет» за Р. Бернсом та «Прояви психологічних границь особистості в контакті», опитувальник «Дослідження рівня сформованості психологічних меж особистості» за Григор'євою О.В.), методи та методики арт-терапії, математико-статистичні методи (U-критерій Манна-Уїтні, H-критерій Крускала-Уолліса та коефіцієнт кореляції  $r_s$  Спірмена).

*Результати дослідження.* Аналіз отриманих у ході дослідження результатів дозволив нам зробити такі висновки щодо особливостей психоемоційної сфери та доцільності застосування арт-терапевтичних технік для її корекції в осіб із проявами комп'ютерної залежності. За наявності ознак комп'ютерної залежності у юнаків спостерігаються достатньо виражені агресивність, тривожність, регресивні тенденції (неготовність приймати реальність, приймати рішення та відповідати за свої реальні вчинки, залежність від думки інших), замкнутість. Є підстави вважати, що саме вони стають тими мотиваторами, які зумовлюють пошук юнаками способів їх вираження і компенсації. При цьому у юнаків-круглих сиріт, порівняно з юнаками, які є вихідцями з інших за структурою сімей, особливо з повних, виявляється набагато вищий рівень тривожності та амбівалентності почуттів.

Аналізуючи якість психологічних меж підлітків у контактах з різними оточуючими їх людьми, ми виявили, що якість меж в актуальних на даний час для юнаків контактах характеризується як більш «жорстка», «ригідна» (порівняно з періодом дитинства та бажаним майбутнім). У юнаків-круглих сиріт, порівняно з юнаками, які є вихідцями з інших за структурою сімей, особливо з повних, виявляється «жорсткі» та «ригідні», границі.

Дослідження сформованості меж психологічного простору особистості показало, що серед опитаних нами юнаків більшість (70-80%) у загальній вибірці виявляють відносно нормальні (гармонійні) межі. З гармонізацією особистісних меж пов'язані оптимізація психоемоційної сфери юнаків, а також їх вік і навчальна успішність. Провідним фактором, що визначає психоемоційний статус юнака, який має залежність від комп'ютера, є якість міжособистісного контакту в актуальний період життя молодшої людини.

**Висновки.** Застосування психокорекційної програми з використанням арт-терапевтичних технік дозволило значно підвищити рівень психологічного благополуччя юнаків з ознаками комп'ютерної залежності: знизилася тривожність, агресивність, прояви регресивних тенденцій, амбівалентності почуттів, замкнутості, депресивності, підвищилася самооцінка респондентів; психологічні межі особистості стали гармонійнішими, чіткішими і пластичнішими. Наша психокорекційна програма є ефективною щодо змін психоемоційних станів юнаків, залежних від комп'ютера.

**А.Ю. Баратюк**

магістрант 2 курсу,

Київський національний університет імені Тараса Шевченка,

Київ, Україна

**В.В. Белік**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,

Кам'янець-Подільський, Україна

Науковий керівник: **Н.Є. Гоцуляк**

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри загальної та практичної психології,

Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,

Кам'янець-Подільський, Україна

## **ОЦІНКА ЕФЕКТИВНОСТІ ВПЛИВУ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОЇ ПРОГРАМИ З РОЗВИТКУ КОГНІТИВНОГО ТА ЕМОЦІЙНОГО КОМПОНЕНТІВ САМОЦІННОСТІ ЛЮДИНИ**

Зважаючи на результати констатуючого експерименту, ми окреслили такі завдання формувального етапу емпіричного дослідження:

- розробити психокорекційну програму з розвитку когнітивного та емоційного компонентів самоцінності молодшої особистості;

- дослідити ступінь ефективності впровадженої психокорекційної програми;

- надати практичні рекомендації молоді щодо зміцнення почуття особистісної самоцінності (Матійків, 2012).

Упорядкована корекційна програма має за мету підвищити рівень рефлексивно-чуттєвого усвідомлення молоддю власної особистісної самоцінності.

Відповідно до мети були виділені завдання програми:

1. Формувати особистісну самобутність через процеси самопізнання.

2. Структурувати набутий життєвий досвід і спонукати до його ціннісного переосмислення задля зменшення агресії особистості щодо себе.

3. Розвивати адаптивні рефлексивні стратегії щодо невдач і травматичних епізодів, сприяти закріпленню позитивних самоустановок, системної оцінки подій і явищ.

4. Виробити уявлення про спектр можливих способів подолання життєвих труднощів та методів ефективного ухвалення рішень, цілепокладання.

5. Збагачувати внутрішньоособистісний емоційний інтелект (ВЕІ) шляхом здійснення просвітницької діяльності та практичного застосування конкретних психологічних прийомів з управління переживаннями та самомотивації.

З метою доведення ефективності впровадженої нами корекційної програми з розвитку когнітивного та емоційного аспектів самоцінності молоді було проведено контрольний зріз.

*Таблиця 1*

**Результати психокорекції за методикою В.В. Століна, С.Р.**

**Пантелєєва**

**до експерименту (у %)**

Рівень	Корекційна група					
	Внутр. чесність	Самовпевненість	Відзеркал. самоставлення	Самоцінність	Самоприйняття	Внутрішній конфлікт
<b>Н</b>	— —	4,3	13	8,7	21,7	21,7
<b>С</b>	82,6	60,9	60,9	34,8	69,6	60,9
<b>В</b>	17,4	39,1	34,8	52,2	21,7	17,4

**Результати психокорекції за методикою  
В.В. Століна, С.Р. Пантелєєва  
після експерименту (у %)**

Рівень	Корекційна група					
	Внутр. чесність	Самовпевненість	Відзеркал. самоставлення	Самоцінність	Самоприйняття	Внутрішній конфлікт
<b>Н</b>	—	—	34,8	21,7	20,7	34,8
<b>С</b>	87	73,9	78,3	47,8	65,2	56,5
<b>В</b>	13	26,1	21,7	52,2	—	—

Примітка: у цій та наступних таблицях Н – низький рівень вираженості властивості, С – середній рівень та В – високий рівень.

Так, за методикою самоставлення було виявлено якісну динаміку у зростанні рівня віддзеркаленого самоставлення, самоцінності та самоприйняття. Разом з тим, спостерігаємо зниження рівнів самокритичності та внутрішньої конфліктності, що свідчить про досягнення стану психологічного благополуччя особистості. Молоді люди стали відчувати себе більш вартісними, гідними поваги і схвалення.

*Таблиця 2*

**Результати психокорекції за методикою «Тест емоційного інтелекту Холла»**

Шкала	Корекційна група					
	Показники за рівнями до експерименту (у %)			Показники за рівнями до експерименту (у %)		
	Н	С	В	Н	С	В
<b>Емоційна обізнаність</b>	8,7	60,9	30,4	4,3	56,6	39,1
<b>Управл. власними емоціями</b>	82,6	17,4	—	39,1	60,9	—
<b>Самомотивація</b>	60,9	30,4	8,7	30,4	43,6	26

Показники таблиці свідчать про те, що після проведення корекційної програми значно покращилися показники управління

своїми емоціями та здатність до самомотивації у респондентів, що демонстрували низький рівень розвитку цих психічних компонентів. При чому, відзначаємо також зростання об'єму показників високого рівня самомотивації.

На нашу думку, це свідчить про ентузіазм корекційної групи у процесі розвитку любові до себе та самопідтримки. Найбільш вагомими змінами у розвиненості окремих типів рефлексії респондентів спостерігаємо стосовно внутрішнього самоспостереження.

Очевидно, учасники корекційної групи виявляють більше уваги до своїх переживань, думок і вчинків, що являється типовим для успішного процесу змін. Дещо зріс відсоток високого рівня системної рефлексії. Таким чином когнітивні процеси індивідуумів набувають комплексного характеру вибіркової та аналізу. Співставивши результати за методикою «Когнітивно-емотивний тест» Ю. Орлова (Сердюк, 2018), можемо оцінити валідність впровадженої корекційної програми щодо таких значимих корелятивів самоцінності як об'єм захисної рефлексії при негативних емоціях. Усвідомлене ставлення до власних емоцій сприяє їх об'єктивному сприйняттю та раціональному використанню у життєвому цілепокладанні.

Вважаємо, що такої тенденції могло слугувати переосмислення минулого досвіду, відвертість у спілкуванні між учасниками корекційної групи, а також катарсичне звільнення від сильних емоцій. Прийняття дозволу на власну помилку, безперечно, є умовою укріплення самоцінності особистості. Щодо зміни рівня агресивності молодих осіб щодо себе як головного чинника впливу на самоцінність особистості, фіксуємо її нівелювання в усіх учасників групи. На нашу думку, доцільно було б провести додатковий тест через деякий час після завершення участі у програмі. Це дозволило б встановити міру довготривалості отриманого ефекту.

Для перевірки надійності розвивальної програми була виконана математична обробка за допомогою W-критерію Вілкоксона для залежних вибірок. Відповідно до результату обчислення знайдені статистично значущі відмінності, що свідчить про ефективність запропонованого набору практичних технік для розвитку когнітивного та емоційного компонентів самоцінності молоді особистості.

Отримані результати обумовлюють розробку практичних рекомендацій молоді щодо розвитку почуття особистісної самоцінності.

## Список використаних джерел

1. Матійків І.М. Тренінг емоційної компетентності : навч.-метод. посіб. Київ : Педагогічна думка, 2012. 112 с. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/25782>
2. Сердюк Л.З. Психологічні технології самодетермінації розвитку особистості : *монографія*. Київ : Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, 2018. 192 с.

### Н.М. Гончарук

доктор психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

### Т.Д. Гаврюшенко

магістрантка спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## МЕТОДИКА ПСИХОЛОГІЧНОЇ РОБОТИ З ЕМОЦІЯМИ В УМОВАХ ПСИХОКОРЕКЦІЙНОГО ПРОЦЕСУ

Актуальними завданнями роботи психологічної служби є підтримка емоційної стабільності та подолання проблем, пов'язаних із емоційними дисфункціями. Проблеми емоційної сфери стосуються низки труднощів, які виражаються в дезактуалізації власних психічних станів, почуттів, поведінкових реакцій, зумовлених складними та багатогранними переживаннями, які призводять до явищ психологічної дезадаптації на життєвому шляху. До них відносяться проблеми, пов'язані з підвищеною тривожністю, агресією та аутоагресією, селфхармом, нейротизмом, емоційною нестійкістю, гіперактивністю, імпульсивністю, негативістськими тенденціями у поведінці, синдромом емоційного вигорання, депресією, суїцидальними намірами, неврастенією (підвищеною втомлюваністю) та невротичними розладами. Всі вони в своїй основі мають порушення емоційної поведінки, що зумовлює спільний підхід до їх вирішення.

Як показує досвід психологічної роботи, формування компетентностей емоційної поведінки передбачає типовий алгоритм психологічної роботи, пов'язаний із опануванням системи психологічних знань, умінь і навиків.

**Психологічні знання** стосуються вивчення абетки емоцій,



освоєння класифікацій емоційних станів, з'ясування основних проблем, які виникають внаслідок фрустрації тих чи інших психологічних ситуацій.

Для ознайомлення з емоційними станами та почуттями використовують психологічні техніки: «Абетка емоцій», «Чуттєвий світ», «Мої емоції», «Емоційний квітник», «Добро і зло».

Під час вивчення основних емоцій можна пропонувати перелік емоцій за послідовністю абетки: А – азарт, апатія; Б – бадьорість, байдужість, безсилля, безтурботність, боязкість; В – вдячність, вередування, веселість, витримка, виснаження, відраза, відчай, відчуженість, ворожість, втіха, втома; Г – ганьба, гнів, гордість, горе; Д – довіра, докір та ін. Всі описані емоції потрібно уважно проаналізувати, розподіливши на групи.

Окрім того, у психокорекційній роботі реалізується низка психотехнік. Техніка «Мої емоції» полягає в аналізуванні власних емоцій. Для цього використовують асоціативні картки із зображенням різноманітних емоційних станів. Учасникам корекційних занять пропонують підібрати картки, що описують власний емоційний стан, до прикладу зранку; у поточний момент або ті емоції, що відчувалися впродовж тижня. Техніка «Емоційний квітник» передбачає використання символічних образів та асоціацій: «Уяви, що твоє життя – це квітник, на якому замість квітів зростають емоції. Розкажи, які квіти ти хотів би бачити на своєму квітникові, з якими емоціями вони асоціюються?». Асоціації з квітами можна пропонувати для опису провідних емоційних станів учасників корекційного процесу. Наприклад, Оленка асоціюється з фіалкою – вона така сама ніжна, Софійка з трояндою – вона чарівна і витончена. Психологічна техніка «Добро і зло» зводиться до класифікації емоцій – кожному учаснику роздають потрібно поселити у різні будиночки добрі і злі емоції. Вправа «Чуттєвий світ» розповідає, що кожна людина живе у чуттєвому світі почуттів і пропонує відтворити цей світ у межах свого колективу.

На загальному тлі функціонування системи методичної роботи з формування емоційної поведінки визначальним конструктом постають **психологічні вміння**, які формуються під час виконання різноманітних завдань, пов'язаних із засвоєнням емоційних компетентностей. Для їх становлення створюють спеціальні умови та відбирають форми організації психокорекційних занять, серед яких основними є психологічні тренінги, індивідуальні та групові форми організації активного соціально-психологічного навчання (Опанасюк, 2015).

Психокорекційна робота з подолання емоційних психологічних

проблем поведінки залежить від форми емоційного порушення і може передбачати такі форми роботи: дезактуалізація гострої невротичної симптоматики; відтермінування негативних реакцій; вправи на звільнення від негативних емоцій; самонавіювання з використанням сугестивної терапії; формування здатності до емоційного переключення; освоєння навичок емпатії; розвиток позитивних емоційних установок.

Дезактуалізація гострої невротичної симптоматики дає змогу полегшити вираження афекту, що передбачає звільнення від негативної енергії. Психолог навчає клієнта основним прийомам самоконтролю, пояснюючи, що під час «вибуху» агресії або підвищеної тривоги психологічну напругу можна зняти будь-якими ритмічними діями. Цьому сприяють: рахунок до десяти, ритмічне дихання, зміна м'язової напруги. Приклади психологічних вправ: «Візьми себе в руки», «Кулачки» (вправи на зміну м'язової напруги), «Квадратне дихання», «Повітряна кулька», «Парусник» (вправи на ритмічне дихання).

Як показують психологічні дослідження (Bar-On & Parker, 2000), результативними є психологічні техніки на відтермінування негативних реакцій: «Рахунок до десяти», «Подумаю про це завтра», «Пісковий годинник» (прийняття рішень у стані, коли негативні емоції не керують поведінкою).

У руслі проведених психокорекційних форм роботи не менш ефективними виявились вправи на звільнення від негативних емоцій, а саме: «Боксерська груша», «Лялька Бобо», «Аркуш гніву». Допомагають звільненню від афекту також ігри з піском, водою, глиною, пластиліном та іншими підручними матеріалами. У повсякденному житті можна використовувати антистресові іграшки (джойстики, фіджет-куби, спінери, антистрес-лабіринти, гумові іграшки з антистресовими наповнювачами).

Звертаючись до проблеми психологічної роботи з емоціями в умовах психокорекційного процесу позиціонуємо доцільність психорелаксаційних вправ, які допомагають абстрагуватись від негативних проблем і сконцентруватись на власних життєво важливих емоційних функціях. Для цього можна пропонувати вправи «Кораблик», «Глиняний ковшик», «Добрі пластилінові гноми», «Сніговій», які широко використовують для зосередження на позитивних емоціях.

На ґрунті вивчення методологічних і методичних засад становлення емоційних форм поведінки (Карпенко, 2020) з'ясовано, що у психокорекційній роботі застосовують самонавіювання з використанням

сугестивної терапії (тіло: має бути розслабленим, вільним; емоції: повинні бути позитивними, слід подумки всміхнутись і відчутти приплив енергії до всього тіла; образ: необхідно здійснити асоціативні співставлення; мова: слід використати афірмації для самозаспокоєння).

У формуванні емоційних форм поведінки важливе значення має використання механізму сублімації – переключення на іншу діяльність або інші думки. Під час подолання негативних емоцій йдеться мова про ситуативне або особистісно спрямоване переключення. Найкраще переключатись за допомогою творчих видів діяльності, спорту, уподобань за інтересами, різних видів праці (садівництво, рукоділля), волонтерської діяльності.

Орієнтиром у формуванні емоційної сфери послужили дослідження, в яких розкрито значення емпатійності в особистісному розвитку. Якщо людина навчиться свідомо співпереживати іншим, зможе усвідомлювати їхній емоційний стан, прояви її негативних емоцій стануть не такими значними. У методиці формування емоційної поведінки часто послуговуються психологічними техніками «Емоційна емпатія», «Діяльнісна емпатія», «Фільм про мене».

Ключовим завданням підвищення емоційної стабільності особистості є розвиток позитивних установок. Для формування позитивної спрямованості поведінки варто використовувати такі психологічні вправи: «Емоційне коло», «Мій щоденник», «Любов до ближнього», «Передбачення позитивного результату». Позитивна спрямованість поведінки підвищить мотиваційну силу особистості, спрямовану на встановлення емоційних зв'язків з різними людьми.

На основі описаних психологічних вмінь формуються психологічні навички. Їх становлення здійснюється у повсякденній діяльності. Емоційні поведінкові навички розглядають як дію, доведену внаслідок багаторазових повторень до автоматизму.

**Висновки.** До психологічних проблем, пов'язаних із порушеннями емоційної сфери відносять підвищену тривожність, агресивність, селфхарм, нейротизм, емоційну нестійкість, гіперактивність, імпульсивність, негативістські тенденції у поведінці, синдром емоційного вигорання, неврастенія та ін., які в своїй основі мають порушення емоційної поведінки, що зумовлює спільний підхід до їх вирішення у контексті оптимізації емоцій.

Методика психологічної роботи пов'язана із формуванням знанневої частини (вивчення абетки емоцій, освоєння класифікацій емоційних станів, з'ясування основних проблем, які виникають внаслідок фрустрації тих чи інших психологічних станів) та практичної

частини (у контексті вмінь і навичок, пов'язаних із дезактуалізацією гострої невротичної симптоматики; відтермінуванням негативних реакцій; вправами на звільнення від негативних емоцій; самонавіюванням з використанням сугестивної терапії; формуванням здатності до переключення; освоєнням навичок емпатії; розвитком позитивних установок). Такий методичний підхід дає змогу освоїти систему знань, закріпити вміння у процесі виконання корекційних вправ та оволодіти навичками, доведеними внаслідок багаторазових вправ до автоматизму та досконалості.

#### **Список використаних джерел**

1. Карпенко Є.В. Психологія емоційного інтелекту в дискурсі життєздійснення особистості : дис. ... доктора психол. наук : 19.00.07. Івано-Франківськ, 2020. 497 с.
2. Опанасюк І.В. Емоційна спрямованість як складова EQ в старшокласників. *Наука і освіта*. Одеса, 2015. № 1. С. 125–130.
3. Bar-On R., Parker J. Emotional and social intelligence: Insights from the Emotional Quotient Inventory. *Handbook of emotional intelligence*. San Francisco : Jossey-Bass, 2000. 363–388.

#### **Н.Є. Гоцуляк**

кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

#### **О.В. Передрій**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

### **ПРОГРАМА ТРЕНІНГУ, СПРЯМОВАНА НА ЗАКРІПЛЕННЯ КОНСТРУКТИВНИХ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ У ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ СТРОКОВОЇ СЛУЖБИ**

Для розвитку конструктивної копінг-поведінки військовослужбовців під час строкової служби у психологічно напружених ситуаціях професійної діяльності було розроблено професійно-психологічний тренінг. Структура тренінгу складалася з таких компонентів:

- а) діагностико-інтерпретаційний компонент (аналіз основних критеріїв та показників явища, що досліджується, ознайомлення з

методами, які можуть бути використані для їх вимірювання, обґрунтування доцільності застосування тих чи інших діагностичних методів при вимірюванні певних параметрів, відображення основних підходів до оприлюднення отриманих результатів тощо);

б) інформаційно-смісловий компонент (теоретичні підходи до аналізу того чи іншого психологічного явища в організації – це визначення сутності досліджуваного феномена, розкриття його місця в системі діяльності організації, аналіз основних елементів його структури, систематизація основних типів, видів тощо);

в) корекційно-розвивальний компонент (характеристика основних напрямків корекційно-розвивальної роботи визначається через систему тренінгів та консультацій, пошук основних видів тренінгів та стратегій здійснення консультування, доцільність їх використання за наявності різних психологоуправлінських запитів, обґрунтування доцільності використання індивідуальних або групових форм корекційно-розвивальної роботи в тих чи інших ситуаціях тощо).

Мета професійно-психологічного тренінгу полягала у забезпеченні особистісного саморозвитку та корегування копінг-поведінки учасників у напрямі вибору конструктивних копінг-стратегій (Діденко, 2018). Основні завдання тренінг уполягали у наступному:

1. Сформувати у військовослужбовців потребу у переважному виборі асертивної та просоціальних копінг-стратегій (дій) для подолання психологічно напружених ситуацій професійної діяльності.

2. Збалансувати когнітивно-оцінний, мотиваційно-операційний та регулятивний компоненти копінг-поведінки.

3. Підготувати військовослужбовців до конструктивного подолання напружених ситуацій за рахунок свідомої спрямованості копінг-поведінки на джерело стресу з метою його усунення.

4. Розвинути особистісно-середовищні копінг-ресурси, що забезпечують сприятливий психологічний фон поведінки подолання і сприяють розвитку конструктивної копінг-поведінки (самоефективність, самооцінка, сприйняття соціальної підтримки, інтернальний локус контролю над середовищем, емпатія тощо).

Для активізації пізнавальної діяльності військовослужбовців пропонується використовувати різноманітні інтерактивні техніки: вивчення очікувань учасників занять, спільне розроблення правил групової роботи, створення малих груп, заповнення робочих листків,

«мозковий штурм», рольові ігри, тренінгові вправи, міні-лекції, аналіз професійних ситуацій, метод незавершених речень, групова дискусія тощо (Зливков, 2016). Заняття доцільно проводити у приміщенні, яке дозволяло б учасникам активно взаємодіяти між собою (працювати в групах, парах, «в колі», вільно пересуватися). Кожний учасник повинен мати бейдж, на якому було б вказано ім'я широко відомого героя, особистісні характеристики якого найбільше відповідали особистісним характеристикам учасника. Це дозволяло б створювати атмосферу вільного обміну думками, що було важливо для групової динаміки.

Важливу роль в ефективності заходів професійно-психологічного тренінгу відіграє перше заняття. Його основна мета: дати можливість учасникам групи познайомитися один з одним і з ведучим; визначити цілі і завдання програми; створити атмосферу взаєморозуміння і взаємної підтримки. Знайомство відбувалося у формі самопрезентації.

Перед початком кожного заняття учасникам групи оголошується тема, мета та завдання і надається можливість висловити свої очікування від заняття. Для цього всі учасники мають надати відповідь на такі запитання: чого саме вони хочуть навчитися під час занять; які конкретні вміння та навички хочуть засвоїти; який у них зараз емоційний стан. Цей прийом надає можливість вирішити низку завдань: завдяки механізму рефлексії дати учасникам самим усвідомити власні наміри щодо занять, над якими вони не замислювались; створити колективний психологічний портрет учасників занять; сформулювати чіткі уявлення про емоційний стан учасників; аналізувати зміни, які відбуваються в установках та емоційних станах учасників занять. Для полегшення знайомства застосовувалися ігрові прийоми (Діденко, 2018).

Спільно з учасниками було розроблено правила групової роботи, які стали орієнтиром в організації взаємодії на заняттях:

1. Правило «тут і тепер» орієнтувало учасників тренінгу на те, щоб предметом їх аналізу постійно були процеси, що відбуваються в групі в даний момент, відчуття, що переживаються та думки, що з'являються. Окрім спеціально зумовлених випадків, забороняються проєкції в минуле і в майбутнє. Акцентування на сьогоденні сприяє глибокій рефлексії учасників, вчить зосереджувати увагу на собі, своїх думках і почуттях, розвивати навички самоаналізу.

2. Правило «щирість і відкритість» вимагало від учасників не лицемірити і не брехати. Чим відвертішими будуть розповіді про те, що дійсно хвилює і цікавить, чим щирішими будуть представлені відчуття, тим більш успішнішою буде робота групи в цілому. Щирість і відкритість сприяють отриманню і наданню іншим чесного зворотного зв'язку.

3. Правило «Я» зосереджувало основну увагу учасників на процесах самопізнання, самоаналізі і рефлексії. Навіть оцінка поведінки іншого члена групи повинна здійснюватися через висловлювання власних виникаючих почуттів і переживань. Забороняється висловлювати міркування типу: «Ми вважаємо», «У нас думка інша» тощо, що перекладає відповідальність за почуття і думки конкретної людини на аморфне «Ми». Усі висловлювання повинні будуватися з використанням особистих займенників однини: «Я відчуваю», «Мені здається». Більш того, це важливо, тому що безпосередньо пов'язане з одним із завдань тренінгу – навчитися брати відповідальність на себе і приймати себе таким, який є.

4. Правило «активність» не дає можливості пасивно відсидітися. Активна участь усіх у тому, що відбувається на тренінгу, є обов'язковою. Більшість вправ передбачає участь усіх учасників. Але навіть якщо вправа носить демонстраційний характер, або пов'язана з індивідуальною роботою, усі учасники мають безумовне право висловитися після її виконання.

5. Правило «конфіденційність» визначало, що все, що говориться в групі відносно конкретних учасників, повинно залишитися усередині групи – природна етична вимога, яка є умовою створення атмосфери психологічної безпеки і саморозкриття.

Само собою зрозуміло, що психологічні знання і конкретні прийоми, ігри, психотехніки можуть і повинні використовуватися поза групою – професійною діяльністю, у навчанні, у повсякденному житті, при спілкуванні з рідними і близькими, з метою саморозвитку.

### **Список використаних джерел**

1. Шебанова В.І., Діденко Г.О. Копінг-поведінка у сучасних психологічних дослідженнях. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*. 2018. Вип. 39. С. 368–379.

2. Зливков В.Л. Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях : навчальний посібник. Київ : Педагогічна думка, 2016. 219 с.

**О.О. Заїкіна**

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **Н.Є. Гоцуляк**  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## **МОДЕЛЬ ЦІННОСТЕЙ ТА ПЕРЕКОНАНЬ ЩОДО ЗДОРОВ'Я В ОСІБ З ІПОХОНДРИЧНИМИ ПРОЯВАМИ**

Спираючись на результати висвітленого емпіричного дослідження, можемо сформувати прогностичну модель ставлення до здоров'я з огляду на переживання осіб з іпохондричними проявами. За результатами порівняльних тестів можна зазначити характерну тотожність у ставленні до здоров'я, проте окремі відмінності конкретизують цей аспект. Ця модель має охопити ключові особливості переконань щодо здоров'я осіб, що мають іпохондричні прояви (Бамбурак, 2019).

Особи з іпохондричними проявами демонструють подібне когнітивне ставлення до здоров'я порівняно з контрольною групою. Це включає їхні думки, переконання та розуміння інформації, пов'язаної зі здоров'ям. Вони можуть мати підвищену усвідомленість і чутливість до тілесних відчуттів і симптомів, інтерпретуючи їх як ознаки серйозних захворювань. Проте результати показують, що люди з іпохондричними проявами демонструють вищу емоційну реакцію на проблеми зі здоров'ям. Вони частіше відчувають тривогу, страх і страждання, пов'язані зі своїм здоров'ям, сприймаючи навіть незначні симптоми як ознаки серйозних захворювань. Така емоційна реактивність може сприяти посиленню занепокоєння та занепокоєння щодо здоров'я. Обидві групи демонструють схожі переконання щодо контролю над своїм здоров'ям. Люди з іпохондричними проявами, як і контрольна група, можуть сприймати комбінацію внутрішніх, зовнішніх і факторів випадковості/долі, що впливають на їх здоров'я. Однак ці переконання не мають істотних відмінностей між групами (Гресько, 2022).

Окрім того, результати вказують на відсутність істотних



відмінностей у поведінковому ставленні до здоров'я між особами з іпохондричними проявами та контрольною групою. Обидві групи демонструють схожі моделі поведінки, пов'язаної зі здоров'ям, наприклад, звернення за медичною допомогою або самообслуговування.

На основі цих висновків можна запропонувати попередню модель переконань щодо здоров'я для осіб з іпохондричними проявами. Ця модель припускає, що когнітивні установки, емоційна реактивність, локус контролю здоров'я, поведінкові установки та ціннісно-мотиваційні орієнтації сприяють формуванню переконань цих осіб щодо здоров'я. Підвищена емоційна реактивність і сприйняті тілесні відчуття можуть відігравати значну роль у розвитку та підтримці іпохондричних проявів.

Однак важливо зазначити, що ця модель базується на конкретних результатах цього дослідження і може потребувати подальшої перевірки та вдосконалення шляхом додаткових досліджень.

Вкрай важливо враховувати інші фактори та потенційну взаємодію між змінними, які можуть сприяти складній природі іпохондричних проявів. Власне, наразі можемо навести результати кореляційного аналізу, що деталізує нашу модель.

**Таблиця 1**

**Статистично значущі кореляційні зв'язки за результатами аналізу**

<b>Змінні</b>	<b>Соматизація тривоги</b>
Внутрішній локус контролю здоров'я	0.245*
Емоційне ставлення	0.486**
Когнітивне ставлення	0.315*
Відкритість досвіду	0.099*
Нейротизм	0.351**

Грунтуючись на значних кореляціях між досліджуваними змінними та рівнем схильності до соматизації тривоги, ми можемо розширити нашу модель переконань щодо здоров'я для осіб з іпохондричними проявами, щоб включити наступні додаткові компоненти. Ймовірно, респонденти з вищим рівнем внутрішнього локусу контролю щодо свого здоров'я частіше демонструють іпохондричні прояви. Це означає, що віра в контроль над власним здоров'ям відіграє певну роль у розвитку та підтримці іпохондричних тенденцій. Сильна кореляція вказує на те, що люди з вищою емоційною

реакцією на проблеми зі здоров'ям частіше відчувають іпохондричні прояви. Це підкреслює важливість емоційних факторів, таких як тривога та страждання, у прояві іпохондричних симптомів.

Водночас, значна кореляція свідчить про те, що люди зі специфічними когнітивними установками можуть бути більш схильні до іпохондричних проявів. Зокрема, це підтверджується результатами теоретичного дослідження, що засвідчують роль катастрофізації у формуванні іпохондричних переживань.

Кореляція вказує також на те, що люди з вищим ступенем відкритості до досвіду частіше демонструють іпохондричні прояви. Це свідчить про те, що люди, які відкриті до нових ідей, емоцій і відчуттів, можуть бути більш сприйнятливими до іпохондричних проблем через їхню підвищену сприйнятливність до інформації, пов'язаної зі здоров'ям. Їх підвищена емоційна реактивність і схильність до негативних емоцій можуть сприяти розвитку іпохондричних симптомів. Включення цих додаткових компонентів у нашу модель допомагає забезпечити більш повне розуміння факторів, які сприяють іпохондричним проявам. У ході статистичного аналізу ми виявили значні зв'язки між різними аспектами переконань щодо здоров'я, особистісними рисами та іпохондричними проявами. Окрім того, визначено певні відмінності поміж досліджуваними відповідних груп. Ці висновки свідчать про те, що переконання щодо здоров'я осіб з іпохондричними переживаннями досить близькі до тих, що мають типові респонденти. Водночас, результати кореляційного аналізу відображають певну зв'язність між окремими елементами, що було досліджено.

**Висновки.** Результати підкреслюють важливість внутрішнього локуса контролю в контексті ставлення до здоров'я. Емоційна реактивність є значущим аспектом, пов'язаним з іпохондричними проявами. Люди з підвищеною емоційною чутливістю та стражданнями щодо здоров'я більш схильні до іпохондричних симптомів. Стратегії емоційної регуляції можуть бути корисними в управлінні іпохондричними схильностями. Водночас, такі риси особистості, як відкритість досвіду та невротизм, пов'язані з іпохондричними проявами. Люди, які більш відкриті до нового досвіду або демонструють вищий рівень невротизму, можуть бути більш сприйнятливими до іпохондричних проблем. Розуміння впливу на особистість може допомогти в адаптації втручань для усунення конкретних вразливостей.

## Список використаних джерел

1. Бамбурак Н. Психологічний аналіз проблеми систематики психосоматичних розладів. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : психологічні науки*, 14(3), 2019. С. 18–31.

2. Гресько І. Я-концепція як чинник формування ставлення особистості до здоров'я : *емпіричне дослідження*. *Pomiędzy. Polonistyczno-Ukrainoznawcze Studia Naukowe*, 5 (2), 2022. С. 75–82.

### А.О. Зошук

магістрантка 2 курсу спеціальності 053 «Психологія»,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна  
Науковий керівник: **О.А. Логвіна**  
кандидат психологічних наук, доцент,  
доцент кафедри загальної та практичної психології,  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка,  
Кам'янець-Подільський, Україна

## АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК МЕТОД КОРЕКЦІЇ ОСОБИСТІСНОЇ ТРИВОЖНОСТІ

Арт-терапія, або ще терапія мистецтвом, є одним з напрямків психотерапевтичної роботи, що використовує мистецтво для позитивних змін в емоційному, особистісному та інтелектуальному розвитку людини. Творчість особистості використовується як засіб вираження емоцій, думок та досвіду за допомогою різних мистецьких матеріалів та технік.

На думку І.С. Ільченко, найбільш загальним визначенням арт-терапії є динамічна система взаємодії між учасником (дитиною, дорослим), продуктом його творчої діяльності та арттерапевтом (психологом, педагогом) в арттерапевтичному просторі (Ільченко, 2013).

Арт-терапія може розглядатись як самостійний, так і міждисциплінарний метод у сучасній психотерапії та психології. Вона застосовується в різних контекстах і з різними популяціями, включаючи дітей, підлітків, дорослих, літніх людей, а також людей із психічними розладами, травмами, депресією, залежностями та іншими проблемами.

Психоаналітичний напрям в арттерапії передбачає, що кінцевий продукт творчості пацієнта – намальоване олівцем, написане фарбами, виліплене чи сконструйоване, – є вираженням неусвідомлюваних процесів, що відбуваються в його психіці. З. Фройд підкреслював, що творчість є не результатом, а процесом, який розвивається в мисленні та фантазії людини. Цей процес дає особистості можливість відсторонитися від щоденних стресів та обмежень завдяки сублимації – перенаправленню негативної, здебільше сексуальної енергії в творче, соціально прийнятне русло, коли інстинктивний імпульс людини замінюється візуальним художньо-образним уявленням (З. Фройд, 2021).

Головною характеристикою феноменологічного підходу в арттерапії є інтенціальність – спрямованість потоку свідомості на предмет. Згідно з феноменологізмом арттерапія конструює внутрішній світ переживань, пропонуючи спочатку малювати картини або ліпити з глини, а потім проектувати це на повсякденне життя.

Завдяки гуманістичному підходу арттерапія перетворилася на метод короткочасної роботи, що орієнтується на досвід «тут і зараз». Цей підхід пропонує різні форми роботи з пацієнтом, що наближають його до ідеалу самоактуалізації, яким є повноцінно функціонуюча, цілісна, творча людина. При цьому широко використовуються різні форми терапії творчістю: арт-, драма-, казко-, музикотерапія, голосотерапія, терапія танцем тощо.

Усі вищевказані ознаки різних арттерапевтичних напрямків успішно працюють з тривожністю – однією чи з не найрозповсюдженіших психологічних проблем сьогодення. Військовий стан в Україні, епідемія COVID-19, невпевненість у завтрашньому дні, зростання насилля у суспільстві та нестабільність економічних процесів все частіше стимулює виникнення і розвиток тривожних станів.

Корекційний вплив терапії мистецтвом на особистісну тривожність відбувається за допомогою двох основних механізмів. Перший полягає в тому, що творчість дозволяє в особливій символічній формі реконструювати конфліктну травматичну ситуацію і знайти її вирішення через перетворення цієї ситуації на основі креативних здібностей суб'єкта. Другий механізм пов'язаний з природою естетичної реакції, що дозволяє змінити дію афекту від «болісного» до «приносить насолоду».

Можна виділити наступні особливості арттерапії, які є її

перевагами в порівнянні з іншими формами психотерапевтичної та психологічної роботи:

- практично кожна людина може брати участь в арт-терапевтичній роботі (незалежно від віку, культурного досвіду й соціального стану);

- арттерапія має цінність при використанні з тими групами клієнтів, які мають певні мовні обмеження;

- арттерапія є засобом вільного самовираження, самопрояву і самопізнання;

- арттерапевтичні методи мають значною мірою «інсайторієнтований» характер, зумовлюють атмосферу довіри, розуміння внутрішнього світу людини;

- арттерапевтична робота в більшості випадків викликає в людей позитивні емоції, допомагає долати апатію, безініціативність, формувати активну життєву позицію та позитивне світосприйняття;

- арт-терапія базується на мобілізації творчого потенціалу особистості, внутрішніх механізмів саморегуляції та самообілізації;

- відзначається особливою «м'якістю» прийомів і психокорекційних впливів (Колпакчи, 2018).

Завдяки використанню невербальних засобів самовираження та спілкування, арттерапія дозволяє особистості вільно виразити власні тривожні стани, що часто проявляються в емоційній нестабільності і важко піддаються вербалізації. Працюючи з особистісною тривожністю, арттерапевт вчить клієнта розпізнавати, керувати та екологічно виражати власні емоції і почуття за допомогою творчості.

Так, ізотерапія, або ж терапія образотворчим мистецтвом, допомагає клієнту проявити свої почуття, емоції, переживання, страхи та мрії. Важливими показниками стану особистості є обрані не художні матеріали, кольори, розміщення предметів на аркуші, розміри та форми. Ізотерапія вивільняє негативні емоції людини, що викликають почуття тривоги, і допомагає їх позбутися шляхом мазання, штриховки, малювання листям, малювання на склі, малювання пальцями та ін.

Казкотерапія дає змогу людині з тривожністю зануритися у внутрішній світ та налагодити контакт із зовнішнім через проекцію та символи. За допомогою казки особистість згадує дитинство, повертається до емоцій ранніх вікових періодів і через вигадані, фантастичні речі позбувається страху, тривоги та перешкод сьогодення.

Пісочна терапія дає можливість клієнту створити зменшену модель навколишнього світу і виразити у ньому все, що викликає тривогу, занепокоєння та негативні емоції; спроектувати будь-яку конфліктну ситуацію та виправити її на свій лад (Карапетрова, 2020).

**Висновки.** Артерапія як сучасний прикладний аспект психологічної науки успішно використовується для корекції особистісної тривожності та виділяється своєю екологічністю, м'якістю та ефективністю.

#### **Список використаних джерел**

1. Ільченко І.С. Арт-терапія: навчальний посібник для студентів. Умань, 2013. 150 с.
2. Карапетрова О.В. Використання методів арт-терапії у роботі психолога з корекції тривожних станів особистості. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля*. Серія: «Педагогіка і Психологія». Педагогічні науки. Дніпро, 2020. №2 (20). С. 34–39.
3. Колпакчи О.С. Арт-терапія: курс лекцій: навч. посіб. Київ, 2018. 288 с.
4. Фрейд З. Вступ до психоаналізу. Нові висновки. Тернопіль, 2021. 552 с.

**К.Ю. Іванова**

магістрантка 2 курсу,

Київський національний університет імені Тараса Шевченка,  
Київ, Україна

### **СТРЕСОВІ СИТУАЦІЇ ТА СТРУКТУРА ІНТЕГРАЛЬНОЇ ІНДИВІДУАЛЬНОСТІ ЯК ЧИННИКИ АДИКТИВНОЇ ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ**

Вивчення особливостей поведінки людини у кризових ситуаціях завжди знаходились у центрі уваги дослідників. Нестабільність економічних, соціальних, політичних умов заважає людині орієнтуватись у навколишній дійсності, створюючи стресові ситуації.

Науковцями проведено численні емпіричні дослідження окремих аспектів стресу, складних життєвих ситуацій, копінг-стратегії. Відчуваючи на собі вплив цих чинників, багато людей не в змозі впоратись з таким тиском (Крайнюк, 2007; Пасічник, 2010). Одним із наслідків такого впливу може бути своєрідна втеча від реальності,

змінення психічного стану за допомогою вживання різних речовин або фіксації уваги на певній діяльності.

Адиктивна поведінка у такому випадку стає для людини способом пристосування до навколишньої дійсності. Паралельно з розвитком суспільства, починають з'являтися і поширюватися нові форми залежностей. Вивченню питання адиктивної поведінки присвятили свої роботи багато дослідників, зокрема М.М. Мателеги (Мателега, 2015), І.І. Ліпатов (Ліпатов, 2010) та ін. Питання профілактики адиктивної поведінки розглядали В.М. Крайнюк (Крайнюк, 2007), О.А. Сорокіна (Сорокіна, 2014).

А.Б. Неурова (Неурова, 2016) виокремлює наступні види адиктивної поведінки: хімічна залежність (алкоголь, куріння, токсикоманія, наркоманія тощо), порушення харчової поведінки (переїдання, голодування); гемблінг (залежність від азартних та комп'ютерних ігор); сексуальні адикції (зоофілія, пігмаліонізм, трансвестизм, ексгібіціонізм, вуайєризм, некрофілія, садомазохізм); релігійна деструктивна поведінка (залученість до секти, релігійний фанатизм).

Люди відчують задоволення, коли задовольняються базові потреби, такі як голод, спрага та секс. У більшості випадків ці відчуття задоволення спричинені виділенням певних хімічних речовин у мозку, які підсилюють ці функції підтримки життя, стимулюючи індивіда повторювати поведінку, яка викликає ці почуття винагороди (їсти, пити та продовжувати рід).

Більшість речовин, що викликають залежність, змушують мозок вивільняти високі рівні тих самих хімічних речовин, які пов'язані з природним задоволенням або винагородою. З часом постійне виділення цих хімічних речовин викликає зміни в системах мозку, які беруть участь у винагороді, мотивації та пам'яті. Мозок намагається повернутися до збалансованого стану, мінімізуючи свою реакцію на корисні хімічні речовини або вивільнення гормонів стресу.

У результаті людині може знадобитися вживати все більшу кількість речовини, щоб почуватися ближче до норми. Людина може відчувати сильне бажання або тягу до речовини та продовжуватиме її вживати, незважаючи на шкідливі чи небезпечні наслідки. Людина також може віддавати перевагу речовині іншим здоровим задоволенням і може втратити інтерес до нормальної життєдіяльності.

У найбільш хронічній формі захворювання важкий розлад, пов'язаний із вживанням психоактивних речовин, може змусити

людину перестати піклуватися про власний добробут чи виживання чи благополуччя інших. Ці зміни в мозку можуть зберігатися тривалий час навіть після того, як людина припиняє вживати речовини (Сорокіна, 2014).

Вважається, що ці зміни можуть зробити людей із залежністю вразливими до фізичних і навколишніх ознак, які вони пов'язують із вживанням психоактивних речовин, також відомих як тригери, що може збільшити ризик рецидиву. Багато людей не розуміють, чому і як інші люди стають залежними і часто помилково думають, що людині з адикцією бракує моральних принципів чи сили волі, і що це можна легко припинити (Гринцевич, 2016).

Але залежність – це хронічна дисфункція мозкової системи, яка включає винагороду, мотивацію та пам'ять. Йдеться про те, як тіло жадає певної речовини чи поведінки, особливо якщо це викликає нав'язливе прагнення до «винагороди» та відсутність занепокоєння щодо наслідків. Деякі поведінкові та емоційні зміни, пов'язані із залежністю, включають:

- нереалістичну або погану оцінку плюсів і мінусів, пов'язаних із вживанням речовин або поведінкою;
- звинувачення інших факторів або людей у своїх проблемах;
- підвищений рівень тривоги, депресії та смутку;
- підвищену чутливість і гостріші реакції на стрес;
- проблеми з визначенням почуттів;
- труднощі з визначенням різниці між почуттями та фізичними відчуттями своїх емоцій (Сорокіна, 2014).

Отже, стрес є одним із найпоширеніших факторів, що спонукають до адиктивної поведінки, і вважається першою причиною рецидивів. За останні кілька десятиліть було досягнуто ряд значних успіхів у дослідженнях, які зосереджуються на нейробіологічних і психосоціальних аспектах стресу та залежності.

**Висновки.** Разом і з цим зростанням прийшло визнання важливості розуміння взаємодії біологічних і психосоціальних факторів, які впливають на ризик ініціації та підтримки адиктивної поведінки. Останні дослідження почали спеціально зосереджуватися на розумінні механізмів стресу та того, як він сприяє виникненню звикання. Цей зростаючий інтерес вплинув на те, як ми думаємо про залежність та її етіологічні фактори, і створив захоплюючі можливості для розробки ефективних стратегій втручання.



### Список використаних джерел

1. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості : монографія. Київ : Ніка-Центр, 2007. 432 с.
2. Мателега М.М. Психологічні особливості залежності як девіантної поведінки особистості. *Психологічні науки* : проблеми та здобутки. 2015. Вип. 7. С. 146–160.
3. Неурова А.Б., Капінус О.С., Грищевич Т.Л. Діагностика індивідуально-психологічних властивостей та якостей особистості : навч.-метод. посібник. Львів : НАСВ, 2016. 174 с.
4. Сорокіна О.А. Психологія залежності : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О.А., 2014. 180 с.
5. Теорія та практика психологічної допомоги: навч. посіб. / за ред. В.І. Пасічник, І.І. Ліпатов, Л.Ф. Шестопалова, І.І. Приходько. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2010. 354 с.

Наукове видання

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ ПСИХОЛОГІЇ:  
ПЕРСПЕКТИВНІ ТА ПРІОРИТЕТНІ НАПРЯМИ  
НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕНЬ МОЛОДИХ НАУКОВЦІВ**

**МАТЕРІАЛИ ІХ МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-ПРАКТИЧНОЇ  
КОНФЕРЕНЦІЇ**

17 листопада 2023 року

Кам'янець-Подільський – Київ – Херсон – Дніпро – Жешів – Париж, 2023

Головний науковий редактор  
Головний редактор  
Відповідальний секретар

**С.Д. Максименко**  
**Л.А. Онуфрієва**  
**Д.І. Куриця**

Матеріали подано мовою оригіналу.

Друкується в авторській редакції з оригінал-макетів авторів.

Редколегія не завжди поділяє погляди авторів статей.

Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за підбір, точність наведених фактів, цитат, економіко-статистичних даних, власних імен та інших відомостей.

Підписано до друку 17.11.2023 р. Формат 60x84/16  
Папір офсетний. Гарнітура Times New Roman. Друк офсетний  
Ум. друк. арк. 9,88. Тираж 100. Зам. 108

Видавець Ковальчук О.В.  
32315, Хмельницька обл., м. Кам'янець-Подільський,  
вул. Васильєва, 13, корп. А, 37.  
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 7057 від 25.05.2020 р.