

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДОНЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

ВІСНИК

ДОНЕЦЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

Серія

ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

Випуск 1(4) (2024)

Вінниця 2024

Рекомендовано до друку та поширення через мережу Internet Вченою радою Донецького національного університету імені Василя Стуса, протокол № 6 від 1 листопада 2024 року

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Головний редактор: Вікторія Оверчук – доктор економічних наук, кандидат психологічних наук, професор, професор кафедри психології Донецького національного університету імені Василя Стуса (м. Вінниця, Україна)

Голова редакційної колегії: Оксана Ляц – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології та соціальної роботи Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського (м. Вінниця, Україна)

Наталія Афанасьєва – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри соціальної економіки Харківського національного економічного університету імені Семена Кузнеця (м. Харків, Україна)

Софія Березка – кандидат психологічних наук, доцент, психолог кар’єрного та консультативного центрів університету Масарика (м. Брно, Чехія)

Катерина Васюк – к. психол. н, доцент кафедри психології Донецького національного університету імені Василя Стуса (м. Вінниця, Україна)

Оксана Вдовиченко – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри теорії та методики практичної психології Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського» (м. Одеса, Україна)

Ольга Ковальова – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького (м. Запоріжжя, Україна)

Анатолій Кононенко – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри загальної та соціальної психології Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара (м. Дніпро, Україна)

Альфред Лаурінавічус – доцент Інституту психології Вільнюського університету (м. Вільнюс, Литва)

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

Наталія Лапшова – к. психол. н., доцент кафедри психології Донецького національного університету імені Василя Стуса (м. Вінниця, Україна)

Людмила Матохнюк – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології КЗВО «Вінницька академія безперервної освіти» (м. Вінниця, Україна)

В 53 Вісник Донецького національного університету імені Василя Стуса. Серія «Психологічні науки» / Гол. ред. проф. Вікторія Оверчук. Вінниця : Вид-во ДонНУ ім. Василя Стуса, 2024. Випуск 1(4). 124 с.

Засновник і видавець: Донецький національний університет імені Василя Стуса
Періодичність випусків збірника – двічі на рік

Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу масової інформації серія
КВ № 25067–15007Р від 10.12.2021 р.

Статті у виданні перевірені на наявність плагіату за допомогою програмного забезпечення Unicheck
Автори статей несуть всю повноту відповідальності за зміст статей, достовірність даних, фактів, цитат, рівень незалежності отриманих результатів

Адреса редакції:
вул. Академіка Янгеля, 4, Вінниця, Україна, 21007
e-mail: v.overchuk@donnu.edu.ua
<https://psy-donnu.net>

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
VASYL' STUS DONETSK NATIONAL UNIVERSITY

BULLETIN

OF THE VASIL' STUS
DONETSK NATIONAL UNIVERSITY

Series

PSYCHOLOGICAL SCIENCES

Issue 1(4) (2024)

Vinnytsia 2024

UDC 159.9
B 53

ISSN 2786-8745 (print)
ISSN 2786-8753 (online)
DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4)

Recommended for publication and distribution via the Internet by the Academic Council of Vasyl' Stus Donetsk National University, Minutes No. 6 of _1 November 2024

EDITORIAL BOARD

Editor-in-Chief: Victoriia Overchuk – Doctor of Economics, Candidate of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Psychology, Vasyl' Stus Donetsk National University (Vinnytsia, Ukraine)

Chair of the Editorial Board: Oksana Liashch – Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of Psychology and Social Work, Vinnytsia Mykhailo Kotsiubynskyi State Pedagogical University (Vinnytsia, Ukraine)

Nataliia Afanasieva – Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of Social Economics at the Semen Kuznets Kharkiv National University of Economics (Kharkiv, Ukraine)

Sofiia Berezka – PhD in Psychology, Associate Professor, Psychologist at the Career and Counseling Center of Masaryk University (Brno, Czech Republic)

Kateryna Vasyuk – PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Psychology, Vasyl' Stus Donetsk National University (Vinnytsia, Ukraine)

Oksana Vdovychenko – Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of Theory and Methods of Practical Psychology, South Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushynsky (Odesa, Ukraine)

Olha Kovaleva – Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of Psychology at Bohdan Khmelnytskyi Melitopol State Pedagogical University (Zaporizhzhia, Ukraine)

Anatolii Kononenko – Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of General and Social Psychology, Oles Honchar Dnipro National University (Dnipro, Ukraine)

Alfred Laurinavicius – Associate professor at the Institute of Psychology, Vilnius University (Vilnius, Lithuania);

Oksana Kononenko - Doctor of Psychological Sciences, Full Professor, Head of the Department of Social Psychology of the Odesa Mechnikov National University (Odesa, Ukraine)

Nataliia Lapshova - PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Psychology at Vasyl' Stus Donetsk National University (Vinnytsia, Ukraine)

Liudmyla Matokhniuk – Doctor of Psychology, Professor, Professor of the Department of Psychology of the Vinnytsia Academy of Continuing Education (Vinnytsia, Ukraine).

B 53 Bulletin of Vasyl' Stus Donetsk National University. Series «Psychological sciences» / Editor-in-chief Prof. Viktoriia Overchuk. Vinnytsia: Vasyl' Stus Donetsk National University, 2024. Issue 1 (4). 124 p.

Founder and publisher: Vasyl' Stus Donetsk National University
Publication frequency: This journal publishes two issues per year

Certificate of state registration of the printed media, series KB No. 25067-15007P, dated 10.12.2021
Articles are checked for plagiarism using Unicheck softwar.

The authors are responsible to ensure the content of the articles, the accuracy of data, facts, quotations, and the level of independence of the obtained results

Editorial address:
4 Akademika Yangela St., Vinnytsia, Ukraine, 21007
e-mail: v.overchuk@donnu.edu.ua
<https://psy-donnu.net>

© Vasyl' Stus Donetsk National University, 2024
© Authors of articles, 2024

ЗМІСТ

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ

СТАНОВЛЕННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ: СТРУКТУРА ТА ЕТАПИ РОЗВИТКУ	9
<i>Гресько І. М.</i>	

САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН	18
<i>Черкашина І. В.</i>	

ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ В ОСВІТІ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ	28
<i>Торба Н. Г., Пахомов І. В., Савлук Ю. М.</i>	

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ НА ЕТАПІ ЇХ ПІДГОТОВКИ У ВУЗІ	40
<i>Шель Н. В.</i>	

ЛЮДИНА І СУСПІЛЬСТВО: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ

ДОСЛІДЖЕННЯ МОРАЛЬНОЇ СВІДОМОСТІ ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ВИРІШЕННЯ МОРАЛЬНИХ ДИЛЕМ У МОЛОДІ	51
<i>Васюк К. М.</i>	

РІВНІ ПЕРЕЖИВАННЯ ЖІНОЧОЇ САМОТНОСТІ	59
<i>Марківська О. С.</i>	

СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В МЕДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОЛОГІЇ ЗДОРОВ'Я

ВПЛИВ ВІЙНИ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ВАГІТНИХ ЖІНОК	68
<i>Матохнюк Л. О., Оверчук В. А.</i>	

ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ІДЕНТИЧНОСТІ РЯТУВАЛЬНИКІВ З ОЗНАКАМИ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ	74
<i>Афанасьєва Н. Є.</i>	

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО БОЙОВИХ ДІЙ	83
<i>Сидоренко Ж. В., Лось М. В.</i>	

**СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В ГАЛУЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ
ПСИХОЛОГІЇ**

ПСИХОЛОГІЧНА ЗРІЛІСТЬ МАЙБУТНІХ ПОЛЦЕЙСЬКИХ: ТРАЄКТОРІЇ РОЗВИТКУ ПРОТЯГОМ НАВЧАННЯ	92
<i>Мітченко К. В.</i>	

**ТЕОРЕТИЧНІ ТА ПРАКТИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ З
ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

РОЗВИТОК ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ СЛУЖБИ ОНКОКЛІНІКИ ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ПРОЦЕСУ ЛІКУВАННЯ ТА РЕНАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ З ОНКОПАТОЛОГІЄЮ	101
<i>Лапшова Н. С.</i>	

КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ

ОСОБЛИВОСТІ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ ЯК ВИДУ ВТРАТИ ...	108
<i>Короцінська Ю. А., Мисоченко А. В.</i>	

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ	116
------------------------------	------------

CONTENT

PSYCHOLOGY OF MODERN HUMAN DEVELOPMENT

FORMATION OF SELF-CONCEPT OF PERSONALITY: STRUCTURE AND STAGES OF DEVELOPMENT	9
<i>Hresko Inna</i>	

SELF-ACTUALIZATION OF PERSONALITY AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON	18
<i>Cherkashyna Iryna</i>	

PROBLEMS OF EDUCATIONAL PSYCHOLOGY AND PSYCHOLOGICAL SUPPORT IN EDUCATION

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ADAPTATION OF PROFESSIONAL HIGHER EDUCATION ACQUIRES TO THE EDUCATIONAL PROCESS	28
<i>Torba Nataliya, Pakhomov Ilya, Savluk Yuliya</i>	

FORMATION OF THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF FUTURE PSYCHOLOGISTS AT THE STAGE OF THEIR TRAINING IN THE UNIVERSITY	40
<i>Schell Nataliia</i>	

A MAN AND SOCIETY: PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF INTERACTION

THE INVESTIGATION OF MORAL CONSCIOUSNESS AND FEATURES TO SOLVING OF MORAL DILEMMA BY YOUNG PEOPLE	51
<i>Vasuk Katerina</i>	

LEVELS OF FEMALE LONELY EXPERIENCE	59
<i>Markivska Olena</i>	

CURRENT RESEARCH IN MEDICAL PSYCHOLOGY AND HEALTH PSYCHOLOGY

THE EFFECT OF WAR ON THE PSYCHOLOGICAL STATE OF PREGNANT WOMEN	68
<i>Matokhniuk Liudmyla, Overchuk Victoriia</i>	

PSYCHOLOGY OF ACTIVITY IN SPECIAL CONDITIONS

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE IDENTITY OF
RESCUERS WITH SIGNS OF POST-TRAUMATIC STRESS
DISORDER 74

Afanasieva Natalia

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF READINESS OF MILITARY
OFFICERS FOR COMBAT ACTIONS 83

Sydorenko Zhanna, Los Maksym

MODERN RESEARCH IN THE FIELD OF SPECIAL PSYCHOLOGY

PSYCHOLOGICAL MATURITY OF FUTURE POLICE
OFFICERS: DEVELOPMENTAL TRAJECTORIES DURING
TRAINING 92

Mitchenko Kateryna

**THEORETICAL AND PRACTICAL RESEARCH IN
PSYCHOLOGICAL REHABILITATION**

DEVELOPMENT OF THE PSYCHOLOGICAL SERVICE OF THE
ONCOLOGY CLINIC AS AN IMPOTENT COMPONENT OF THE
PROCESS OF TREATMENT AND REHABILITATION OF
PEOPLE WITH ONCOLOGY 101

Lapshova Natalia

CRISIS PSYCHOLOGY

PECULIARITIES OF FORCED MIGRATION AS A TYPE OF LOSS 108

Korotsinska Yuliia, Misochenko Alina

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS 116

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ

УДК 159.922

DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4).1

СТАНОВЛЕННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ ОСОБИСТОСТІ: СТРУКТУРА ТА ЕТАПИ РОЗВИТКУ

Гресько Інна Миколаївна

асистент кафедри кризової та клінічної психології

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6642-6651>

***Анотація.** У статті розглядається становлення Я-концепції, яка є ключовим елементом самосвідомості та розвитку особистості. Актуальність дослідження зумовлена стрімкими соціально-економічними, культурними змінами та складними обставинами у сучасних умовах, які вимагають від людини постійної адаптації, адже Я-концепція стає важливим інструментом для ефективної взаємодії з реальністю. В роботі проаналізовано структуру Я-концепції, яка складається з когнітивної, емоційно-оцінної та поведінкової складових, де когнітивний елемент відповідає за образ «Я» та уявлення людини про саму себе. Емоційно-оцінюючий компонент означає самооцінку особистості, її емоційне ставлення до переконань, сукупність оцінюючих характеристик і переживань стосовно цих оцінок.*

Поведінкова складова виражається через дії та вчинки людини як реакцію на певні явища у власному житті, адже Я-концепція супроводжує діяльність людини та регулює поведінку, забезпечуючи стандарти, норми і сценарії поведінки в процесі життєдіяльності. Крім того, у статті розкриті етапи формування Я-концепції.

Визначено, що на різних етапах розвитку відбувається зміна і трансформація Я-концепції, що значною мірою залежить від соціального середовища, виховання та особистісного досвіду. Окрема увага приділена підлітковому віку, коли формується самооцінка, самовизначення та соціальна ідентичність, що є важливими складовими становлення особистості. У цей період спостерігаються значні зміни в Я-концепції, що часто супроводжуються кризами самосприйняття, особливо у контексті фізичного образу та самооцінки.

Таким чином, становлення Я-концепції проходить кілька ключових етапів: дитинство (період формування базових уявлень про себе); підлітковий період (активне формування самооцінки та соціальної ідентичності); юність та доросле життя (коли формується стабільна та інтегрована Я-концепція). Відзначено, що цей процес не є лінійним, а може включати кризові моменти, переосмислення та зміни у зрілі роки.

Ключові слова: Я-концепція, особистість, уявлення, структура Я-концепції, етапи розвитку Я-концепції, вікові періоди.

Постановка проблеми. Становлення Я-концепції особистості є одним із ключових аспектів у розвитку індивіда, що визначає його сприйняття себе, ставлення до світу та навколишньої дійсності. У сучасному суспільстві, де відбуваються швидкі соціально-економічні, культурні зміни та мають місце складні кризові обставини життя, що вимагають адаптації, роль Я-концепції стає надзвичайно важливою, що зумовлює необхідність глибшого дослідження цього феномену.

Актуальність теми також обумовлена зростаючими потребами в психологічній підтримці населення, що перебувають на різних етапах життєвого шляху: від підліткового віку до зрілої дорослості. Формування Я-концепції впливає на здатність до самореалізації, психологічну стійкість та ефективність взаємодії з оточенням, а розуміння своєї Я-концепції є важливою частиною усвідомленого життя людини [2].

Тому розуміння структури та етапів розвитку Я-концепції не лише сприяє кращому усвідомленню власного «Я», а й є базовим компонентом гармонійного становлення особистості в умовах мінливого сучасного світу.

Мета даної статті – дослідження структури та ключових етапів розвитку Я-концепції.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Різні аспекти Я-

концепції досліджено та розкрито в роботах вітчизняних та зарубіжних науковців, зокрема: Р. Бернс, М. І. Боришевський, Н. В. Волинець, У. Джеймс, Е. Еріксон, Н. І. Жигайло, О. М. Знанецька, З. В. Кіреєва, Г. С. Костюк, Г. В. Орлова, Д. Д. Отич, Т. М. Титаренко, О. Є. Фурман, П. Р. Чамата, та інші.

Виклад основного матеріалу. Один з найвідоміших дослідників Я-концепції та автор книги «Розвиток Я-концепції і виховання» (1986 р.) – англійський психолог Р. Бернс визначає Я-концепцію як сукупність всіх уявлень індивіда про себе і включає переконання, оцінку та тенденції поведінки. Розглядаючи структуру Я-концепції він вказував, що дані установки щодо себе підкреслюють три головні елементи в структурі Я-концепції [4, с. 54]:

1) переконання, які можуть бути обґрунтовані, і навпаки (когнітивна складова);

2) емоційне ставлення до даних переконань (емоційно-оцінна складова);

3) відповідна реакція, яка виражається в поведінці людини (поведінкова складова).

Перелічені вище елементи не роздільні, адже утворюють цілісну і узгоджену систему, яка обумовлює формування ефективних і неефективних поведінкових стратегій, регулює активність і поведінку людини в процесі життєдіяльності та при подоланні

труднощів [4; 15].

Так, **когнітивний компонент** уособлює образ «Я», тобто уявлення людини про саму себе. Людина зазвичай описує себе та інших за допомогою прикметників (добрий, розумний тощо), які є абстрактними поняттями, що часто не ґрунтуються на конкретному вчинку чи ситуації. Даний підбір елементів базується на вибірковості нашого сприйняття та стійкій тенденції людини до відповідної поведінки. Тож, індивід визначає основні характеристики звичного самосприйняття і формує певний образ Я як когнітивну складову. Кожний елемент такого опису протягом життя може змінюватися, що доводить унікальність та неповторність кожної особистості з сукупністю певних якостей та характеристик [6].

Емоційно-оцінюючий компонент означає самооцінку особистості, її емоційне ставлення до переконань, сукупність оцінюючих характеристик і переживань стосовно цих оцінок. У кожній ситуації життя, де людина має охарактеризувати себе, завжди присутня її суб'єктивна оцінка, а отже, здебільшого вона не може оцінювати себе об'єктивно і з таким описом можуть не погоджуватися оточуючі. Така самооцінка є суб'єктивною та може змінюватися, адже залежить від обставин, реакцій соціуму на самоопис чи поведінкові прояви.

Кожна людина надає певну оцінку та значимість всім речам у своєму житті, відповідно, одна й та сама обставина буде сприйматися окремими людьми по-різному через

особливості Я-концепції кожного [6; 10].

Поведінкова складова виражається через дії та вчинки людини як реакцію на певні явища у власному житті. Я-концепція супроводжує діяльність людини та регулює поведінку, виконуючи мотиваційну та регуляційну функції, таким чином забезпечуючи стандарти, плани, правила і сценарії поведінки в майбутньому [1, с. 28].

Основними джерелами формування Я-концепції науковці визначають: уявлення про своє тіло (тілесне Я); здатність до мови, що допомагає виражатися словами і формувати уявлення про себе та оточення; суб'єктивна інтерпретація зворотного зв'язку від референтних осіб про себе; ідентифікація з прийнятною моделлю статевої ролі та засвоєння відповідних до неї стереотипів; система сімейного виховання [5, с. 97-98].

У своїй роботі Д. Д. Отич зазначає, що етапи розвитку Я-концепції співпадають з основними віковими періодами розвитку особистості: від відчуття дитиною свого тіла і оволодінням ним, кризи трьох років, формування ідеального Я і образу Я в дошкільному віці, виникнення свідомого Я у підлітковому віці та до відкриття власного Я і усвідомлення власної індивідуальності в юнацькому віці [11, с. 259].

Кожному віковому етапу характерні свої анатомічні особливості та психологічні можливості людини, через що психічні процеси людини перебувають у процесі змін та тісній

взаємодії, що, в свою чергу, впливає на особливості формування Я-концепції.

Так, початком цього процесу є те, що у віці від 1 до 3 дитина починає усвідомлювати себе як окрему істоту, що спонукає дитину до психосоціальної спрямованості, або, навпаки, до тенденцій відчуття меншовартості при несприятливому середовищі. Дошкільному віку характерні збільшення кількості особистісних якостей та видів діяльності, які може оцінювати дитина, тобто самооцінка переходить від загальної до диференційованої [11].

Крім того, сенсорні і моторні рухи є провідними у ранньому дитинстві, які допомагають розвиватися тілесному Я, що, в результаті, виступає важливим чинником розвитку самосвідомості індивіда та його Я-концепції [3, с. 48].

Отже, спочатку самооцінка та оцінювання дій дитини залежить від дорослих, а вже в старшому віці вони стають більш самостійними в оцінці та усвідомленими, що свідчить про формування у дитини духовного «Я» [11].

З початком навчання у школі «Я» дитини стрімко розвивається через розширення соціального життя і впливає на первинну Я-концепцію, яка в цей період є досить рухливим і гнучким утворенням психіки [3; 11]. Далі у процесі діяльності і спілкування може переформуватись Я-концепція, тобто уявлення про себе як суб'єкта фізичних і психічних станів [8, с.346].

Крім того, у початковій та середній школі формується глобальна оцінка себе (самооцінка). Глобальна самооцінка визначає як міру прийняття себе, похідне від сукупності окремих самооцінок.

Таким чином, глобальна самооцінка виступає як афективне утворення, яке виникає як наслідок інтеграції самопізнання та емоційно-ціннісного самоствавлення, або як сукупність позитивних чи негативних компонентів самоствавлення [14, с. 231].

Згідно С. Хартер, кожний рівень самооцінки дитини є продуктом оцінки і суджень, тобто спочатку дитина переживає протиріччя між ідеальним Я та своїм реальним Я, тоді самооцінка виступає результатом аналізу себе і порівняння бажаних якостей з наявними [16].

Для підліткового віку має особливе значення формування власного образу фізичного Я. У цьому віці розвивається рефлексивне мислення, діти відкривають свої нові можливості, виходять на новий рівень усвідомлення власних дій, внаслідок чого Я-концепція зазнає значних змін та продовжує активно формуватися.

За Е. Еріксоном, важливим механізмом формування ідентичності дитини у цей період є послідовні ідентифікації дитини з важливими дорослими, які складають базу розвитку психосоціальної ідентичності [12]. Їх самооцінка зазвичай є нестійкою і неадекватною. Істотне місце в цей період займають самопізнання,

самоспостереження, самоставлення та саморегулювання поведінки [13, с. 118].

Багато авторів відзначають важливе значення оцінки свого зовнішнього вигляду і її вплив на Я-концепцію, наприклад у своїй праці І. М. Левицька зазначає: «Позитивна оцінка свого зовнішнього вигляду в свідомості людини, а також в судженнях оточуючих, може істотно вплинути на позитивність її Я-концепції в цілому і, навпаки, негативна оцінка веде за собою істотне зниження загальної самооцінки» [7, с. 101].

Саме тому у підлітковому віці дуже часто трапляються такі розлади як дисморфоманія, адже увага підлітка зосереджується на певній частині тіла чи загалом на всій зовнішності, яка не подобається, причому це може бути безпідставно. Далі в юнацькому віці відбувається вироблення світогляду, самовизначення у різних сферах життя, формування чіткості Я, професійної ідентичності, яка потім стає складовою професійної Я-концепції особистості [9, с. 145].

Тож, становлення Я-концепції проходить кілька ключових етапів – від дитинства (період формування базових уявлень про себе) через підлітковий період (коли відбувається самовизначення та соціальна ідентифікація) до

дорослого життя (коли формується стабільна та інтегрована Я-концепція). Цей процес не є лінійним, а може включати кризові моменти, переосмислення та зміни у зрілі роки.

Висновки і перспективи подальших розвідок. Таким чином, стає зрозумілим, що становлення Я-концепції – багатофакторний процес. Формування Я-концепції особистості є результатом взаємодії багатьох факторів, включаючи генетичні особливості, вплив середовища, соціальні взаємодії та індивідуальний досвід. Кожен із цих факторів впливає на самосприйняття, самооцінку та загальну ідентичність людини.

Структура Я-концепції включає когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти. Я-концепція складається з того, як людина себе сприймає (когнітивний аспект), як вона почувається щодо себе (емоційний аспект) та як поводить себе, ґрунтуючись на своєму сприйнятті себе (поведінковий аспект). Всі ці компоненти тісно взаємопов'язані та впливають на загальну особистісну цілісність.

Перспективи подальших розвідок вбачаємо у дослідженні процесу змін Я-концепції у дорослому житті, зокрема під час життєвих криз (наприклад, криза середнього віку).

Список літератури

1. Волинець Н. В. Я-концепція як чинник особистісного самовизначення в ранній юності. Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія. Випуск 1 (54), 2022. С. 27-34. DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.1.4>

2. Гресько І. М. Ясність Я-концепції як чинник гармонійної особистості. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2021. Випуск 10. С. 39-45 DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2021.10.6>
3. Гуменюк О. Є. Особливості ситуативного та вікового розвитку Я-концепції. Психологія і суспільство. 2005. №1. С. 46-62.
4. Демчук О. А. Локус контролю в структурі Я-концепції особистості як когнітивна детермінанта вибору копінг-стратегій. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки 2 (1). 2016. С. 53-58.
5. Калька Н. Психологічна характеристика Я-концепції андрогінних особистостей. Проблеми гуманітарних наук. Психологія, 31, 2013. С. 95-105.
6. Крайг Г. Психологія розвитку. Київ : Основа, 2005. 210 с.
7. Левицька І. М. Образ фізичного Я та самоствавлення як регулятивні чинники поведінки особистості. Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології». № 2 (12), 2017. С. 98-103.
8. Макаренко С. С. Національна ідентичність як складова формування Я-концепції особистості. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна 2 (2), 2012. С. 345-354.
9. Онищенко В. Професійна Я-концепція особистості: психологічні та ноологічні контексти ідентифікації. Педагогіка і психологія професійної освіти, №5, 2013. С. 145-156.
10. Орлова Г. В. Виховання Я-концепції особистості у західній психології. Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді 20 (2), 2016. С. 79-88.
11. Отич Д. Д. Психологічні особливості розвитку Я-концепції особистості в різні вікові періоди. Науковий часопис НПУ імені МП Драгоманова. Серія 12: Психологічні науки 43, 2014. С. 258-265.
12. Потапчук Є. М., Пилявець Н. І. Самозбережувальна поведінка особистості як психологічний феномен. Габітус: Психологія особистості. Вип. 44, 2022. С. 219-223. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.44.37>
13. Степаненко Л. В. Самоствавлення як чинник вияву емоційних станів особистості. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки 6 (1), 2016. С. 118-123.
14. Тищенко Л. В. Феноменологія самоствавлення в психологічній науці. Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки 2, Вип. 9, 2012. С. 230.
15. Фурман А., Гуменюк О. Психологія Я-концепції : навчальний посібник. Львів: Новий світ-2000, 2006. 360 с.
16. Harter S. The development of self-representations. In W. Damon (Series Ed.) & Nancy Eisenberg (Vol. Ed.), Handbook of child psychology, Vol. 3, Social, emotional, and personality development (5th edition), New York: 1998. P. 553-617.

FORMATION OF SELF-CONCEPT OF PERSONALITY: STRUCTURE AND STAGES OF DEVELOPMENT

Hresko Inna

Abstract. *The article examines the development of the self-concept, which is a key element of self-awareness and personality development. The relevance of the research is determined by the rapid socio-economic and cultural changes, as well as the challenging circumstances in modern conditions, which require constant adaptation from individuals. The self-concept becomes an important tool for effective interaction with reality.*

The paper analyzes the structure of the self-concept, which consists of cognitive, emotional-evaluative, and behavioral components. The cognitive element corresponds to the self-image and the individual's perception of themselves. The emotional-evaluative component represents self-esteem, the emotional attitude toward beliefs, and a set of evaluative characteristics and experiences regarding these evaluations. The behavioral component is expressed through actions and behaviors as a response to certain events in life, as the self-concept accompanies a person's activity and regulates behavior by providing standards, norms, and behavior patterns in daily life.

Additionally, the article explores the stages of self-concept formation. It is noted that self-concept evolves and transforms at different stages of development, largely influenced by the social environment, upbringing, and personal experience. Special attention is given to adolescence, a period when self-esteem, self-determination, and social identity are formed, all of which are critical components in personality development. During this phase, significant changes in the self-concept are observed, often accompanied by crises of self-perception, particularly in the context of physical appearance and self-esteem.

Thus, the formation of self-concept goes through several key stages: childhood (the formation of basic self-perceptions), adolescence (active formation of self-esteem and social identity), and youth and adulthood (when a stable and integrated self-concept is established). It is noted that this process is not linear and may include crisis moments, reevaluation, and changes during later life stages.

Keywords. *Self-concept, personality, representation, structure of self-concept, stages of development of self-concept, age periods.*

References

1. Volynets N. V. Ya-kontsepsiia yak chynnyk osobystisnoho samovyznachennia v rannii yunosti [Self-concept as a factor of personal self-determination in early youth]. *Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia*. Vypusk 1 (54), 2022. S. 27-34. DOI <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.1.4>
2. Hresko I. M. Yasnist Ya-kontsepsii yak chynnyk harmoniinoi

osobystosti [Clarity of self-concept as a factor of a harmonious personality]. Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriiia psikhologichni nauky. 2021. Vypusk 10. S. 39-45 DOI <https://doi.org/10.30970/PS.2021.10.6>

3. Humeniuk O. Ye. Osoblyvosti sytuatyvnoho ta vikovoho rozvytku Ya-kontseptsii [Features of Situational and Age Development of Self-Concept]. Psikhologhiia i suspilstvo. 2005. №1. S. 46-62.

4. Demchuk O. A. Lokus kontroliu v strukturii Ya-kontseptsii osobystosti yak kohnityvna determinanta vyboru kopinh-stratehii [Locus of Control in the Structure of Self-Concept as a Cognitive Determinant of Coping Strategies Choice]. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriiia: Psikhologichni nauky 2 (1). 2016. S. 53-58.

5. Kalka N. Psikhologichna kharakterystyka Ya-kontseptsii androhinnykh osobystosti [Psychological Characteristics of Self-Concept of Androgynous Personalities. Problems of Humanities]. Problemy humanitarnykh nauk. Psikhologhiia, 31, 2013. S. 95-105.

6. Kraih H. Psikhologhiia rozvytku [Psychology of Development]. Kyiv : Osnova, 2005. 210 s.

7. Levytska I. M. Obraz fizychnoho Ya ta samostavlennia yak rehuliatyvni chynnyky povedinky osobystosti [The Body Image and Self-Assessment as Regulatory Factors of Personality Behavior]. Zbirnyk naukovykh prats «Problemy suchasnoi psikhologii». № 2 (12), 2017. S. 98-103.

8. Makarenko S. S. Natsionalna identychnist yak skladova formuvannia Ya-kontseptsii osobystosti [National Identity as a Component of the Formation of Personal Self-Concept]. Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnykh sprav. Seriiia psikhologichna 2 (2), 2012. S. 345-354.

9. Onyshchenko V. Profesiina Ya-kontseptsiiia osobystosti: psikhologichni ta noolohichni konteksty identyfikatsii [Professional Self-Concept: Psychological and Noological Contexts of Identification]. Pedahohika i psikhologhiia profesiinoi osvity, №5, 2013. S. 145-156.

10. Orlova H. V. Vykhovannia Ya-kontseptsii osobystosti u zachidnii psikhologii [Educating Self-Concept in Western Psychology]. Teoretyko-metodychni problemy vykhovannia ditei ta uchnivskoi molodi 20 (2), 2016. S. 79-88.

11. Otych D. D. Psikhologichni osoblyvosti rozvytku Ya-kontseptsii osobystosti v rizni vikovi periody [Psychological Features of Self-Concept Development in Different Age Periods]. Naukovyi chasopys NPU imeni MP Drahomanova. Seriiia 12: Psikhologichni nauky 43, 2014. S. 258-265.

12. Potapchuk Ye. M., Pyliavets N. I. Samozberezhuvalna povedinka osobystosti yak psikhologichnyi fenomen [Self-Preservation Behavior as a Psychological Phenomenon]. Habitus: Psikhologhiia osobystosti. Vyp. 44, 2022. S. 219-223. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.44.37>

13. Stepanenko L. V. Samostavlennia yak chynnyk vyjavu emotsiinykh staniv osobystosti [Self-Assessment as a Factor in the Expression of Emotional States of Personality]. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu.

Seriia: Psykholohichni nauky 6 (1), 2016. S. 118-123.

14. Tyshchenko L. V. Fenomenolohiia samostavlennia v psykholohichnii nauki [Phenomenology of Self-Assessment in Psychological Science]. Naukovyi visnyk Mykolaivskoho derzhavnoho universytetu imeni V. O. Sukhomlynskoho. Seriia: Psykholohichni nauky 2, Vyp. 9, 2012. S. 230-233.

15. Furman A., Humeniuk O. Psykholohiia Ya-kontseptsii [Psychology of Self-Concept]: navchalnyi posibnyk. Lviv: Novyi svit-2000, 2006. 360 s.

16. Harter S. The development of self-representations. In W. Damon (Series Ed.) & Nancy Eisenberg (Vol. Ed.), Handbook of child psychology, Vol. 3, Social, emotional, and personality development (5th edition), New York: 1998. R. 553-617.

САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН

Черкашина Ірина Валеріївна

магістрантка спеціальності 053 «Психологія»

Донецький національний університет імені Василя Стуса

***Анотація.** У статті аналізуються дослідження науковців, феномену самоактуалізації як чинника самореалізації особистості, та психологічні особливості переживання самотності особистості. Це – процес, в результаті якого відбувається системна трансформація особистості. Розвиток поведінки зрілої особистості характеризується більш узагальненим усвідомленням себе, адекватною самооцінкою, наявністю здатності регулювати свої дії не лише під впливом обставин, а й самостійно, появою більш загальної і віддаленої за часом мети, виникненням внутрішніх стимулів, регулюючих діяльність, формуванням потреби у самотворенні як одному з проявів самоактивності. Проблема самоактуалізації особистості вважається однією з фундаментальних проблем людського буття, оскільки саме завдяки цьому процесу індивід долучається до суспільства, гармонійно і збалансовано розкривається в ньому, здійснюючи можливості розвитку свого «Я». Термін «самоактуалізація» (Self-actualisation) походить від слова «актуалізація», що означає «перехід від стану можливостей до стану дійсності».*

У зарубіжній психологічній науці поняття самореалізації особистості розвивалося переважно в межах гуманістичного підходу. У його контексті особистість сприймається як унікальна, цілісна система, що має «відкриту можливість» самоактуалізації, властиву лише людині. Слід відзначити, що в гуманістичній психології поняття самоактуалізації виступає синонімом самореалізації, у зв'язку з чим варто зазначити деяку відмінність. Реалізація, як частина поняття «самореалізація», передбачає насамперед усвідомлення, когнітивну діяльність. Самоактуалізація ж є по суті самим прагненням людини до більш повного виявлення та розвитку своїх особистісних можливостей. Це не лише результат, але також і сам процес втілення властивих індивіду здібностей, рух якого йде вгору по піраміді потреб від базових до задоволення вищих потреб. Самоактуалізація передбачає тривале, постійне залучення до процесу зростання й розвитку здібностей до максимально можливого рівня.

Людина в процесі самоактуалізації має гарне психологічне здоров'я. Її базові потреби задоволені, тому вона спонукається мотивами вищого порядку й прагне до зростання.

***Ключові слова:** самоактуалізація, самотність, самоприйняття, розвиток особистості, саморегуляція, зрілість, інтеграція до змін.*

Постановка проблеми. Проблема самоактуалізації в науковому плані носить складний міждисциплінарний характер, але саме психологія досліджує можливості й умови розкриття потенціалу людини. Самоактуалізація особистості в сучасній психології розглядається в аспекті внутрішньої активності особистості, максимального використання її ресурсів для повного самоздійснення в процесі розвитку.

Практична значимість досліджень та результати дослідження можуть бути корисними для практичних психологів, психологів-консультантів, психологів у закладах освіти, а також можуть використовуватися для психологічної просвіти й подальших теоретичних розробок у галузі гендерної психології.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У статті аналізуються концептуальні підходи стосовно визначення психологічного змісту феномену самоактуалізації як чинника самореалізації особистості. Це – процес, в результаті якого відбувається системна трансформація особистості. Розвиток поведінки зрілої особистості характеризується більш узагальненим усвідомленням себе, адекватною самооцінкою, наявністю здатності регулювати свої дії не лише під впливом обставин, а й самостійно, появою більш загальної і віддаленої за часом мети, виникненням внутрішніх стимулів,

регулюючих діяльність, формуванням потреби у самотворенні як одному з проявів самоактивності.

Експериментально доведено, що саморегуляція може здійснюватися за умови, якщо особистість, крім здатності адекватно відобразити й моделювати наявну ситуацію, має змогу перетворювати власну активність (зовнішню і внутрішню) відповідно до моделі передбачуваної ситуації.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Проблема самоактуалізації особистості є однією з проблем людського розвитку. Її вивчення ведеться з позицій декількох наук, перш за все, психології, філософії, соціології та культурології. У широкому сенсі під поняттям «самоактуалізація» розуміють прагнення людини до можливо більш повного виявлення і розвитку своїх особистісних можливостей.

Процес самоактуалізації є безперервною реалізацією людиною своїх потенційних здібностей і талантів як більш повне пізнання і прийняття своєї власної початкової природи, як невинне прагнення до єдності та інтеграції особистості.

Ціль статті, постановка завдання. Здійснити теоретичний аналіз дослідження науковців, щодо поняття самотності та самоактуалізація, структуру цих понять.

Основний матеріал дослідження. У дослідженнях О.П.

Саннікова на основі авторського теста-опитувальника «Диференціальна діагностика схильності особистості до переживання самотності» (ДИСПС) [1], дійшла до висновку, що самотність, як складна багаторівнева властивість особистості, схильна до переживань, що демонструє її прихильність до певної активності, що виявляється в емоційній, когнітивній, поведінковій сферах; мобілізованість та постійну готовність реагувати у різних емоціогенних ситуаціях. Розробила структурну схему, яка складається з формально-динамічного рівня, якісного та змістово-особистісного. Формально-динамічний рівень презентовано психофізіологічним компонентом; якісний – містить емоційний, когнітивний, конативний та контрольнорегулятивний компоненти; змістово-особистісний рівень охоплює рефлексивно аналітичний, мотиваційний, установний та адаптивнозахисний компоненти.

Вважається, що поняття самореалізації дуже близьке за значенням до поняття самоактуалізації як чинника, де в дослідженні Пенькова О.І. зроблено аналіз порівнюючи вираження характеристик самовираження з даними самоактуалізації та з показниками психологічної стабільності особистості [2]. Дослідником зроблений висновок, що процес самоактуалізації пов'язаний з потребою у самореалізації, однією з найголовніших потреб особистості, яка направлена не лише на

реалізацію людиною своїх сил і здібностей, а на постійне зростання своїх можливостей, на покращення якості власної діяльності. Це – процес, в результаті якого відбувається системна трансформація особистості. Самоактуалізація не вичерпується своїм особистим змістом, а діє як неупереджений фактор, впливаючи на взаємовідносини між людьми, на допомогання особистості, її життєву спрямованість, у значній мірі формуючи її. Процес розвитку поведінки зрілої особистості визначається більш узагальненим усвідомленням себе, адекватною самооцінкою, наявністю здатності контролювати свої дії не лише під впливом обставин, а й самостійно, появою більш загальної і віддаленої за часом мети, виникненням внутрішніх стимулів та амбіцій, регулюючих діяльність, формування потреби у самотворенні як одному з проявів самореалізації.

Як показали результати дослідження, Пенькова О.І. в структурі самоактуалізації виокремлюються три компоненти: когнітивний, емоційноціннісний і поведінковий [3]. Когнітивна складова являє собою самопізнання як початкову ланку процесу. У цей період формуються лише окремі уявлення про своє Я, але ще відсутнє цілісне розуміння власної сутності. При емоційно-ціннісних процесах відбувається та ж сама інтегративна тенденція розвитку. Із багатьох окремих оцінок особистості, її власних дій, вчинків, які виявляються у різних ситуаціях і при

взаємодії з різними людьми, формується більш-менш стійка, цілісна самооцінка, від якої залежить емоційне ставлення до себе. Саме завдяки цьому особистість формує індивідуальну систему ціннісних орієнтацій, від яких залежить динаміка її самореалізації. Поведінкова складова полягає у внутрішніх діях самоактуалізації, у потенційній поведінковій реакції, яка може бути спричинена образом Я, самооцінкою і емоційним ставленням до себе. Самоактуалізація в системі «Я та інші» спрямована на адаптацію особи до інших людей і інших соціальних груп. Самоактуалізація в системі «Я і Я» виявляється у свідомій роботі особистості над собою, коли ставиться мета щонайменше змінити, розвинути, удосконалити в собі.

У роботі Л. Н. Кобильник, Т. А. Каткова, метою дослідження було психологічне супроводження процесу самоактуалізації особистості майбутніх спеціалістів [4]. У своєму дослідженні вони обрали вивчення зв'язку процесу самоактуалізації особистості майбутніх фахівців з такими психологічними характеристиками як утворення цінностей та життєві орієнтири, та захисні механізми, що гальмують розвиток особистості студентів, стримують процес їх особистісного зростання. Для цього у дослідженні було розроблено та апробовано методику психологічного супроводу процесу самоактуалізації особистості майбутніх фахівців під час навчання у ВНЗ. Самоактуалізація має

структуру яка складається з «підтримка», «самоприйняття», «пізнавальні потреби», «сензитивність», «самоповага», «гнучкість поведінки», «компетентність у часі». Л. Н. Кобильник, Т. А. Каткова дійшли до висновку, що самоактуалізація, як феномен, який вважається досягненням найвищого ступеня духовного розвитку майбутніх фахівців, варіант здорового розвитку їх особистості, як «безкінечний ланцюжок ситуацій вільного вибору, в якій людина перебуває в кожний момент свого життя, будучи вимушеною вибрати між безпекою і розвитком, залежністю і незалежністю, регресом і прогресом, незрілістю і зрілістю. ... Ми рухаємося вперед, коли переваги розвитку і недоліки безпеки переважають все, що становить недоліки розвитку і переваги безпеки»

Визначення потенціалу понять самореалізації та самоактуалізації у процесі виховання Н. В. Овчаренко розглянула та дослідила в контексті філософсько-освітньої проблематики [5].

Самореалізація та самоактуалізація позитивно-девіантної особистості представляється як якісно соціальне та новоосвітнє явище. Особистість самореалізується тільки у діяльності через прояв своїх основних сил, трансформуючи, удосконалюючи, таким чином, себе і суспільство, що можливе лише при активності особистості. Позитивні девіації проявляються завжди усвідомлено та цілеспрямовано, виявляючи

величезний вплив на саморозвиток особистості. У цілому – це природне бажання і потреба людини внести свій неповторний внесок у благо суспільства, а також потреба у самореалізації і самоактуалізації. Таким чином, роблячи висновок, що таке самоактуалізація та самореалізація, це діяльність, спрямована на саморозвиток людини. Це ціль, яка забезпечує переорієнтацію виховної діяльності на саморозвиток особистості. Досліджувані феномени визначають інноваційні зміни цілей постсучасної освіти за низкою напрямів, передусім стосовно формування в особистості навиків самовиховання як передумови продуктивного культурно-виховного впливу; інтерпретації здоров'я людини як єдності фізичної, психічної, соціальної та духовної складових, підпорядкованих духовним цінностям; утвердження нових цілей освіти, пов'язаних з цінностями сталого розвитку та екосистемного виміру сенсожиттєвих орієнтацій особистості; обґрунтуванні необхідності формування в освітньому процесі позитивно-девіантної особистості як типу людини, що самоактуалізується у суспільстві ризику.

Самоактуалізація особистості формується із таких структур як критичність (особистісна оцінка подій як усередині особистості, так і в навколишньому середовищі); рефлексивність (здатність порівнювати «реальне Я» з подіями, що відбуваються, координувати своє «Я» у контексті цих подій,

підтримувати свій статус); колізійність (здатність бачити причини подій, що відбуваються, оцінювати суперечності стосовно цінностей); мотивування (здатність знаходити сенс подій і своєї діяльності, відносин з людьми; здатність виробляти життєві цілі та ціннісні орієнтації).

Дослідження С. Лисенка полягало в аналізі теоретичної парадигми А. Маслоу як прихильника «теорії людського існування» або «позитивної психології» та вивченні феномену самореалізації як парадигми реалізації свого потенціалу [6]. У своєму методі він використовував методи гуманістичної психології, особливо екзистенційно-гуманістичний метод з його чітким акцентом на мотивації людини. Таким чином, в ході свого аналізу він прийшов до висновку і довів, що самореалізація і трансценденція можуть існувати в повній гармонії. Щоб вийти на нові рубежі людства, необхідно по-справжньому поєднати уявлення про самореалізацію, що передбачає безпечну ситуацію. Сучасна школа має бути місцем благоговіння, самореалізації та формування цілісного характеру. Тому не слід нехтувати можливостями, пов'язаними з самореалізацією і трансценденцією.

Через самореалізацію ми можемо вдосконалюватися, будувати добре суспільство і самих себе. Покращення суспільства починається з середини, зі зміни наших уявлень про людську природу.

Лисенко видів структуру самоактуалізації, на його думку це, духовність, вихід за межі «Я», цілісність, сприйняття парадоксів людського буття, особистість, що прагне свободи, відповідальності, самоусвідомлення, сенсу, обов'язку, особистісного розвитку, зрілості, інтеграції до змін.

Отже, висновок, поняття самоактуалізація особистості спирається на три конкретні потреби – пізнання, любов і призначення, що представляють суть справжнього погляду на самоактуалізацію, між якими існує справжня синергетична взаємодія, що дає змогу зростати й ставати цілісними особистостями.

Основою дослідження Поденко А.В. було визначення структурної ієрархії професійної самоактуалізації студентів-психологів [7]. Та провівши низку опитувань, тестувань та опросників зробив наступний висновок з проведеного дослідження: - професійна зрілість студентів-психологів повинна визначатися спрямованістю свого професійного та особистісного потенціалу. За результатами проведеного емпіричного дослідження, було визначено факторну структуру професійної самоактуалізації студентів-психологів, яка включає п'ять факторів: «Самоактуалізація», «Управлінські здібності», «Схильність до стресової поведінки», «Саморегуляція», «Комунікативність». Виявив, що студенти-психологи, які мають високі показники рівня прояву професійної самоактуалізації,

складають незначний відсоток від загальної кількості досліджуваних і відрізняються самоповагою, спонтанністю, схильністю сприймати природу людини в цілому як позитивну, незалежністю цінностей і поведінки від впливу ззовні, здатністю приймати своє роздратування, гнів та агресивність як природний прояв людської сутності.

Отже, самоактуалізація – це шлях особистості до змін, орієнтування на цінності, що незалежать від думки оточуючих, незалежна від оцінки оточуючих про власні недоліки чи заслуги, незалежна у своїх вчинках, має свою думку та може в будь який час її висловлювати. Вміє швидко встановлювати зв'язки з людьми, приймати себе у різних проявах настрою, сприймає життя цілісним, справжнім і не розривним з минулого до майбутнього.

В роботі Большакова А.М., Бужинська С.М., Зайцева О.О., провели дослідження, виділили показники структури самоактуалізації, це орієнтація в часі, опора, ціннісна орієнтація, гнучкість поведінки, сенситивність, спонтанність, самоповага, самоприйняття, погляд на природу людини, синергічність, прийняття агресії, контактність, пізнавальні потреби, креативність.

Результати висновку дослідників засвідчили, що проявом самоактуалізації у літніх людей, це коли вони поважають власні досягнення й особистісні емоції та приймають себе як особистість, тим вище їх психологічне благополуччя.

Також було зроблено висновок, що літні люди залишаються соціально активними, мають задоволені стосунки з оточуючими, піклуються та співпереживають за благополуччя інших, мають прихильність і близькі стосунки, задовольняють свої особисті потреби та здатні знаходити або створювати умови та ситуації, які сприяють досягненню власних цілей.

Рутина Ю.В. провела дослідження та аналізі поняття «професійної самоактуалізації» та її основних складових [8]. Стикаючись з великою кількістю можливих варіантів проживання свого життя, людина змушена інтенсивно усвідомлювати свій життєвий досвід і шукати власний шлях розвитку. Самоактуалізація (етимологічно від слова «актуалізація») означає перехід із стану можливості в стан дійсності, тому сенс самоактуалізації, як процесу саморозвитку особистості, найбільш точно виражає слово «прояв». Проявити себе – виявити свої можливості, здібності. У психологічній літературі самоактуалізація визначається як прагнення людини якомога більше виявити, розвинути і реалізувати свої можливості, прагнення особистості бути такою, якою вона може бути. Вперше термін «самоактуалізація» як наукову категорію ввів К. Гольдштейн. Він стверджував, що самоактуалізація є основним і єдиним мотивом організму, що слугує передумовою для самореалізації всього організму, основою розвитку, самовдосконалення, творчою

тенденцією особистості.

Самоактуалізація на думку Рутини Ю.В. має три основні структурні компоненти: ресурс, процес та результат. До ресурсів самоактуалізації менеджерів в професійно-управлінській діяльності авторка віднесла: 1) ресурси особистості менеджера (особистісно-професійний потенціал: спрямованість особистості, здібності, риси характеру, творчий потенціал, вікові та гендерні особливості та ін.); 2) ресурси управлінської діяльності (професійна компетентність, управлінський досвід, управлінська позиція, задоволеність професійно-управлінською діяльністю, індивідуальний стиль управління та ін.); 3) ресурси організації, в якій працює менеджер (сфера діяльності організації, цілі організації, їх досяжність, умови праці, особливості організаційної культури та ін.); 4) ресурси суспільства (умови розвитку суспільства, ситуація на ринку праці та ін.). Процес самоактуалізації складається з чотирьох етапів: самовизначення у професійній діяльності; самовираження у професійній діяльності; особистісна самоактуалізація; досягнення професійного «акме». І до результатів самоактуалізації віднесені: 1) особистісна зрілість (самоефективність; особистісна компетентність); 2) професійно-управлінська зрілість (професіоналізм, професійно-управлінська компетентність, професійно-управлінська самосвідомість); 3) організаційні

досягнення (розвиток кадрового потенціалу організації, використання більш гнучкої та ефективної моделі управління); 4) соціально корисні досягнення організації (усвідомлення загальнолюдського, загальнокультурного значення поставлених цілей; благодійна діяльність, меценатство, спонсорська діяльність).

Отже, Рутиня Ю. В. прийшла висновку, що професійна самоактуалізація особистості – це пошук «себе в професії», власної професійної ролі, образу Я, професійного іміджу, визначення для себе професійних перспектив, досягнення їх, встановлення нових професійних цілей, прагнення до гармонійного розкриття і реалізації свого потенціалу в обраній професії. Весь цей процес супроводжується цілою низкою компонентів (етапи, критерії, модель, структурні та мотиваційний компоненти, особистості якості), що є невід'ємними складовими успішної професійної самоактуалізації особистості.

Висновки. Дослідження вищезгаданих науковців та підвести свій особистий підсумок, то можна зробити висновок, що самоактуалізація, це такий собі процес саморозвитку особистості, це прийняте рішення обрати шлях до здійснення сенсу свого життя. Це самовираження, самовдосконалення, амбіційність та самоствердження. Це є народженням себе самої не завдяки, а всупереч. Самоактуалізація – це маяк який обирає людина до якого йти, та підніматись на вершину ієрархії потреб. Цей шлях потребує відваги та сили волі і духу, іноді підтримки, тому люди можуть і відмовитись від неї з різних причин, не обравши принципово віднайти себе, а не залишитися з «нереалізованою можливістю». Тема самоактуалізації стосується абсолютно усіх сфер життя, від професійної, творчої до побутової, та в налагодженні стосунків у цих сферах, бо від сприйняття себе як реалізовану та самодостатню особистість, ми подаємо сигнал у зовнішній світ.

Список літератури

1. Саннікова О.П., Бедан В.Б. Функціональна спрямованість переживання самотності. Проблема сучасної психології особистості: зб. матеріалів наук.-практ. конф. молодих учених та студентів (м.Одеса, 18-21 травня 2017 р.). ПНПУ імені К.Д.Ушинського. Одеса: Ледарук, 2017. С. 177-184.
2. Долинська, Л. В., Пенькова, О. І. (2016). Самореалізація особистості як соціально-психологічний феномен. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки : зб. наукових праць. 3 (48), 18-25.
3. Сердюк Л. З., Яблонська Т. М., Пенькова О. І., Володарська Н. Д. Самотворення у розвитку особистості : науково-методичний посібник ; за ред. Л. З. Сердюк. Київ : Педагогічна думка, 2015.

4. Кобильнік, Л. М., Каткова, Т. А., & Каткова, Т. А. Діалектика та динаміка ціннісного самовизначення студентів-психологів у процесі професійної підготовки. "Наука і освіта", №6, 2014

5. Овчаренко Н. В. Особливості методології аналізу філософсько-освітнього змісту поняття "самореалізація особистості" / Н. В. Овчаренко // Збірник наукових праць "Гілея: науковий вісник". – 2015. – Випуск 92. – С. 269-273.

6. Гладуш, В. А., and Г. І. Лисенко. "Педагогіка вищої школи: теорія, практика, історія." 2014.

7. Поденко, А. В.; Кутузова, О. В. Особливості професійної самоактуалізації студентів-психологів. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*, 2018, 5: 117-123.

8. Рутіна, Ю. В. Професійна самоактуалізація особистості. *Актуальні проблеми психології*, 2012, 1.45: 66-71.

SELF-ACTUALIZATION OF PERSONALITY AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON

Cherkashyna Iryna

Annotation. The article analyzes the research of scientists, the phenomenon of self-actualization as a factor of self-realization of an individual, and the psychological features of experiencing loneliness of an individual. This is a process that results in a systemic transformation of the personality. The development of the behavior of a mature personality is characterized by a more generalized self-awareness, adequate self-esteem, the ability to regulate one's actions not only under the influence of circumstances, but also independently, the emergence of a more general and time-remote goal, the emergence of internal incentives that regulate activity, the formation of needs for self-creation as one . from manifestations of self-activity.

The problem of self-actualization of the individual becomes a fundamental problem of human existence, because thanks to this process, the individual is brought to society, reveals himself in it in a harmonious and balanced way, realizing the possibilities of the development of his "I". The term "self-actualization" (Self-actualisation) comes from the word "actualisation", which means "transition from a state of possibility to a state of reality".

In foreign psychological science, the concept of self-realization of the individual developed mainly within the limits of the humanistic approach. In his context, the personality is perceived as a unique, integrated system, which has an "open possibility" of self-actualization, inherent only to a person. It should be noted that in humanistic psychology, the concept of self-actualization is synonymous with self-realization, in connection with which it is worth noting some difference. Realization, as part of the concept of "self-realization", primarily provides awareness, cognitive activity. Self-actualization is, in fact, the very

desire of a person to more fully reveal and develop his personal capabilities. This is not only the result, but also the very process of the embodiment of the powerful individual's abilities, the movement of which goes up the pyramid of needs from basic to the satisfaction of higher needs. Self-actualization implies duration, constant involvement in the process of growth and development of abilities to the maximum possible level. A person in the process of self-actualization has good psychological health. Her basic needs are satisfied, so she is driven by higher-order motives and strives for growth.

Keywords: *self-actualization, loneliness, self-acceptance, personality development, self-regulation, maturity, integration to changes.*

References

1. Sannikova O.P., Bedan V.B. Funtcionalna spriamovanist perezhyvannia samotnosti [Functional focus of experiencing loneliness]. Problema suchasnoi psykholohii osobystosti: zb. materialiv nauk.-prakt. konf. molodykh uchenykh ta studentiv (m.Odesa, 18-21 travnia 2017 r.). PNPU imeni K.D.Ushynskoho. Odesa: Ledaruk, 2017. S. 177-184.

2. Dolynska, L. V., Penkova, O. I. (2016). Samorealizatsiia osobystosti yak sotsialno-psykholohichni fenomen [Self-realization of the individual as a socio-psychological phenomenon]. Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Serii 12. Psykholohichni nauky : zb. naukovykh prats. 3 (48), 18.

3. Serdiuk L. Z., Yablonska T. M., Penkova O. I., Volodarska N. D. Samotvorennia u rozvytku osobystosti : naukovo-metodychni posibnyk [Self-creation in personality development]; za red. L. Z. Serdiuk. Kyiv : Pedahohichna dumka, 2015.

4. Kobylnik, L. M., Katkova, T. A., & Katkova, T. A. Dialektyka ta dynamika tsinnisnoho samovyznachennia studentiv-psykholohiv u protsesi profesiinoi pidhotovky. [Dialectics and dynamics of value self-determination of psychology students in the process of professional training]"Nauka i osvita", №6, 2014

5. Ovcharenko N. V. Osoblyvosti metodolohii analizu filosofsko-osvitnoho zmistu poniattia "samorealizatsiia osobystosti" [Peculiarities of the methodology of the analysis of the philosophical and educational content of the concept of "personal self-realization"] / N. V. Ovcharenko // Zbirnyk naukovykh prats "Hileia: naukovyi visnyk". – 2015. – Vypusk 92. – S. 269-273.

6. Hladush, V. A., and H. I. Lysenko. "Pedahohika vyshchoi shkoly: teoriia, praktyka, istoriia." [Higher school pedagogy: theory, practice, history.] 2014.

7. Podenko, A. V.; Kutuzova, O. V. Osoblyvosti profesiinoi samoaktualizatsii studentiv-psykholohiv [Peculiarities of professional self-actualization of psychology students]. Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Serii «Psykholohichni nauky», 2018, 5: 117-123.

8. Rutyna, Yu. V. Profesiina samoaktualizatsiia osobystosti [Professional self-actualization of the individual]. Aktualni problemy psykholohii, 2012, 1.45: 66-71.

**ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ТА
ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ В ОСВІТІ**

УДК 316.61:377.091.21

DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4).3

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ЗДОБУВАЧІВ
ФАХОВОЇ ПЕРЕДВИЩОЇ ОСВІТИ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ**

Торба Наталія Григорівна

кандидатка психологічних наук, доцентка

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5187-1111>

Пахомов Ілля Володимирович

старший викладач кафедри педагогіки, психології та менеджменту

Білоцерківський інститут неперервної професійної освіти ДЗВО

«Університет менеджменту освіти» НАПН України

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6101-9384>

Савлук Юлія Михайлівна

здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти

спеціальність «Психологія»

Білоцерківський інститут неперервної професійної освіти ДЗВО

«Університет менеджменту освіти» НАПН України

***Анотація.** Мета статті полягає у дослідженні психологічних особливостей адаптації здобувачів ФПО до нових умов освітнього процесу. Результати дослідження здобувачів за опитувальником Р. Кеттела, свідчить про те, що їх емоційно-вольові особливості є результатом комплексного поєднання різних особистісних рис, що включає в себе як позитивні фактори, так і складні аспекти, які потребують уважного та індивідуального підходу до їхнього розвитку та підтримки. За опитувальником К. Томаса найвищу схильність до стратегії «Суперництво» виявили здобувачі спеціальності «Видавництво та поліграфія, стратегії «Співробітництво» – спеціальності «Перукарське мистецтво та декоративна косметика», стратегії «Компроміс» – спеціальностей «Інформаційна, бібліотечна та архівна справа» та «Перукарське мистецтво та декоративна косметика», стратегії «Пристосування» – спеціальностей «Видавництво та поліграфія» та «Технології легкої промисловості», стратегія «Уникання» майже не виражена. Результати психологічної за опитувальником Т. Лірі свідчать про те, що більшість здобувачів спеціальності «Інформаційна, бібліотечна та архівна справа» виявили схильність до підозрливих та покірносором'язливих відносин, спеціальності «Видавництво та поліграфія» – до авторитарних та дружжелюбних стосунків, спеціальності «Перукарське*

мистецтво та декоративна косметика» – до залежних та альтруїстичних відносин, спеціальності «Технології легкої промисловості» – до егоїстичних та дружелюбних відносин. Представлені результати свідчать про досить успішну адаптацію першокурсників до умов освітнього середовища. Опитування виявило, що більшість першокурсників сприймають освітнє середовище коледжу як комфортне і мають стабільний емоційний стан. Лише деякі здобувачі ФПО відчують втому та сильний стрес під час виступів, мають невпевненість у власних силах та проблеми зі зосередженістю.

Ці результати впливають із тверджень, що більшість респондентів переважно ніколи не зазнають конфліктних ситуацій, не відчують самотність, і лише іноді відзначають внутрішню напругу та страх перед викладачами. Розроблено профілактичну програму, спрямовану на забезпечення психологічного комфорту та успішної адаптації здобувачів ФПО, розвиток навичок адаптації, управління стресом, підвищення самооцінки та позитивного ставлення до навчання.

***Ключові слова:** адаптація, здобувачі фахової передвищої освіти, заклади фахової передвищої освіти, освітній процес.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями.

Актуальність дослідження адаптації здобувачів освіти в закладах фахової передвищої освіти (далі - ФПО) визначається низкою факторів, що створюють складні умови для їхнього успішного інтегрування та ефективного навчання. З огляду сучасних умов освіти та соціального середовища, які все частіше характеризуються стресовими ситуаціями та несприятливі зовнішніми факторами постає проблема дослідження процесу адаптації здобувачів освіти.

Крім того, зміна соціального середовища, переїзд до нового міста для отримання освіти, відокремлення від родини та друзів можуть викликати почуття самотності, відчуження та

нестабільності у здобувачів освіти, що також негативно впливає на їхню адаптацію.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У психологічній науці представлено широкий спектр наукових праць, що спрямовані на дослідження особливостей процесу адаптації здобувачів освіти: Т. Алексєєва, О. Венгер, В. Гамов, Г. Левківська, І. Бойко, А. Грись, І. Манілов, О. Стадник та інші, які наголошують на важливості забезпечення комфортної адаптації здобувачів освіти до нових умов освітньої діяльності. Але досліджень з адаптації здобувачів ФПО до вимог освітнього процесу небагато [1-3].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття. Залишається недостатньо дослідженим питання психологічних особливостей

адаптації здобувачів ФПО до нових умов освітнього процесу.

Формулювання цілей статті.

Мета статті полягає у дослідженні психологічних особливостей адаптації здобувачів ФПО до нових умов освітнього процесу.

Відповідно до мети було визначено такі завдання дослідження: провести емпіричні дослідження процесу адаптації здобувачів ФПО до освітнього процесу; розробити та апробувати профілактичну програму, спрямовану на покращення процесу адаптації здобувачів ФПО до нових умов.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Адаптація здобувачів ФПО до освітнього процесу полягає в пізнавальному та інформаційному пристосуванні до нового оточення, структури закладу ФПО, його навчального змісту, традицій та власних обов'язків. Залежно від активності здобувача ФПО, адаптивний процес може бути активним або пасивним. Активна адаптація сприяє успішній соціалізації, оскільки здобувач ФПО не лише приймає норми і цінності нового середовища, а й активно впливає на них, будуючи свою діяльність та відносини з оточуючими на цій основі. З іншого боку, пасивна адаптація характеризується прийняттям норм і цінностей нового середовища без активної участі у їх формуванні [1].

Сам процес адаптації здобувачів ФПО до освітнього процесу може бути доволі тривалим

та проблематичним. Він передбачає повне відмовлення від звичного способу життя та вимагає від особистості розуміння та прийняття нових умов та вимог. Зокрема, відбувається пристосування до нових дидактичних умов закладу ФПО, що відрізняються від умов закладу загальної середньої освіти, зокрема збільшення обсягу навчального матеріалу та підвищення самостійності. Однак, окрім позитивних аспектів, виявлено й негативні чинники, які ускладнюють адаптаційний процес. Ці чинники включають недостатній рівень підготовленості за програмою закладу загальної середньої освіти, відсутність самостійності та невпевненість [2].

До ключових факторів, які ускладнюють адаптацію здобувачів ФПО першого курсу дослідники також відносять: власне перехід від шкільного до дорослого життя, невизначеність у мотивації вибору професії, неготовність до самостійного життя, відповідальності та прийняття рішень, відсутність навичок управління часом та саморегуляції поведінки, а також несформованість мотивації навчання в обраній сфері [3].

З метою визначення психологічних особливостей процесу адаптації здобувачів ФПО першого року навчання нами було проведено комплексне психодіагностичне дослідження на базі Білоцерківського фахового коледжу сервісу та дизайну, в якому взяли участь 108 здобувачів ФПО першого року навчання юнацького

віку (16-17 років).

У процесі психодіагностичного дослідження нами застосовувалися такі методи: анкетування, тестування за 16-факторним особистісним опитувальником Р. Кеттела, опитувальниками стратегії поведінки в конфлікті К. Томаса та міжособистісних відносин Т. Лірі.

Результати дослідження 54 здобувачів ФПО за 16-факторним особистісним опитувальником Р. Кеттела, свідчить про більші показники за наступними шкалами: «адекватність самооцінки» та «схильність до почуттів - висока нормативність поведінки» (середні показники по 8,5 балів відповідно), «замкнутість - комунікабельність» (8,0 балів), «консерватизм - радикалізм», «низький самоконтроль - високий самоконтроль» та «розслабленість-напруженість» (по 7,5 балів), а також «тривожність - сміливість» (7,0 балів).

Менші показники були отримані за наступними шкалами опитувальника Р. Кеттела: «підпорядкованість - домінантність» (6,5 балів), «стриманість - експресивність» та «жорстокість - чутливість» (по 6 балів відповідно), «прямолінійність - дипломатичність» (5 балів), «емоційна нестійкість - емоційна стійкість» та «впевненість у собі - тривожність» (по 5,5 балів), «рівень інтелекту» та «довірливість-підозрілість» (по 4,5 бали).

Аналіз інтелектуальних особливостей базується на факторах рівня інтелекту (фактор В), рівня

практичності та розвитку уяви (фактор М) і ступінь консервативності або радикальності думок (фактор Q1). В цілому, результати аналізу інтелектуальних особливостей показують, що здобувачі ФПО мають достатній рівень інтелекту для навчання, розвинену творчу уяву та відкритість до нових ідей, що стимулює їх до освітньої діяльності.

Емоційно-вольові особливості визначається з урахуванням факторів С, G, I, O, Q3, Q4, що підтверджують занижений рівень толерантності здобувачів ФПО до певних явищ та лабільність настрою у здобувачів освіти. Вони проявляють увагу до дотримання групових норм, що свідчить про соціальну відповідальність, але також виявляють надмірну реалістичність суджень та жорсткість, що може сигналізувати про відсутність емпатії. Впевненість у собі, високий рівень самоконтролю та здатність досягати цілей в навчанні і житті загалом також відзначаються.

Комунікативні властивості і особливості міжособистісної взаємодії здобувачів освіти відображено через відповідні фактори (F, H, F, E, Q2, N, L), їхньої особистості та соціальної взаємодії. Серед основних рис здобувачів ФПО можна виділити спроможність до самоконтролю та високу сміливість, що сприяє готовності до ризику та нових викликів.

Однак, виявлена низька толерантність до емоційних змін та лабільність настрою може ускладнювати їхню взаємодію та

досягнення цілей. Розвиненість соціальної відповідальності та уваги до групових норм є також помітною, проте важливо зберігати індивідуальність. Надто висока самовпевненість та доброзичливість можуть супроводжуватися відсутністю емпатії.

Результати психологічної діагностики 108 здобувачів ФПО за опитувальником типів конфліктної поведінки К. Томаса свідчать про те, що здобувачі усіх спеціальностей («Інформаційна, бібліотечна та архівна справа», «Перукарське мистецтво», «Видавництво та поліграфія» та «Технології легкої промисловості») віддають перевагу стратегії суперництва (табл. 1), що може вказувати на високий рівень конкурентоспроможності.

Другою за частотою застосування для здобувачів ФПО усіх спеціальностей є стратегія «Пристосування» (табл. 1), що вказує на їхню готовність швидко адаптуватися до змінних умов або знаходити найефективніші рішення у конфліктних ситуаціях.

Третьою за популярністю серед здобувачів ФПО є стратегія «Співробітництво» (табл. 1), що є відображенням спроможності до ефективної командної роботи і це є важливим аспектом у цій сфері діяльності. На четвертому місці серед здобувачів ФПО стоїть стратегія «Компроміс» (табл. 1), що вказує на їхню готовність знаходити взаємовигідні рішення та вирішувати конфлікти шляхом узгодження позицій. До стратегії «Уникання» схильність мають найменша кількість здобувачів

ФПО, порівняно з іншими стратегіями (табл. 1).

Отже, спостерігаємо різноманітність та відмінності у виборі стратегій поведінки у конфлікті відповідно до індивідуальних особливостей здобувачів ФПО, зокрема, найбільша схильність спостерігається до стратегії «Суперництво», що вказує на спрямованість здобувачів на встановлення лідерства або досягнення переваги над іншими заради успіху в своїй галузі. Результати психологічної діагностики 108 здобувачів ФПО за опитувальником міжособистісних відносин Т. Лірі свідчать про те, що більшість здобувачів спеціальності «Інформаційна, бібліотечна та архівна справа» виявили схильність до підозрілих (18%) та покірносором'язливих відносин (20%).

Це може свідчити про їхню обережність у спілкуванні та бажання уникати конфліктів. У контексті роботи з інформацією та бібліотечними ресурсами така особистісна риса може допомогти створювати сприятливу атмосферу для користувачів.

Більшість здобувачів ФПО спеціальності «Видавництво та поліграфія» виявили схильність до агресивних (21%) та дружелюбних стосунків (16%), що може свідчити про їхню лідерську схильність та здатність до ефективної співпраці в колективі. Це може бути важливою рисою для успішного ведення професійної діяльності в галузі видавництва та поліграфії, де важлива командна робота та

керівництво.

Половина здобувачів ФПО спеціальності «Перукарське мистецтво та декоративна косметика» проявили схильність до залежних (18%) та альтруїстичних відносин (16%), що свідчить про їхню готовність до співпраці з оточуючими та готовність допомагати іншим. Враховуючи специфіку цієї галузі, де комунікація з клієнтами важлива, ці якості

можуть бути корисні.

Третина здобувачів ФПО спеціальності «Технології легкої промисловості» проявили схильність до егоїстичних (22%) та дружелюбних (21%) відносин, що вказує на їхню самостійність та готовність до протистояння в умовах конкуренції, а також на бажання співпрацювати з іншими колегами для досягнення загальних цілей.

Таблиця 1. - Стратегії поведінки у конфлікті (за опитувальником К. Томаса) здобувачів ФПО різних спеціальностей (у %)

Стратегія / Спеціальність	Суперництво	Співробітництво	Компроміс	Уникнення	Прийняття
Інформаційна, бібліотечна та архівна справа	46	38	33	31	40
Перукарське мистецтво	51	35	30	28	45
Видавництво та поліграфія	49	41	36	30	38
Технології легкої промисловості	43	32	28	25	42

Таблиця 2. - Типи міжособистісних відносин (за опитувальником К. Томаса) здобувачів ФПО різних спеціальностей (у %)

Стратегія / Спеціальність	Авторитарний	Егоїстичний	Агресивний	Підозрілий	Покірний	Залежний	Дружелюбний	Альтруїстичний
Інформаційна, бібліотечна та архівна справа	9	10	5	18	20	11	10	15
Перукарське мистецтво	15	11	10	6	15	18	11	16
Видавництво та поліграфія	10	15	21	10	5	11	16	15
Технології легкої промисловості	5	22	16	15	10	7	21	11

Отже, кожен здобувачі ФПО різних спеціальностей мають свої особливості у стилі міжособистісних відносин, що впливатиме на їхню професійну діяльність та комунікацію у майбутньому.

Важливими для нас є результати анкетування, проведеного зі 108 здобувачами ФПО. За його результатами, третина учасників вказали, що іноді виникали складнощі у спілкуванні з одногрупниками та викладачами (по 29,6% відповідно).

На проблеми з іншими особами вказала незначна частка опитаних: з мешканцями та працівниками гуртожитку (16,7% та 14,8% відповідно), зі здобувачами інших груп та адміністрацією (11,1% та 8,3%).

Результати аналізу відповідей на питання про самооцінку успішності здобувачів освіти розподілилися порівну: одна половина респондентів визначають свій рівень як «переважно добрий», тоді як інша половина – як «переважно задовільний» (по 46,3% відповідно). На «переважно високий» рівень успішності вказали лише 5,6% опитаних.

Отримані результати аргументовані декількома факторами: тривала періодичність дистанційного навчання у закладі загальної середньої освіти призвела до неякісного засвоєння навчального матеріалу, що, у свою чергу, вплинуло на самооцінку здобувачів освіти щодо їхньої успішності; психологічна нестабільність і відчуття безпеки, пов'язані з

воєнним станом, що вплинуло на мотивацію до навчання та загальний психологічний стан.

Щодо визначення рівня соціальної адаптованості першокурсників, зокрема під час виникнення потреби отримання допомоги (навчальної, психологічної, організаційної, інформаційної тощо), здобувачі ФПО найчастіше звертаються до своїх друзів (50,9%), до рідних (42,6%) та до одногрупників (38%). Результати показують, що друзі та родина є основним джерелом підтримки для здобувачів освіти. Це може відображати сильні соціальні зв'язки та довіру, які вони мають до свого близького оточення. Однак значна кількість респондентів, які заявили, що розраховують тільки на себе, може свідчити про замкнутість або недостатню впевненість у можливостях звернутися за допомогою. Це може бути наслідком недостатньої соціалізації, зокрема через дистанційне навчання у закладі середньої освіти.

Здобувачам освіти було запропоновано комплексно визначити рівень їхнього ставлення до умов освітнього середовища та рівня підтримки студентів за низкою тверджень. Майже усі здобувачі ФПО (98,1%) зазначили, що знають про права та обов'язки здобувача ФПО, розуміють сутність політики академічної доброчесності (91,3%), оцінює відносини у групі як доброзичливі (96,3%), куратор групи приділяє здобувачам достатньо уваги (99,1%), викладачі у повному обсягу надають консультації

здобувачам (88,9%), здобувачі мають можливості для саморозвитку (92,6%), освітнє середовище є безпечним (97,4%).

Представлені результати свідчать про досить успішну адаптацію першокурсників до умов освітнього середовища. Високий рівень підтримки від куратора та наявність доброзичливих стосунків у групах свідчать про стабільність соціального середовища, що сприяє психологічному комфорту учасників освітнього процесу.

Також, розуміння власних прав і обов'язків як здобувачів освіти вказує на їхню свідомість і відповідальність, що є важливим аспектом для психологічної адаптації до нових умов. Наявність достатнього рівня надання консультацій викладачами та відчуття безпеки в коледжі сприяють стабільності емоційного стану та психічного благополуччя.

Опитування виявило, що більшість першокурсників сприймають освітнє середовище коледжу як комфортне і мають стабільний емоційний стан. Ці результати впливають із твердженнь, що більшість респондентів переважно ніколи (81%) не зазнають конфліктних ситуацій, переважно ніколи (53,7%) відчують самотність, і лише іноді (44,4%) відзначають внутрішню напругу та страх перед викладачами (40,7%).

Важливо відзначити, що деякі здобувачі освіти відчують втому (25,9%) та сильний стрес під час виступів (20,4%), мають невпевненість у власних силах

(19,4%) та мають проблеми зі зосередженістю (15,7%). Такі результати можуть бути наслідком тривалого дистанційного навчання у закладі загальної середньої освіти та відсутності практичних навичок щодо самопрезентації та підвищення самовпевненості.

Щодо визначення факторів, які сприяють адаптації у коледжі, попри соціальні виклики адаптації (згідно з результатами попередніх відповідей), здобувачі ФПО знаходять підтримку у своїх одногрупників (63,9%) та знаходять мотивацію у бажанні навчатися (53,7%). Також значну роль відіграють поради та допомога куратора (38,9%).

Водночас, найбільш поширеними проблемами під час адаптації стали недостатня підготовка зі школи (45,4%), велике навчальне навантаження (40,7%) та особиста неорганізованість (27,8%). Ці результати, із ймовірністю, можуть виникнути через тривале дистанційне навчання, що може вплинути на самовизначення здобувачами освіти власної організованості. Наприклад, довготривала відсутність структурованого графіка та контролю з боку викладача може призвести до зниження навичок управління часом та організації, що ускладнює адаптацію до нових умов навчання у коледжі.

Також нами було розроблено профілактичну програму групового тренінгу із застосуванням технік релаксації «Від впевненості до гармонії», яка складається з 6 сесій: «Знайомство», «Впевненість у собі»,

«Комунікаційні навички», «Стресостійкість», «Соціальні обов'язки» та «Завершення».

Перша сесія «Знайомство» починається з вітання та поясненням цілей тренінгу, далі використовуються інтерактивні ігри для розвитку комунікаційних навичок та створення дружньої атмосфери, а також проведення круглих столів «Мої очікування від навчання в коледжі» для визначення потреб та очікувань учасників.

Друга сесія «Розвиток особистої впевненості» починається з презентації на тему «Основи впевненості в собі» з акцентом на самопізнання та розвиток позитивного ставлення до себе, далі проводяться рольові ігри для практики впевненого спілкування та вираження думок та групові вправи для визначення сильних сторін та постановки цілей для підвищення самооцінки.

Третя сесія «Комунікаційні навички» починається з презентації на тему «Ефективне слухання та виразне мовлення» з активними вправами на розвиток цих навичок, продовжується практичними вправами в парах для тренування комунікаційних вмінь через різноманітні рольові ситуації, також проводяться групові дискусії «Розв'язання конфліктів та співпраця в групі» для вивчення методів ефективної комунікації та співпраці.

Четверта сесія «Стресостійкість та емоційне благополуччя» також починається з презентації на тему «Стрес та його вплив на навчання» з практичними

порадами щодо управління стресом, також використовуються техніки релаксації та стресостійкості для зменшення напруги та підвищення психічної стійкості та групові обговорення «Як ефективно впоратися зі стресом» для обміну досвідом та знаходження спільних стратегій.

П'ята передостання сесія «Розвиток та підтримка соціальних зв'язків» розвиває командування та розвиток соціальної взаємодії через групові вправи, проводяться рольові ігри на тему співпраці та командної роботи для практичного відпрацювання вмінь, учасники виконують групове завдання: створення проєкту в групах для підвищення співпраці та творчості.

Остання шоста сесія «Завершення та оцінювання» присвячена підбиттю підсумків та обговоренню вражень від тренінгу, проведенню анкетування для оцінювання ефективності та отримання зворотного зв'язку.

Загальна кількість учасників тренінгів сягала 70. Як наслідок, значний позитивний результат у їхньому емоційному стані та загальному самопочутті спостерігався вже під час тренінгу. Учасники відзначили, що застосування медитаційних технік сприяло зниженню рівня стресу та тривоги в їхньому повсякденному житті. Багато з них відчували збільшення внутрішньої гармонії та зосередженості, що дозволило їм краще керувати своїми емоціями та реагувати на життєві ситуації з більшою спокоєм. Крім того,

учасники висловили задоволення від відчуття підтримки та розуміння у групі. Можливість спілкуватися та ділитися власними емоціями та досвідом з іншими допомогла їм відчуття себе менш самотніми.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Результати дослідження здобувачів ФПО за опитувальником Р. Кеттела, свідчить про те, що їх емоційно-вольові особливості є результатом комплексного поєднання різних особистісних рис. Щодо стратегій поведінки у конфлікті, найвищу схильність до стратегії «Суперництво» виявили здобувачі спеціальності «Видавництво та поліграфія, «Співробітництво» – з «Перукарське мистецтво та декоративна косметика», «Компроміс» – «Інформаційна, бібліотечна та архівна справа» та «Перукарське мистецтво та декоративна косметика», «Пристосування» – «Видавництво та поліграфія» та «Технології легкої промисловості», стратегія «Уникання» майже не виражена.

За типом міжособистісних відносин більшість здобувачів

спеціальності «Інформаційна, бібліотечна та архівна справа» виявили схильність до підозрілих та покірно-сором'язливих відносин, «Видавництво та поліграфія» – до авторитарних та дружелюбних стосунків, «Перукарське мистецтво та декоративна косметика» – до залежних та альтруїстичних відносин, «Технології легкої промисловості» – егоїстичних та дружелюбних відносин.

Опитування виявило, що більшість першокурсників сприймають освітнє середовище коледжу як комфортне і мають стабільний емоційний стан. Ці результати впливають із тверджень, що більшість респондентів переважно ніколи не зазнають конфліктних ситуацій, не відчувають самотність, і лише іноді відзначають внутрішню напругу та страх перед викладачами. Розроблено профілактичну програму, спрямовану на забезпечення психологічного комфорту та успішної адаптації здобувачів ФПО, розвиток навичок адаптації, управління стресом, підвищення самооцінки та позитивного ставлення до навчання.

Список літератури

1. Мельник О., Волкова С., Шеремет О. Психолого-педагогічні аспекти адаптації першокурсників в умовах пандемії. Нові технології навчання. № 96. 2022. С. 143-149.
2. Прокопенко В., Андрейко С., Дашевський І. Роль куратора у процесі оптимізації соціальної адаптації студентів медичних спеціальностей закладів фахової передвищої освіти. Вища школа. №1 (202). 2022. С. 79-82.
3. Савельєва Т. А. Педагогічні умови підготовки молодших спеціалістів сфери обслуговування на адаптивних засадах : автореф. дис. ... канд. педаг. наук. 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Харків, 2021. 22 с.

**PSYCHOLOGICAL FEATURES OF ADAPTATION OF
PROFESSIONAL HIGHER EDUCATION ACQUIRES TO THE
EDUCATIONAL PROCESS**

**Torba Nataliya
Pakhomov Ilya
Savluk Yuliya**

Abstract. *The purpose of the article is to study the psychological features of adaptation of vocational training students to the new conditions of the educational process. The results of the study of applicants according to R. Kettel's questionnaire indicate that their emotional and volitional characteristics are the result of a complex combination of various personal traits, according to the questionnaire of K. Thomas, the highest inclination to the «Competition» strategy was shown by the applicants of the «Publishing and printing» specialty, the «Cooperation" strategy» - specialties «Hairdressing and decorative cosmetics», strategy «Compromise» - specialties «Information, library and archival affairs» and «Hairdressing and decorative cosmetics», strategy «Adaptation» - specialties «Publishing and printing» and «Technologies of light industry», the «Avoidance» strategy is almost not expressed.*

The results of the psychological survey by T. Leary indicate that the majority of applicants of the specialty «Information, library and archival affairs» showed a tendency to suspicious and submissive-shy relationships, the specialty «Publishing and printing» - to authoritarian and friendly relationships, the specialty «Hairdressing and decorative cosmetics» - to dependent and altruistic relationships, «Light Industry Technologies» specialty - to selfish and friendly relationships. The presented results indicate a fairly successful adaptation of first-year students to the conditions of the educational environment.

These results stem from the statement that most respondents mostly never experience conflict situations, do not feel lonely, and only sometimes note inner tension and fear of teachers. A preventive program aimed at ensuring psychological comfort and successful adaptation of FPO applicants, developing adaptation skills, stress management, increasing self-esteem and a positive attitude to learning has been developed.

Keywords: *adaptation, applicants of professional preliminary higher education, institutions of professional preliminary higher education, educational process.*

References

1. Meljnyk O., Volkova S., Sheremet O. Psykhologho-pedaghoghichni aspekty adaptaciji pershokursnykiv v umovakh pandemiji. Novi tekhnologhiji navchannja.[Meljnyk O., Volkova S., Sheremet O. Psychological and pedagogical aspects of adaptation of first-year students in the conditions of a pandemic. New learning technologies] # 96. 2022. S. 143-149.

2. Prokopenko V., Andreyko S., Dashevsjkyj I. Rolj kuratora u procesi optymizaciji socialjnoji adaptaciji studentiv medychnykh specialjnostej zakladiv fakhovoji peredvyshhoji osvity. Vyshha shkola. [Prokopenko V., Andreyko S., Dashevskyi I. The role of the curator in the process of optimizing the social adaptation of students of medical specialties in institutions of professional preliminary education. High school.] #1 (202). 2022. S. 79-82.

3. Saveljjeva T. A. Pedagoghichni umovy pidghotovky molodshykh specialistiv sfery obslughovuvannja na adaptyvnykh zasadakh : avtoref. dys. ... kand. pedagh. nauk. [Savelyeva T. A. Pedagogical conditions for the training of junior specialists in the field of service on an adaptive basis: abstract of the dissertation ... of the Candidate of Pedagogical Sciences] 13.00.04 – teorija i metodyka profesijnoji osvity. Kharkiv, 2021. 22 s.

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ НА ЕТАПІ ЇХ ПІДГОТОВКИ У ВУЗІ

Шель Наталія Василівна

кандидат психологічних наук, доцент

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5965-5288>

***Анотація.** Стаття присвячена актуальній темі професійної підготовки майбутніх психологів в умовах сучасного суспільства. Проведено теоретичний аналіз проблеми професійної компетентності у вітчизняних наукових дослідженнях. Розкрито суть поняття у психологічному аспекті, а саме як психологічну систему, що допомагає ефективно виконувати професійну діяльність, як сукупність внутрішніх та зовнішніх ресурсів, що актуалізуються у процесі вирішення проблемного завдання; як внутрішні потенції, що проявляються у ситуаціях, що суперечать попередньому досвіду людини; як якість особистості, що розвивається в умовах постійних змін.*

Визначено професійну компетентність, як продукт оцінки результату навчання не прямо витікає з нього, а швидше за все є наслідком саморозвитку майбутнього фахівця, не стільки технологічним компонентом, скільки результатом особистісного зростання, наслідком самоорганізації й узагальнення досвіду особистості. Виокремлено основну властивість професійної компетентності – це можливість її розвитку – постійно змінюється її зміст, структура, складові, потенційні внутрішні утворення, залежно від запиту клієнта, викликів сучасного суспільства, актуальності знань. Запропоновано пріоритетні напрямки професійної підготовки майбутніх психологів як компетентних фахівців у майбутньому: компетентнісний підхід у професійній підготовці – основний акцент зроблено на практико-орієнтованій підготовці та особистісне пропрацювання власних внутрішньоособистісних протиріч; взаємодія викладача і студента, коли викладач виступає в ролі «навігатора» при вирішенні професійних завдань; орієнтація на навчання «впродовж життя»; компютиризація та діджиталізація освітнього простору; самоорганізація освітнього простору; варіативність форм освіти.

Теоретичний аналіз означеної проблеми дозволив встановити таку особливість професійної компетентності майбутніх психологів, будучи продуктом та результатом навчання, не прямо витікає з нього, а є скоріше наслідком саморозвитку майбутнього фахівця, не стільки технологічним компонентом, скільки результатом особистісного зростання, наслідком самоорганізації й узагальнення діяльносного та особистісного досвіду.

***Ключові слова:** професійна підготовка, майбутні психологи, професійна компетентність, ресурси особистості, психологічна система.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. Життя в останні роки в Україні стало дуже динамічним, непередбачуваним та невизначеним. Зміни в соціально-економічній, політичній сфері призводять до модернізації ринку праці, при цьому висуваючи нові вимоги до фахівців усіх профілів, а психолога зокрема. Щоб відповідати тим запитам суспільства на психологічні послуги, варто більш уважніше ставитися до питань професійної підготовки майбутніх психологів. Ще донедавна, до повномасштабного вторгнення росії в Україну, коло професійних завдань психолога полягало в площині психологічних труднощів людей мирного часу, на сьогодні психологи зіткаються з такими запитам про які цивілізований світ або забув, або навіть не уявляв можливості з подібним працювати у своїй професійній діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Науковий інтерес до питання професійної компетентності виник вже досить давно як у зарубіжній так і вітчизняній науці. Серед зарубіжних вчених, які займалися вивченням компетентностей Nash, J. M., and Larkin, K. T., Neubert, J. C., Maintert, J., Kretzschmar, A., and Greiff, S., Rodolfa, E., Baker, J., DeMers, S., Nilson, A., Meck, D., Schaffer, J., et al.

В українських дослідників професійну компетентність

розглядають як провідну ідеєю сучасної національної системи освіти, а очікуваним вбачають – компетентну особистість, котра не просто володіє знаннями й практичними навичками, а вміє адекватно діяти та готова приймати рішення в складних ситуаціях (Н. Вінник, А. Семенова, І. Татаренко, О. Федорченко). Наукові пошуки в означеній проблемі різнобічні від тлумачення суті поняття, її структури типів та моделей.

Всі ці дослідження збагачують уявлення про професійну компетентність як еталонну або зразка, до якого прагнуть у професійній підготовці майбутніх психологів, задля успішного виконання діяльності, відповідно до того кола завдань, які на нього будуть покладені у майбутньому.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття.

Психологічна допомога у мирний час відрізняється від тієї, яку люди мають отримувати під час війни. Професійна компетентність майбутніх психологів, за таких умов, теж постійно змінюється, відповідно до тих обставин, що існують в Україні.

Основним завданням професійної підготовки майбутніх психологів в умовах викликів сьогодення є підготовка професійно компетентного майбутнього психолога, здатного швидко і ефективно надавати психологічну допомогу в умовах постійних змін у

суспільстві. Для успішної професійно підготовки майбутніх психологів слід створити сприятливі психолого-педагогічні умови.

Огляд наукових статей показав, що на сучасному етапі виникла потреба у якісно новій підготовці майбутнього психолога, яка б дозволила поєднувати фундаментальні професійні знання з практико-орієнтованим, дослідницьким підходом до вирішення конкретних освітніх проблем. Саме цим малодосліджуваним аспектам проблеми і присвячена стаття.

Формулювання цілей статті.

Метою статті є теоретичний аналіз проблеми професійної компетентності майбутніх психологів, визначення її психологічних аспектів. Розгляд особливостей професійної підготовки, що сприятимуть формуванню професійної компетентності майбутнього фахівця.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів.

Розпочинаючи теоретичний огляд проблеми професійної компетентності майбутніх психологів, доцільно визначити його суть та основні характеристики.

На думку Л. Барінової основні труднощі для чіткого означення даного поняття, полягає в тому, що досить часто ним позначають різні явища: мисленнєві дії, особистісні якості людини, мотиваційні тенденції, ціннісні орієнтації, особливості міжособистісної

взаємодії, практичні вміння, навички, знання або все в сукупності. А компетентність, дослідниця визначає як готовність суб'єкта ефективно організовувати внутрішні та зовнішні ресурси для постановки і досягнення мети професійного завдання. При цьому під внутрішніми ресурсами вона вбачає знання, вміння, навички, компетентності (способи або алгоритми діяльності в проживанні певних ситуацій), психологічні особливості, цінності тощо. Дослідниця дотримується позиції, що окремі компетенції як деякі внутрішні потенційні психологічні утворення (знання, вміння, навички, установки, алгоритми дій, системи цінностей та ін.) проявляються у цілісній психологічній компетентності особистості. Вона також зазначає, що в соціальному плані компетентність можна розглядати як «грамотну поведінку» або здатність оптимально використовувати власні індивідуальні ресурси для конструктивної взаємодії зі світом [1].

Ю. Швалб при аналізі поняття «компетентність» визначає його як результат освіти та при цьому робить акцент на стану психологічної готовності суб'єкта до різних видів діяльності і визначає як психологічну категорію, оскільки «діяльнісна здатність визначається не тільки станом індивіда, але й наявністю в нього необхідних психологічних ресурсів, або рівнем психологічного оснащення [10,с.33].

Л. Помиткіна на основі аналізу психологічних досліджень

вітчизняних та зарубіжних науковців поняття компетентності визначає як поєднання психічних якостей, як психічний стан, що дозволяє діяти самостійно і відповідально (дієва компетентність), як володіння людиною здатністю й умінням виконувати певні трудові функції [9].

У своїх дослідженнях А. Грись поняття «компетенція» розглядає як результати виконання завдань та їх відповідність стандартам, підкреслюючи практичну дієву сторону («знаю, як»). Поняття «компетентність», на думку дослідниці, використовується для характеристики суб'єкта і включає особистісні якості («знаю, що»). В цьому випадку компетентність визначається як досягнутий особистістю рівень володіння необхідними, компетенціями, що забезпечують заданий стандарт ефективності вирішення нею професійних завдань.

Компетентність виступає не структурою або рівнем розвитку, а якістю психічних процесів. З цієї точки зору, компетентність виявляється психологічною системою забезпечення якості і має такі властивості: можливість розвитку, причому розвитку за допомогою формування індивідуального стилю діяльності, комплексною будовою (єдність емоційних, мотиваційних і когнітивних структур), а також наявністю екзистенційної складової (існування в нереальному просторі та часі) [4, с. 12].

Згідно з трактуваннями ряду

вітчизняних науковців, компетентність – це підхід до знань як інструмента розв'язання життєвих проблем, прийняття рішень у різних сферах життєдіяльності людини, загальна здібність, що ґрунтується на знаннях, досвіді, цінностях, набутих завдяки навчання, вихованню, інтеграції у простір соціокультурних відносин, міжособистісної інтеграції і спілкування [3, с. 43].

Є. Брюховецька зазначає, що, згідно з сучасними дослідженнями, в основі компетентності лежать індивідуально-психологічні якості, об'єктивні умови розвитку суспільства, його сучасні особливості й умови майбутньої професійної діяльності [2].

Стосовно професійної компетентності дослідниця визначає суперечність між прагненням до творчої реалізації своєї діяльності, використанням індивідуального підходу, осягненням нових знань, застосуванням інноваційних технологій і прискореним темпом розвитку соціальних інститутів, зокрема освіти. На практиці вимоги до професійних компетенцій і можливості їхньої реалізації часто не співпадають [2, с. 12-13].

Вона поділяє думку інших дослідників, що компетентність – оціночна категорія, і характеризує людину як суб'єкта певної діяльності, де розвиток потенціалу людини дає їй можливість виконувати кваліфіковану роботу, приймати рішення у проблемних ситуаціях, планувати і вдосконалювати дії, які призводять до успішного досягнення

поставлених цілей. А професійна компетентність – це характеристика, яка відображає ділові й особистісні якості фахівця, рівень знань, умінь, досвіду, достатніх для того, щоб досягти мети у певному виді професійної діяльності, а також моральну позицію фахівця [2, с. 14].

Таким чином, на основі теоретичного огляду наукових досліджень можна констатувати, той факт, що у трактуванні змісту поняття компетентність відбулося певне зміщення з знаннєвої парадигми, як результату професійної підготовки, до розуміння як психологічної системи забезпечення якості виконання професійного завдання; як сукупності внутрішніх та зовнішніх ресурсів необхідних для реалізації власної діяльності відповідно до наявних запитів: посадових інструкцій, бажань клієнтів, викликів сьогодення. А основною властивістю професійної компетентності, виокремлюють - можливість її розвитку.

Професійна компетентність – це не статична величина, а вона постійно змінюється, змін зазнає її зміст, структура та складові, потенційні внутрішні утворення, які стають актуальними у тій чи іншій ситуації відповідно до запиту клієнта, умов, в яких відбувається діяльність і т.д.

Посилаючись на дослідження закордонних учених, О. Затворнюк констатує, що розвивати елементи компетентності можна лише у відповідному сприятливому для цього розвивальному середовищі, в якому створено умови для

виявлення і розвитку здібностей спеціаліста; здатність психолога глибоко вивчати особливості структури організації, установи, фірми чи підприємства, де він працює, специфіку психологічного мислення їхніх співробітників; самоаналіз власної діяльності з метою визначення її ефективності [5, с. 63-64].

З огляду на вище сказане, можна визначити основні пріоритетні напрямки або перспективні орієнтири у професійній підготовці майбутніх психологів.

1. Зміна освітньої парадигми із знаннєвої на компетентнісну – практико-орієнтовану, котра перетворює сферу освіти у простір осмисленого вибору особистістю «...форм і змісту власної освіти, більш того студент лише тоді може ефективно включитися в систему освіти, коли він сам стає активним суб'єктом її побудови і розвитку» [8, с. 87]. І тут важливим на сьогодні є і варіативність змісту навчання майбутнього психолога (може обирати курси, які відповідають його власним інтересам; різні форми навчання – формальна, неформальна та інформальна освіта, різні інституції освіти – цим можуть слугувати і різні міжнародні проекти, де майбутній психолог одразу перебуває у декількох ролях, слухача, активного учасника навчання та безпосереднього практика під супроводом більш досвідченого фахівця у роботі із різними категоріями осіб в умовах війни).

2. Взаємодія викладача і студента. Спеціально підготувати майбутнього фахівця будь-якої професії, неможливо, а психолога і поготив, адже найкраща передача знань відбувається тоді, коли викладач не займається педагогікою, сам спеціально не вчить, а просто є прикладом проживання свого життя як професіонала. Навчання допомагає моделювати спільне переживання навчальної ситуації, в якій викладач-професіонал виступає як посередник, який розширює професійні уявлення, інформаційні горизонти та способи освоєння знань [8]. Основний акцент тут робиться не стільки на знання, вміння і навички, отримані під час взаємодії «викладач-студент», а зміна і структурування внутрішнього простору майбутнього психолога, демонстрація способів самопізнання, самоконструювання, рефлексії, екзистенційного саморозуміння і т.п. Викладач-психолог виступає як безпосередній стимул нового смислу знань, умінь і навичок, що освоюються в навчанні, форм організації поведінки, життя в цілому. Безпосереднє спілкування з професіоналом створює умови для здійснення переходу майбутнього психолога через кордон власного розуміння в світ професійної свідомості та професійної семантики. І тільки так з поля допрофесійного функціонування суб'єкт назавжди переміщується в поле професійного функціонування [8].

3. Орієнтація на навчання «впродовж життя». Динамічність, непередбачуваність та

непрогнозованість сучасного суспільства та відповідно запитів сьогодення. Сучасне суспільство змінюється дуже швидко, а з ним і швидко змінюється освітній простір, відбувається еволюція знання в інформаційному суспільстві, що передбачає усвідомлення того, що людство увійшло в новий тип цивілізації – інформаційний. Отримані професійні знання дуже швидко старіють, знецінюються та перетворюються на купу знань, що з часом втрачають свою актуальність, натомість виникає потреба в нових знаннях. Сьогодні, як ніколи раніше, актуальним є формування та розвитку у майбутнього фахівця вміння, навички і бажання навчатися впродовж життя (lifelong education, lifewide education), щоб завжди бути конкурентоспроможним, затребуваним на ринку праці. А тому сучасний студент має бути готовим до постійного самовдосконалення та самоосвіти.

4. Компютиризація та діджиталізація суспільства. На сьогодні все більше освітній простір збагачується різними освітніми платформами, що потребують розвитку нових навичок для роботи із ними. Це з одного боку – полегшує пошук необхідної інформації, а з іншого вимагає наявності вмінь роботи із цими платформами як під супроводом, так і самостійно, критично аналізувати інформацію та вмінь нею користуватися. В умовах постійних загроз, небезпеки та труднощів, що пов'язані із енергетичною системою в країні важливо також розвивати вміння пошуку необхідної інформації

самостійно та надавати допомогу іншим, навіть якщо такої можливості не має – прийоми самопомоги в умовах відсутності мережі Інтернет, або при наявності - вміння знаходити ці платформи і з ними працювати. Останнім часом набула вагомого значення – дистанційна форма навчання, організація професійної діяльності та надання психологічної допомоги.

5. Самоорганізація освітнього простору. Освітній простір у сучасних умовах набуває властивостей самоорганізації, в якому жоден із реально діючих і можливих елементів не є зайвим. Кожен із його структурних компонентів має свою логіку розвитку та взаємодії: більш консервативна організація формальної освіти набуває ознак неформальної та інформальної, і навпаки. Суб'єкти цього процесу, знаходячись у ситуації смислового хаосу і невизначеності, породжені сучасним розвитком суспільства, змушені радитися, спілкуватися, демонструючи при цьому свою проблемність і неоднозначність іншим елементам цієї ж системи. Навчитися долати ситуації невизначеності, кризи; травми, конфлікти; переживати трагедії, життєві випробування неможливо, мається на увазі, не можна навчитися це робити раз і назавжди, тобто стати «майстром» проходження «ситуацій неможливості». Життя, що складається із ситуацій, які легко пережити, для «майстра» втрачить сенс, стане прочитаною книгою а, отже, не встигнувши початися,

закінчиться. У ньому більше не буде місця для таємниці, загадки, не буде бажання звертатися до іншого, відчувати потребу у виробленні того, чим сам не володієш, тобто розвиватися... [13]. Професія психолог – є одна із тих професій, яка потребує постійного пропрацювання власних внутрішньоособистісних протиріч, супервізії і тут звичайно співпраця, комунікація із іншими представниками даної сфери є не просто бажаною, а необхідною. Більшість випускників або суб'єктів освітнього простору приймають в якості норми те, що досягнутий ними рівень професійної освіти є умовним та тимчасовим і досить часто нагадує елементарне накопичення знань, у той час як сенс сучасного освітнього простору полягає в створенні можливостей для оволодіння випускником-професіоналом тих знань і навичок, які будуть потрібні саме йому. Випускник ВНЗ серед важливих потреб убаचाє самостійне визначення основ власного життя і при цьому стає «агентом власного саморозвитку». А необхідною умовою цього процесу, на думку П. В. Лушина, має виступити існуючий малоструктурований освітній простір. У такому середовищі майбутній фахівець здатний не тільки обрати та сконструювати для себе кращі умови для саморозвитку, але і знаходити адекватні способи їх реалізації [13].

6. Активність майбутніх психологів. Становлення фахівця в системі вищої освіти пов'язане з її змістом, застосуванням

відповідного методичного забезпечення, педагогічною майстерністю викладачів, ефективністю виховних впливів, а також процесами, які відбуваються в системі освіти і передбачають її реформування відповідно до сучасних світових вимог. Даний процес також передбачає задіяння власної активності майбутніх фахівців, активізацію їхньої роботи професійного самовдосконалення, відстоювання наявних переконань, принципів, життєвої позиції тощо. Компетентнісний підхід, який дозволяє здійснити моделювання результатів навчання та їх представлення у вигляді норм якості освіти, найвиразніше відображає вимоги, які висуваються до випускників під час прийому на роботу.

7. Саме через це сучасна професійна підготовка у ЗВО передбачає активну діяльність студентів, пов'язану з формуванням навичок самостійного навчання та професійного саморозвитку, на усіх етапах освоєння майбутньої професії. Основною характеристикою сучасної освіти є її динамізм, який стосується як різних видів науково-практичної діяльності, так і процесу підготовки фахівців. Відповідно до цього неможливо готувати у ЗВО спеціалістів лише на основі засвоєння певної суми знань.

Тому навчити здобувати знання самостійно та використовувати їх на практиці сьогодні є головною метою навчального процесу в навчальному закладі. Звідси постає вимога

підготовки спеціаліста, який здатний пристосуватися до постійних змін, вміти проживати ситуації невизначеності як зовнішньої, так і внутрішньої, бути готовим самовдосконалюватися впродовж життя. Труднощі при вирішенні навчально-професійних завдань сприймати як виклик, вирішення якого забезпечить успіх і задоволення від даного процесу [7].

Отже, у статті запропоновані основні орієнтири професійної підготовки майбутніх психологів, хоча це далеко не весь перелік і це може слугувати для перспектив наукового пошуку.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.

Таким чином, динамічні процеси соціально-економічних перетворень, трансформація особистісної свідомості, діджиталізація усіх сфер життя суспільства ставлять особистість сучасного майбутнього фахівця в нові умови професіогенезу. Для повноцінної реалізації професійного потенціалу особистості необхідно формування достатніх умов для підготовки професійно компетентного майбутнього фахівця.

Теоретичний аналіз означеної проблеми дозволив встановити таку особливість професійної компетентності майбутніх психологів, будучи продуктом та результатом навчання, не прямо витікає з нього, а є скоріше наслідком саморозвитку майбутнього фахівця, не стільки технологічним компонентом,

скільки результатом особистісного зростання, наслідком самоорганізації й діяльнісного досвіду. це психологічна система забезпечення якості та ефективності виконання професійної діяльності в майбутньому.

Список літератури

1. Барінова, Л.Я. (2014). Психологічна компетентність особистості. Вісник ОНУ імені І.І. Мечникова. Психологія, 19, 1 (31), 29–35.
2. Брюховецька, Є. В. Сутність і структура професійної компетентності. Духовність особистості : методологія, теорія і практика. 2013. № 3(56). С. 12-19.
3. Вінтюк Ю. Професійна компетентність майбутніх психологів: її сутність і можливості формування. [Педагогіка і психологія професійної освіти](#). 2016. № 4. С. 36-47.
4. Грись А., Павлюк М. Типи компетентностей психолога при роботі із кризовими станами у клієнтів. Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія. 2021. Вип (1). С. 10-18.
5. Затворнюк, О. М. Формування професійної компетентності майбутніх психологів у позааудиторній діяльності. Рідна школа. 2013. № 11. С. 62-65.
6. Лушин П.В. Екологічна допомога особистості в перехідний період: екофасилітація: монографія. Київ, 2013.296с.
7. Перегончук Н. В. Ситуація невизначеності перехідного періоду розвитку суспільства як психологічна умова формування професійної компетентності майбутнього психолога. Science Rise. 2016. № 3 (20). С. 41–45.
8. Перегончук Н.В. Формування професійної компетентності майбутніх психологів у сучасному освітньому просторі. Наука і освіта. 2016. № 11. С. 49-55.
9. Помиткіна Л.В. Психологічні особливості реалізації компетентнісного підходу в освіті. Педагогічна освіта: теорія і практика. Психологія. Педагогіка. 2015. No 23. С. 99-104.
10. Швалб Ю. Психологічні аспекти компетентнісного підходу в освіті. Вища школа. 2010. No2. С.31-36.

FORMATION OF THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF FUTURE PSYCHOLOGISTS AT THE STAGE OF THEIR TRAINING IN THE UNIVERSITY

Schell Nataliia

Abstract. The article is devoted to the topical issue of professional training of future psychologists in the conditions of modern society. The theoretical

analysis of the problem of professional competence in domestic scientific research is carried out. The essence of the concept is revealed in the psychological aspect, namely as a psychological system that helps to effectively perform professional activities, as a set of internal and external resources that are actualized in the process of solving a problematic task; as internal potentials that manifest themselves in situations that contradict the previous experience of a person; as a quality of personality that develops in conditions of constant change. The author defines professional competence as a product of learning outcome assessment that does not directly follow from it, but rather is a consequence of the self-development of a future specialist, not so much a technological component as a result of personal growth, a consequence of self-organization and generalization of personal experience. The main property of professional competence is the possibility of its development - its content, structure, components, potential internal formations are constantly changing, depending on the client's request, the challenges of modern society, and the relevance of knowledge.

The priority directions of professional training of future psychologists as competent specialists in the future are proposed: competence-based approach in professional training - the main emphasis is on practice-oriented training and personal elaboration of their own intrapersonal contradictions; interaction between teacher and student, the teacher acts as a "navigator" in solving professional problems; focus on "lifelong learning"; computerization and digitalization of educational space; self-organization of educational space; variations in the education.

The theoretical analysis of the specified problem made it possible to establish such a feature of the professional competence of future psychologists that, being a product and result of training, does not directly flow from it, but is rather a consequence of the self-development of the future specialist, not so much a technological component as a result of personal growth, a consequence of self-organization and generalization of activity and personal experience

Keywords: *professional training, future psychologists, professional competence, personality resources, psychological system.*

References

1. Barinova, L.Ya. (2014). Psykholohichna kompetentnist osobystosti [Psychological competence of the individual]. Visnyk ONU imeni I.I. Mech- 78 Проблеми гуманітарних наук. Психологія. Випуск 47 *nykova. Psykholohiia – Bulletin of ONU named after I.I. Mechnikov. Psychology, 19, 1 (31), 29–35 [in Ukrainian].*
2. Briukhovetska, Ye. V. (2013) Sutnist i struktura profesiynoi kompetentnosti (The essence and structure of professional competence) Dukhovnist osobystosti :metodolohiya, teoriya i praktyka (Spirituality : Methodology, Theory and Practice), No 3 (56), P. 12-19 [in Ukrainian].
3. Vintiuk Yu. (2016) Profesiina kompetentnist maibutnikh psykholohiv: yii sutnist i mozhyvosti formuvannia.

[Professional competence of future psychologists : her essence and forming possibilities.] *Pedahohika i psykholohiia profesiinoi osvity.* № 4. S. 36-47. [in Ukrainian].

4. Hrys A., Pavliuk M. (2021) Typy kompetentnosti psykholoha pry roboti iz kryzovymy stanamy u kliientiv. [Types of psychologist's competencies in dealing with clients' crisis states.] *Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia.* Vyp (1). S. 10-18.

5. Zatvorniuk, O. M. (2013) Formuvannia profesiynoi kompetentnosti maybutnikhpsykholohiv u pozaaudytorniy diyalnosti [Formation of the professional competence of psychologists in extracurricular activities]. *Ridna shkola.* No 11, P. 62-65 [in Ukrainian].

6. Lushyn P.V. (2013) Ekolohichna dopomoha osobystosti v perekhidnyi period: ekofasylytatsiia: monohrafiia. [Ecological assistance to a person in transition: eco-facilitation: a monograph] Kyiv. 296s. [in Ukrainian].

7. Peregonchuk N.V. (2016) Sytuatsiia nevyznachenosti perekhidnoho periodu rozvytku suspilstva yak psykholohichna umova formuvannia profesiinoi kompetentnosti maibutnoho psykholoha. [The situation of uncertainty of the transition period of the development of society as a psychological condition for the formation of the professional competence of the future psychologist]. *Science Rise.* No. 3 (20). P. 41–45. [in Ukrainian].

8. Peregonchuk N.V. (2016) Formuvannia profesiinoi kompetentnosti maibutnikh psykholohiv u suchasnomu osvitnomu prostori. [Formation of professional competence of future psychologists in the modern educational space.] *Science and education.* N. 11. P. 49-55. [in Ukrainian].

9. Pomytkina L.V. (2015) Psykholohichni osoblyvosti realizatsii kompetentnisnoho pidkhodu v osviti. [Psychological features of the implementation of the competence approach in education]. *Pedahohichna osvita: teoriia i praktyka. Psykholohiia. Pedahohika.* No 23. S. 99-104.

10. Shvalb Yu. (2010) Psykholohichni aspekty kompetentnisnoho pidkhodu v osviti. [Psychological aspects of the competence approach in education.]. *Vyshcha shkola.*No2. S.31-36.

ЛЮДИНА І СУСПІЛЬСТВО: ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ

УДК 159.9.316.6

DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4).5

ДОСЛІДЖЕННЯ МОРАЛЬНОЇ СВІДОМОСТІ ТА ОСОБЛИВОСТЕЙ ВИРІШЕННЯ МОРАЛЬНИХ ДИЛЕМ У МОЛОДІ

Васюк Катерина Миколаївна

кандидат психологічних наук, доцент

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6734-4612>

***Анотація.** У статті аналізується проблема розвитку моральної свідомості у молоді. Здійснено аналіз філософських учень та психологічних концепцій щодо проблеми моральної свідомості, її структури і чинників, що впливають на її формування. Визначено, що моральна свідомість має пряму залежність від домінуючих у суспільстві соціальних стереотипів, але це не єдиний чинник, бо існують також особистісні чинники, зокрема, рівень емоційної зрілості суб'єкта, що дозволяє йому формувати моральні переконання і робити вибір. В якості основи емпіричного дослідження взята теорія М. Кольберга про рівні розвитку моральної свідомості. Для емпіричного етапу дослідження використана методика моральних дилем М. Кольберга.*

В результаті було встановлено, що майже третина осіб юнацького віку має низький рівень морального розвитку, у моральному виборі орієнтується на примус або матеріальну вигоду із вчинку. Трохи більше половини досліджуваних досягли третьої і четвертої стадії морального розвитку, де вирішальними у моральному виборі є соціальні потреби і взаємовідносини з оточуючими. Від аморальних вчинків на цій стадії особистість стримують осуд з боку оточуючих так і боку закону. Позитивним моментом на цій стадії є усвідомлення суспільної вигоди або шкоди від вчинку, відхід від суто егоїстичних міркувань. Особи з високим рівнем морального розвитку також були виявлені в ході дослідження, але їх кількість незначна і складає 10% від загальної кількості досліджуваних.

Статистичний аналіз показав наявність низьких і середніх показників рівня морального розвитку у молоді, що свідчить про егоїстичну спрямованість та емоційну незрілість у значній кількості опитаних, домінування стереотипів вигоди або примусу у дотриманні моральних норм. Це потребує розробки глобальної суспільної стратегії з розвитку моральної свідомості молоді.

***Ключові слова:** вчинок, емоційна незрілість, інтеріоризація, моральні дилеми, моральна свідомість.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. Мораль, без перебільшення є одним з базисних складових життя суспільства, вона скріплює соціально-економічні, духовні, культурні, міжособистісні зв'язки і утримує людську поведінку в тих межах, які власне і відрізняють її від диких тварин, а також дають певні гарантії безпеки життя у цьому суспільстві. Основні моральні принципи не затверджуються законом, не прописуються у кодексах, але із покоління в покоління передаються і прищеплюються дітям, тому що кожна адекватна людини розуміє – дотримання хоча б базових моральних норм є запорукою комфортного існування в групі. Звичайно, не всі 100% людей в групі поділяють цю думку, кожен з нас багато разів дозволяв собі порушувати моральні принципи, але повністю заперечувати її не наважувався.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор. На жаль, наукові дослідження моралі довгий час належали виключно філософії, точніше – етиці, а психологічна наука зовсім не приділяла увагу цій проблемі. Загалом і аспекти досліджень цих наук дещо відрізняються. Філософія більше описує моральні норми, їх еволюцію, походження і доцільність існування, а психологія цікавиться

питанням, як саме засвоює ці норми конкретний індивід, виявляє причини поганого дотримання моральних норм та ті суб'єктивні думки і переживання, які виникають з приводу їх дотримання чи порушення. Захопившись дослідженням причин аморальної поведінки чи розробкою технік її корекції, дослідники мало уваги приділили питанню суб'єктивного переживання та інтерпретації моралі в свідомості конкретної людини. А саме – проблемі моральних почуттів. В сучасній психології їх визначають як вищі почуття, що пов'язані зі ставленням людини до інших, суспільства і власному місцю в ньому. Такі переживання поєднують певні соціальні групи, формують у них не тільки про соціальну поведінку, але й почуття «ми», приналежності до групи, стимулюють людину працювати не тільки для свого, але й для суспільного добробуту. Але якщо ми переходимо до проблеми одвічної суперечки теоретичної та практичної психології, то резонним видається запитання про практичну діагностику та можливу корекцію (за необхідності) моральних почуттів. Загалом, проблема моралі у суспільстві підіймалась практично всіма філософами від Аристотеля до сучасників. Так, представник німецької класичної філософії І. Кант вважав, що мораль нічим не може бути пояснення, а тільки єдиним виправданням розумної будови світу. Це даність нашої реальності, яка не потребує підтвержень. Виявленням моралі у

людини є совість, що актуалізується, коли ми робимо аморальні вчинки. Але не погоджуємось з І. Кантом в плані об'єктивності цього феномену, бо совість проявляється у різних людей в одній і тій же ситуації по-різному. Тому важливо розуміти, що саме спонукає людину інтерпретувати подію в певному ключі. Очевидно, що важливим аспектом вчинку згідно моральних принципів або всупереч їм є моральний вибір.

Як зазначає О.М. Бінкевич, моральний вибір ґрунтується на 2 складових: почуттєвому і раціонально-теоретичному. Перший визначає спектр переживань, які супроводжують моральний вибір (невизначеність, тривогу, докори сумління, почуття провини тощо), а

раціональний аспект визначається нашими знаннями про добро і зло, закладеними у процесі виховання. Цей вибір робиться в більшій мірі свідомо, тому людина несе за нього повну відповідальність.

Дана тема взагалі є досить складною для дослідження і особливо психодіагностики. Як справедливо відмічає В.І. Плахтій, у сучасній науці відсутні не тільки в достатній кількості методики діагностики моральної свідомості, але і чітко визначені критерії її оцінки.

Найвагоміший внесок у розробку цієї проблеми на сьогодні зробив М. Кольберг, який виділив чіткі стадії формування моральної свідомості і розробив відповідний інструментарій їх діагностики.

Таблиця 1. - Рівні розвитку моральної свідомості за М.Кольбергом

№	Назва стадії	Опис критеріїв оцінки
Доморальний рівень		
1	Страх як механізм морального вибору	На цій стадії розвитку людина робить добре, керуючись страхом покарання. Ця поведінка притаманна маленьким дітям і емоційно незрілим особистостям
2	Вигода як механізм морального вибору	На цій стадії особа вчиняє добре з міркувань власної вигоди. Для цього вже потрібна здатність оцінювати на перспективу наслідки своєї поведінки.
3	Схвалення як механізм морального вибору	На цій стадії в особи вже домінують соціальні потреби, прагнення престижу, самоствердження, тому вона чинить добре для завоювання хорошої репутації, що забезпечує їй прийняття в групі і всі наступні вигоди зі свого статусу.
Конвенційна стадія		
4	Підкорення правилам	На цій стадії людина може вольовим рішенням стримати себе і усвідомлює необхідність дотримання суспільних норм і правил.
Автономна стадія		
5	Інтеріоризація моральних норм	Людина усвідомлює глибоко, що дотримання моралі приносить їй душевний комфорт, тому

№	Назва стадії	Опис критеріїв оцінки
		їй вже не потрібні зовнішні стимули і контроль за поведінкою, критерієм правильності вибору є її переконання і совість
6	Власна мораль	На цій стадії людина може усвідомлювати відносність моральних норм і встановлювати власні правила, які можуть дещо відрізнятися від загально прийнятих. По суті, такі особистості є рушіями розвитку суспільної моралі, але на перших порах їм не уникнути конфлікту із суспільством, яке прагне зберігати звичні моральні переконання.

Актуальність дослідження моральної свідомості обумовлена тим, що ці норми перебувають у постійному розвитку, їх зміни відбувались у всі історичні епохи і неявно тривають зараз. Молодь, як одна із самих активних частин суспільства є пріоритетною у вивчення моральних норм, бо саме вони є носіями цінностей недалекого майбутнього.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Метою нашого дослідження є теоретичний аналіз поняття «моральна свідомість» і його генезис в історії філософської та психологічної наук та дослідження особливостей морального вибору у молоді.

Об'єкт дослідження: моральна свідомість особистості.

Предмет дослідження: історико-методологічні засади дослідження моральної свідомості та морального вибору в психологічній науці.

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Для дослідження були обрані здобувачі Донецького національного

університету імені Василя Стуса у кількості 84 осіб віком від 18 до 26 років різних спеціальностей. Серед яких 26 юнаків і 58 дівчат. В якості методики була обрана методика М.Кольберга «Тест моральних дилем». Дана методика є цікавою і не схожою на простий опитувальник. Вона містить 9 ситуацій, які описують важкий моральний вибір, де люди вимушені обирати між обманом чи навіть злочином (як, наприклад, крадіжка) і життям близької людини або мають відреагувати на явну несправедливість, вчинену стосовно них. Досліджуваний має не просто обрати якусь позицію у суперечливій ситуації, але і пояснити свій вибір. Дилеми побудовані так, що в них немає однозначно правильної чи неправильної відповіді, але їх можна класифікувати за вище приведеними рівнями в залежності від співвідношення цінність життя – матеріальна цінність» чи «цінність життя – дотримання законів».

1. На першій та другій стадії морального розвитку цінність людини вимірюється цінністю предметів, які вона має або

задоволенням, вигодою, яку можна отримати від ситуації чи даної людини.

2. На третій стадії цінність людини вимірюється мірою симпатії, прив'язаності до неї досліджуваного.

3. На четвертій стадії мораль визначається дотриманням правил і законів суспільства.

4. На п'ятій стадії життя людини оцінюється з позиції її загальної користі для суспільства та вже з'являються ідеї прав кожного на існування, недоторканості чужого життя.

5. На шостій стадії життя людини визнається найвищою духовною цінністю, яка є недоторканою з огляду на принципи побудови всесвіту і є вищою за всякі закони та умовності в соціумі.

Досліджувані були діагностовані за допомогою цієї методики з метою встановлення домінуючого рівня їх морального розвитку. Опитування проводилось протягом жовтня-листопада 2023 року. Результати представлені на рис.1 нижче.



Рис 1. Відсоткові значення рівнів морального розвитку у молоді за методикою М. Кольберга

Як зазначено на рис 1., між рівнями розвитку моралі спостерігаються значні диспропорції. Особливо мало представлені вищі рівні. Найбільшим визначено четвертий рівень морального розвитку. На цьому рівні основною рушійною силою морального вибору є підкорення загально прийнятим

нормам і правилам. Отже, не дивлячись на поширений стереотип щодо бунтарських настроїв у молоді, майже третина з них є досить законослухняними і здатна у моральних вчинках керуватись саме загально прийнятими правилами, але в той же час це є свідченням високого рівня конформності. Це теж небезпечно, бо створює

прецедент, коли молодь можливо схилити до аморальних вчинків, через референтних осіб, що впроваджують псевдоморальні нарративи.

Також високий показник має третій рівень морального розвитку (23% опитаних). Це свідчить про важливість близького оточення, схвалення поведінки з боку близьких людей у моральному виборі. В цілому це досить типова поведінка для підліткового та юнацького віку.

Показовим є значний відсоток тих, хто має перший та другий рівень морального розвитку. Загалом це майже третина досліджуваних. Для осіб юнацького віку це досить високе значення. Воно свідчить про наявність стереотипів вигоди або елементарного страху покарання у процесі прийняття морального рішення, подібна поведінка характерна для емоційно незрілих осіб з досить низькою моральною культурою. Також слід врахувати, що опитуваними були здобувачі вищої освіти, як теоретично повинні мати дещо вищий рівень когнітивного і емоційного розвитку за середньо статичну особу юнацького віку.

Досить очікуваним був результат щодо високих рівнів морального розвитку, який визначений лише у 10% досліджуваних. Згідно з теорією математичної статистики. Всі шість стадій морального розвитку ми попарно об'єднали у 3 групи – високий рівень, куди увійшли п'ята і шоста стадії, середній рівень – третя і четверта стадії, та низький рівень –

перша та друга стадії. Нормальний розподіл, як відомо, має пропорції по 20% низьких і високих рівнів і 60% середніх значень. Для статистичного підтвердження нашої гіпотези про відхилення показників морального розвитку у наших досліджуваних від нормального розподілу була здійснена статистична обробка результатів за допомогою критерію χ^2 Пірсона. При порівнянні теоретичного (нормального) і емпіричного (наявного) розподілів емпіричний показник критерію Пірсона встановлений як той, що дорівнює 16,05.

При наявних критичних показниках $P 0,05 = 5,99$, та $P 0,01 = 9,21$, даний показник перевищує критичне значення на рівні $P \geq 0,01$, що свідчить про відмінність між теоретичним та емпіричним розподілами. Отже, наш розподіл відрізняється від нормального досить суттєво. Зокрема, за рахунок домінування саме низьких показників морального розвитку.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Таким чином, в результаті емпіричного дослідження рівня морального розвитку у молоді встановлено, що у вибірці є представники кожної з шести стадій розвитку моралі, але суттєво домінують низькі і середні рівні, показник розподілу яких відрізняється від нормального, що свідчить про існування певних суспільних проблем у моральному вихованні молоді, домінування у них індивідуалістичного, навіть егоїстичного підходу до морального

вибору у життєвих ситуаціях. Це є ознакою емоційної незрілості і наявності егоїстичних соціальних стереотипів в оточенні сучасних молодих людей. Але високі рівні розвитку також були представлені, нехай і не в значній кількості. Перспективними напрямками

подальших досліджень вбачаємо визначення механізмів формування моральної свідомості та пошук шляхів підвищення моральної культури у молоді, що є запорукою гармонійного та розвиненого суспільства в майбутньому.

Список літератури

1. Бінкевич О.М. Деякі аспекти моральної відповідальності педагога вищої школи. Науковий вісник ЛНУВ МБТ імені С.Ж. Іжицького. Т.16. № 2 (59). 2014. С. 226-232.
2. Жирун О.А. Моральна свідомість у професійному становленні [Електронний ресурс]. [Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». Філософія. Психологія. Педагогіка.](#) 2011. № 1. С. 109-112. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKPI_fpp_2011_1_19.
3. Плахтій В.І. Теоретичні засади вивчення рівня розвитку моральної свідомості особистості. Педагогічний дискурс. Вип 2. 2007. С. 126-131.
4. Kohlberg L. The development of children's orientations toward a moral order. The University of Chicago, USA, 1963. 215 p.

THE INVESTIGATION OF MORAL CONSCIOUSNESS AND FEATURES TO SOLVING OF MORAL DILEMMA BY YOUNG PEOPLE

Vasuk Katerina

***Abstract.** The article analyzes the problem of the development of moral consciousness among young people. An analysis of philosophical teachings and psychological concepts regarding the problem of moral consciousness, its structure and factors affecting its formation was carried out. It was determined that moral consciousness has a direct dependence on the social stereotypes that dominate society, but this is not the only factor, because there are also personal factors, in particular, the level of emotional maturity of the subject, which allows him to form moral beliefs and make a choice. The theory of M. Kohlberg about the levels of development of moral consciousness was taken as the basis of the empirical research. For the empirical stage of the research, the method of moral dilemmas of M. Kohlberg was used. As a result, it was established that almost a third of youths have a low level of moral development, and their moral choice is based on coercion or material benefit from an act. A little more than half of the subjects have reached the third and fourth stages of moral development, where social needs and relationships with others are decisive in moral choices. At this*

stage, a person is restrained from immoral acts by condemnation from others and the law. A positive point at this stage is the awareness of social benefit or harm from an act, moving away from purely selfish considerations. Persons with a high level of moral development were also identified during the study, but their number is insignificant and makes up 10% of the total number of subjects.

Statistical analysis showed the presence of low and average indicators of the level of moral development among young people, which indicates selfish orientation and emotional immaturity in a significant number of respondents, the dominance of stereotypes of benefit or coercion in compliance with moral norms. This requires the development of a global social strategy for the development of the moral consciousness of young people.

Keywords: *act, emotional maturity, interiorization, moral dilemma, moral consciousness.*

References

1. Binkevych O.M. Deiaki aspekty moralnoi vidpovidalnosti pedahoha vyshchoi shkoly [Some aspects of moral responsibility of teachers in high school]. *Naukovyi visnyk LNUV MBT imeni S.Zh. Izhytskoho*. T.16. № 2 (59). 2014. S. 226-232.
2. Zhyrun O.A. Moralna svidomist u profesiinomu stanovlenni [Elektronnyi resurs] [Moral consciousness in profesional developement]. *Visnyk Natsionalnoho tekhnichnoho universytetu Ukrainy «Kyivskyi politekhnichniy instytut»*. *Filosofiiia. Psykholohiia. Pedahohika*. 2011. № 1. S. 109-112. Rezhym dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKPI_fpp_2011_1_19.
3. Plakhtii V.I. Teoretychni zasady vyvchennia rivnia rozvytku moralnoi svidomosti osobystosti [Theoretical foundations of investigation the level of development of person's moral consciousness]. *Pedahohichniy dyskurs*. Vyp 2. 2007. S. 126-131.
4. Kohlberg L. The development of children's orientations toward a moral order. The University of Chicago, USA, 1963. 215 p.

РІВНІ ПЕРЕЖИВАННЯ ЖІНОЧОЇ САМОТНОСТІ

Марківська Олена Сергіївна

аспірант спеціальності «Психологія»

Державний заклад "Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського"

***Анотація.** У статті представлено аналіз та узагальнення наукової літератури та встановлено, що переживання жіночої самотності в психотравмуючих ситуаціях може бути виражено адекватною або неадекватною реакцією, що можуть мати глибокий вплив на психологічне та емоційне благополуччя людини. Переживання самотності є універсальним людським досвідом, проте способи його проживання можуть суттєво відрізнятися. Адекватне переживання самотності означає, що людина приймає свій стан і бачить у ньому можливість для саморозвитку. Такий підхід передбачає позитивне ставлення до часу, проведеного на самоті, використання його для саморефлексії, розвитку нових навичок і дослідження своїх інтересів. Людина, яка адекватно переживає самотність, здатна бачити тимчасову ізоляцію як нагоду для зростання і самопізнання, а не як негативний або постійний стан. У цьому випадку самотність може стати часом для творчості, особистісного розвитку та вдосконалення. Людина, яка адекватно сприймає самотність, зазвичай підтримує соціальні зв'язки, навіть якщо вони не є частими, і знає, як знаходити підтримку серед друзів, сім'ї або спільнот за інтересами. Вона здатна самотійно справлятися з негативними емоціями, бачить у них можливість для змін та розвитку, і використовує цей час для покращення своєї якості життя.*

Щодо неадекватного переживання самотності, то його можна пояснити як деструктивне ставлення до стану ізоляції. Людина може сприймати самотність як ознаку своєї невдачі або неповноцінності, що веде до почуття безнадії та емоційної нестабільності. Такий підхід супроводжується негативними думками, самозвинуваченням та зниженням самооцінки, що лише погіршує ситуацію. Людина, яка неадекватно переживає самотність, часто ізолює себе від суспільства, уникає соціальних контактів і відчуває страх перед відторгненням або нерозумінням з боку інших. Це створює замкнене коло: чим більше вона ізолюється, тим сильніше відчуває себе самотньою, що ще більше погіршує її психологічний стан. Таке переживання може призводити до депресії, втрати інтересу до життя і відчуття безвиході.

***Ключові слова:** самотність, переживання жіночої самотності, рівнів переживання жіночої самотності, адекватна реакція, неадекватна реакція, психологічний розвиток, психологічна деградація.*

Постановка проблеми.

Сучасний світ стикається з численними кризами, такими як пандемії, економічна нестабільність та війни. Зміни в сімейних цінностях, підвищення рівня розлучень, зменшення ролі родини та спільнот, а також міграція призводять до того, що жінки можуть відчувати себе більш ізольованими та самотніми. У таких умовах самотність може посилюватися, а підтримка жінок, які переживають ці почуття, стає особливо важливою. Глибоке розуміння поведінки жінок, які відчувають самотність, сприяє створенню більш ефективних та персоналізованих підходів до підтримки їхнього психічного здоров'я та благополуччя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Науковцями досліджено різні аспекти самотності (М. Буянов, Р. Вейс, О. Данчева, Дж. Зілбург, К. Роджерс, В. Франкл, З. Фрейд, А. Хараш та ін.), хоча у більшості підходів самотність розглядається як негативне явище, яке впливає на усі сфери життєдіяльності особистості. Також існують погляди, щодо позитивного впливу самотності на життєдіяльність особистості.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми.

Невирішеними залишаються питання емпіричного дослідження умов, динаміки виникнення жіночої самотності та її рівень переживання; розробки програми корекції переживання жіночої самотності, які опинились в психотравмуючих ситуаціях; проведення формувального

експерименту із застосуванням розробленої корекційної програми.

Формулювання цілей статті.

Мета статті полягає у теоретичному аналізі та характеристиці рівнів переживання жіночої самотності.

Відповідно до мети нами було **визначено завдання**. Здійснити теоретичний аналіз поняття поняття переживання жіночої самотності. Охарактеризувати рівні переживання жіночої самотності.

Методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань використано теоретичні методи: аналіз, узагальнення, інтеграція теоретичних даних; порівняння, систематизація теоретичних даних.

Виклад основного матеріалу.

На думку Ігумнової О.Б. уміння опанувати складними ситуаціями проявляється як "... самооцінка себе як цілісності, адекватна оцінка свого емоційного стану та ситуації; готовність до активності; навички саморегуляції та опанування поведінкою в межах соціальних норм; вміння адаптуватися до нових умов життя; здатність формувати нові, ефективні когнітивні й поведінкові патерни" [2].

Досліджуючи проблеми формування соціально-адекватної поведінки в молодших школярів Грунська О.В. приходять до висновку, що адекватна поведінка, як різновид соціальної поведінки "...це поведінка, яка відповідає вимогам ситуації і очікуванням людей [1].

Панфілов Ю. І., Баканова Д. С. досліджуючи питання самооцінки як важливого фактора успішності фахівця, професійного розвитку, ефективної взаємодії з іншими

співрозмовниками прийшли до наступного висновку [5]. Самооцінка може бути як адекватною, так і неадекватною. Адекватна самооцінка передбачає розуміння та врахування оточуючого середовища і ситуації. Людина з адекватною самооцінкою реально оцінює свої можливості та досягнення, ставить перед собою реальні та досяжні цілі, що відповідають її здібностям. Вона постійно прагне об'єктивно сприймати себе, без перебільшень та надмірного критицизму. Неадекватно завищена самооцінка виникає, коли людина переоцінює свої здібності та можливості. Це може призвести до неправильних рішень та негативних наслідків у різних сферах життя, включаючи професійну кар'єру. Люди з завищеною самооцінкою часто конфліктують з оточуючими, стаючи "емоційно глухими" та не враховуючи думку інших. Вони схильні звинувачувати у своїх невдачах зовнішні чинники і не визнавати власних помилок. Неадекватно занижена самооцінка, навпаки, проявляється у недооцінюванні власних можливостей, навичок та досягнень. Людина з такою самооцінкою часто нерішуча, сором'язлива та надмірно обережна, що призводить до конфліктів з оточуючими. Вона схильна зосереджуватися на своїх невдачах та неприємностях, перебільшуючи їх значення у своєму житті.

Вивченню психологічних аспектів формування адекватної поведінки особистості в особливих

умовах приділяли В.Д. Кислий, О. М. Столяренко, О.В. Тімченко та ін. Однак з'ясуванню особливостей формування в них адекватної поведінки в особливих умовах приділялося недостатньо уваги, оскільки це пов'язано з психологічними особливостями. Чуносів М. О. у дослідженнях приходиться до висновку, що адекватна поведінка "... цілеспрямована система послідовно виконуваних дій, які направлені на усунення стану психологічної та фізичної загрози", а неадекватна пов'язана з неадекватною самооцінкою, емоційно-вольовою нестабільністю, недостатнім рівнем мотивації, нерозвиненими комунікативними навичками [10].

Підтримуємо позицію Хлібишин Х.-Я. Ю, Почапська І. Я., які переконані, що здоров'я, адекватна поведінка працівника на робочому місці в багатьох випадках суттєво впливають на кар'єрний успіх і продуктивну працю [8].

Р. Чіп досліджуючи психологічні особливості девіантних проявів у ціннісному вимірі особистості зазначає, щоб зрозуміти психологічні особливості відхилень у поведінці людини, важливо розглянути, які цінності вона засвоює через взаємодію з суспільством і які ціннісні орієнтири визначають її життєві плани. Ці цінності та орієнтири є частиною особистості і відіграють важливу роль у регуляції поведінки, формуванні світогляду та виборі життєвого шляху. Особливо це важливо в періоди, коли власна система моральних переконань ще

не сформована, що часто призводить до неправильних реакцій на події в соціальному житті та виникнення відхилень у поведінці [9].

Саннікова О. П., Бедан В. Б., Гусак Л. розробили системно-структурну модель схильності особистості до переживання самотності, використовуючи континуально-ієрархічний підхід, що включає кілька рівнів: Формально-динамічний рівень; Якісний рівень; Змістово-особистісний рівень; Рівень індивідуального досвіду; Соціально-імперативний рівень [6].

Олейник Н. О. присвячує свої роботи дослідженню феномену переживання самотності та виокремлює три рівні самотності високий, середній та низький. Найкращим рівнем самотності для стимулювання самоактуалізації виявився середній. Відсутність гострого та болісного переживання самотності сприяє підвищенню мотивації та рівня самоактуалізації. Важливо також зазначити, що відсутність образу "Я - самотня людина", небажання ізолюватися від інших, позитивна оцінка самотності та бажання усамітнитися, незалежно від рівня самотності, можуть стимулювати бажання розвивати власну особистість [4].

Самотність особистості в науковій літературі розглядається неоднозначно, оскільки вона може мати як позитивні, так і негативні наслідки. З одного боку, самотність може сприяти глибокому духовному розвитку особистості. З іншого боку, вона може призводити до деформації психічного життя

людини. В умовах військових дій, які характеризуються ситуацією невизначеності, інформаційного перевантаження і збільшенням стресорів, можуть зростати потреби в афіліації та кооперації, а також прагнення убезпечити себе шляхом залучення до спільної діяльності. Водночас може виникати необхідність економії психічної енергії, що проявляється в емоційній черствості та відстороненні від інших. Це може призвести до переживання самотності навіть за умови перебування серед близьких людей.

Федотова Т. здійснивши аналіз студентських есе виявила, що в результаті військових конфліктів зростає суб'єктивне відчуття самотності та негативні емоції в текстах, написаних студентами. Початок військових дій призводить до підвищення переживання тимчасової самотності через стресову ситуацію та зміну особистих цінностей, інтересів і прагнень [7]. Вона виявила, що студенти з низьким рівнем самотності зазвичай не приймають її, швидко намагаються подолати цей стан і прагнуть відновити психічну рівновагу самотійно. Ті, у кого рівень самотності середній, відчувають нестачу соціального спілкування та втрату звичних контактів, але за допомогою психологічних ресурсів можуть адаптуватися і знайти позитивні аспекти навіть у самотності. Натомість студенти з високим рівнем суб'єктивного відчуття самотності часто переживають спустошеність і безпорадність. Вони

можуть або активно включатися в соціальне життя, наприклад, займатися волонтерством, або ж зовсім відмовлятися від соціальної взаємодії, ставати пасивними у спілкуванні з іншими людьми.

Грунтовні результати досліджень переживання самотності дорослих осіб в кризових умовах представлено в роботах Кулаєвої Т. [3]. Встановлено, що рівень самотності у дорослих людей залежить від багатьох факторів, включаючи вікові та гендерні особливості, соціально-демографічний контекст та особисті життєві обставини. Дослідження показало, що переживання самотності є поширеним серед дорослих людей, при цьому третина з них має низький рівень самотності. Зокрема, жінки зазвичай відчувають себе більш самотніми, ніж чоловіки. Проте, з віком рівень самотності у жінок має тенденцію до зниження. Це особливо помітно у віці від 20 до 40 років, коли жінки демонструють зменшення рівня самотності, на відміну від чоловіків, у яких рівень самотності, навпаки, зростає. Соціально-демографічні фактори також відіграють значну роль у переживанні самотності. Зокрема, вплив на рівень самотності мають такі аспекти, як структура батьківської сім'ї, наявність дітей та місце проживання. Люди, які виросли в неповних або проблемних сім'ях, мають тенденцію до підвищеного відчуття самотності. Наявність дітей може як зменшувати, так і збільшувати рівень самотності залежно від конкретних обставин життя. Місце

проживання також має значення: ті, хто живе в великих містах, можуть відчувати більшу соціальну ізоляцію порівняно з тими, хто живе в менш населених місцях.

На основі аналізу та узагальнення наукової літератури приходимо до висновку, що переживання жіночої самотності в психотравмуючих ситуаціях може бути виражено адекватною або неадекватною реакцією.

Адекватне переживання жіночої самотності – це складний і багатогранний процес, що включає позитивне сприйняття і використання часу на самоті для особистісного розвитку і зростання. Жінка, яка адекватно переживає самотність, сприймає її як можливість для саморефлексії та пізнання власних потреб і бажань. Вона усвідомлює, що самотність – це не постійний стан, а лише одна з життєвих фаз, яка може бути використана для покращення якості життя. Адекватне переживання самотності також включає процеси психологічного розвитку. Жінка використовує цей час для самопізнання, аналізу своїх цінностей та цілей. Вона може займатися медитацією, веденням щоденника або консультацією з психологом, щоб краще зрозуміти себе. Загалом, адекватне переживання жіночої самотності – це позитивний і конструктивний підхід, що дозволяє жінці використовувати час на самоті для особистісного зростання і покращення якості життя.

Неадекватне переживання жіночої самотності – це процес, що

супроводжується деструктивними емоціями, думками і поведінкою, які посилюють почуття ізоляції і ведуть до погіршення психологічного стану. Жінка, яка неадекватно переживає самотність, може сприймати її як постійний стан або як ознаку особистісної невдачі, що негативно впливає на всі аспекти її життя. Неадекватне переживання самотності також може призводити до психологічної деградації. Жінка може втрачати інтерес до життя, знижувати свою активність і впадати у депресію. Відсутність бажання або здатності займатися саморозвитком сприяє стагнації й погіршенню загального психологічного стану. Таким чином, неадекватне переживання жіночої самотності є деструктивним процесом, що посилює негативні емоції, думки та поведінку, веде до соціальної ізоляції та психологічної деградації. Це підхід, який потребує втручання і допомоги з боку фахівців для подолання негативних наслідків і відновлення психологічного добробуту.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Переживання самотності відображають дві різні форми реагування на цей стан - адекватну або неадекватну - що можуть мати глибокий вплив на психологічне та емоційне благополуччя людини. Адекватне переживання самотності означає, що людина приймає свій стан і бачить у ньому можливості для саморозвитку. Такий підхід передбачає позитивне ставлення до часу, проведеного на самоті, використання його для

саморефлексії, розвитку нових навичок і дослідження своїх інтересів. Людина, яка адекватно переживає самотність, здатна бачити тимчасову ізоляцію як нагоду для зростання і самопізнання, а не як негативний або постійний стан. У цьому випадку самотність може стати часом для творчості, особистісного розвитку та вдосконалення. Людина, яка адекватно сприймає самотність, зазвичай підтримує соціальні зв'язки, навіть якщо вони не є частими, і знає, як знаходити підтримку серед друзів, сім'ї або спільнот за інтересами. Вона здатна самотійно справлятися з негативними емоціями, бачить у них можливість для змін та розвитку, і використовує цей час для покращення своєї якості життя.

Щодо неадекватного переживання самотності, то його можна пояснити як деструктивне ставлення до стану ізоляції. Людина може сприймати самотність як ознаку своєї невдачі або неповноцінності, що веде до почуття безнадії та емоційної нестабільності. Такий підхід супроводжується негативними думками, самозвинуваченням та зниженням самооцінки, що лише погіршує ситуацію. Людина, яка неадекватно переживає самотність, часто ізолює себе від суспільства, уникає соціальних контактів і відчуває страх перед відторгненням або нерозумінням з боку інших. Це створює замкнене коло: чим більше вона ізолюється, тим сильніше відчуває себе самотньою, що ще більше погіршує її психологічний

стан. Таке переживання може призводити до депресії, втрати інтересу до життя і відчуття безвиході. Відмінність між адекватним і неадекватним переживанням самотності полягає в ставленні до цього стану і здатності використовувати його для особистісного зростання чи, навпаки, дозволяти йому руйнувати своє життя. Адекватне переживання допомагає людині зберегти психологічне благополуччя, розвиватися і знаходити нові можливості навіть у часи ізоляції. Неадекватне переживання, навпаки, веде до поглиблення негативних емоцій, соціальної ізоляції та психологічної деградації.

Список літератури

1. Груньська О. В. Теоретичні основи проблеми формування соціально-адекватної поведінки в молодших школярів //Збірник наукових праць Бердянського державного педагогічного університету. Педагогічні науки. – 2013. – №. 3. – С. 44-49
2. Ігумнова О. Б. Розвиток опанувальної поведінки у складних життєвих обставинах //Збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції. – 2021. – С. 23
3. Кулаєва Т. В. Гендерно-вікові та соціально-демографічні особливості переживання самотності дорослої особистості в кризових умовах - Мультидисциплінарний міжнародний журнал «Věda a perspektivy» (Прага, Чеська республіка) , № 6, 2023, С.292–303. [https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10\(29\)](https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10(29))
4. Олейник Н. О. Внутрішня організація переживання самотності //Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology,–III (34). – 2015. – №. 69. – С. 83-86.
5. Панфілов Ю. І., Баканова Д. С. Самооцінка як фактор успішності філолога //Лідери ХХІ століття. Погляд у майбутнє: Матеріали VII Міжнародної науково-практичної конференції 26-27 жовтня 2023 р./За заг. ред. Романовського ОГХ: НТУ «ХП», 2023. 149 с. – 2023. – С. 14.
6. Саннікова О. Презентація інструменту оцінки схильності особистості до переживання самотності / О. Саннікова, В. Бедан, Л. Гусак // Наука і освіта. - 2018. - №5-6. - С. 5-11.
7. Федотова Т. Проблема переживання самотності особистістю в умовах військових дій (на прикладі емпіричного дослідженні студентів-психологів) //Наукові перспективи (Naukovì perspektivi). – 2022. – №. 5 (23). С. 551–563.
8. Хлібишин Х. Я. Ю. Соціальні аспекти трудових відносин в ІТ-сфері//Topical issues of occupational safety in the context of sustainable development and european integration of Ukraine. – С. 253.
9. Чіп Р. Психологічні особливості девіантних проявів у ціннісному вимірі особистості //Друкується за поданням Центру сучасних наукових досліджень Тернопільського національного педагогічного університету

імені Володимира Гнатюка. – 2013. – С. 77.

10. Чунос М. О. Соціально-психологічні детермінанти та моделі формування адекватної поведінки особистості //Право і Безпека. – 2004. – №. 3, № 3. – С. 221-223.

LEVELS OF FEMALE LONELY EXPERIENCE

Markivska Olena

Annotation. *The article presents an analysis and generalization of scientific literature and found that the experience of female loneliness in psychotraumatic situations can be expressed by an adequate or inadequate reaction, which can have a profound effect on the psychological and emotional well-being of a person. Experiencing loneliness is a universal human experience, but the ways of living it can differ significantly. An adequate experience of loneliness means that a person accepts his condition and sees in it opportunities for self-development.*

This approach involves a positive attitude towards the time spent alone, using it for self-reflection, developing new skills and exploring one's interests. A person who adequately experiences loneliness is able to see temporary isolation as an opportunity for growth and self-discovery, and not as a negative or permanent state. In this case, loneliness can become a time for creativity, personal development and improvement. A person who adequately perceives loneliness usually maintains social connections, even if they are not frequent, and knows how to find support among friends, family, or communities of interest. She is able to independently cope with negative emotions, sees them as an opportunity for change and development, and uses this time to improve her quality of life. As for the inadequate experience of loneliness, it can be explained as a destructive attitude towards the state of isolation. A person may perceive loneliness as a sign of failure or inferiority, leading to feelings of hopelessness and emotional instability. Such an approach is accompanied by negative thoughts, self-blame and a decrease in self-esteem, which only worsens the situation. A person who inadequately experiences loneliness often isolates himself from society, avoids social contacts and feels fear of rejection or misunderstanding from others. This creates a vicious circle: the more she isolates herself, the more lonely she feels, which further worsens her psychological state. Such an experience can lead to depression, loss of interest in life and a sense of hopelessness.

Key words: *loneliness, experience of female loneliness, levels of experience of female loneliness, adequate reaction, inadequate reaction, psychological development, psychological degradation*

References

1. Hrunska O. V. Teoretychni osnovy problemy formuvannia sotsialno-adekvatnoi povedinky v molodshykh shkoliariv [Theoretical foundations of the

problem of forming socially adequate behavior in younger schoolchildren] // Zbirnyk naukovykh prats Berdianskoho derzhavnoho pedahohichnoho universytetu. Pedahohichni nauky. – 2013. – №. 3. – S. 44-49

2. Ihumnova O. B. Rozvytok opanovalnoi povedinky u skladnykh zhyttievykh obstavynakh [Development of controlling behavior in difficult life circumstances] // Zbirnyk materialiv Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii. – 2021. – S.23

3. Kulaieva T. V. Henderno-vikovi ta sotsialno-demohrafichni osoblyvosti perezhyvannia samotnosti dorosloi osobystosti v kryzovykh umovakh [Gender-age and socio-demographic features of the experience of loneliness of an adult personality in crisis conditions] - Multydystsyplinarnyi mizhnarodnyi zhurnal «Věda a perspektivy» (Praha, Cheska respublika) , № 6, 2023, C.292–303. [https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10\(29\)](https://doi.org/10.52058/2695-1592-2023-10(29))

4. Oleinyk N. O. Vnutrishnia orhanizatsiia perezhyvannia samotnosti [Internal organization of experiencing loneliness] // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology,–III (34). – 2015. – №. 69. – S. 83-86.

5. Panfilov Yu. I., Bakanova D. S. Samootsinka yak faktor uspihnosti filoloha [Self-esteem as a factor in the success of a philologist //Leaders of the 21st Century] // Lidery KhKhI stolittia. Pohliad u maibutnie: Materialy VII Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii 26-27 zhovtnia 2023 r./Za zah. red. Romanovskoho OHKh: NTU «KhPI», 2023. 149 s. – 2023. – S. 14.

6. Sannikova O. Prezentatsiia instrumentu otsinky skhylnosti osobystosti do perezhyvannia samotnosti [Presentation of the tool for assessing a person's tendency to experience loneliness] / O. Sannikova, V. Bedan, L. Husak // Nauka i osvita. - 2018. - №5-6. - S. 5-11.

7. Fedotova T. Problema perezhyvannia samotnosti osobystistiu v umovakh viiskovykh dii (na prykladi empirychnoho doslidzhenni studentiv-psykholohiv) [The problem of experiencing loneliness by an individual in the conditions of military operations (on the example of an empirical study of psychology students)] // Naukovi perspektyvy (Naukovi perspektivi). – 2022. – №. 5 (23). S. 551–563.

8. Khlibyshyn Kh. Ya. Yu. Sotsialni aspekty trudovykh vidnosyn v IT-sferi [Social aspects of labor relations in the IT sphere] //Topical issues of occupational safety in the context of sustainable development and european integration of Ukraine. – S. 253.

9. Chip R. Psykholohichni osoblyvosti deviantnykh proiaviv u tsinnisnomu vymiri osobystosti [Psychological features of deviant manifestations in the value dimension of personality] // Drukuetsia za podanniam Tsentru suchasnykh naukovykh doslidzhen Ternopilskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni Volodymyra Hnatiuka. – 2013. – S. 77.

10. Chunosov M. O. Sotsialno-psykholohichni determinanty ta modeli formuvannia adekvatnoi povedinky osobystosti [Social-psychological determinants and models of formation of adequate personality behavior] // Pravo i Bezpeka. – 2004. – №. 3,№ 3. – S. 221-223.

СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В МЕДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОЛОГІЇ ЗДОРОВ'Я

УДК 159.9

DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4).7

ВПЛИВ ВІЙНИ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ВАГІТНИХ ЖІНОК

Матохнюк Людмила Олександрівна

доктор психологічних наук, професор

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6316-2352>

Оверчук Вікторія Анатоліївна

доктор психологічних наук, професор

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7744-9346>

***Анотація.** У статті увага приділяється психологічному здоров'ю вагітних жінок що є важливим аспектом та впливає на майбутнє дитини, особливо в умовах війни. Вагітні жінки стикаються з підвищеним рівнем стресу та тривожності, що може призвести до серйозних психічних і фізичних ускладнень. Війна додає до цього низку викликів, включаючи небезпеку для життя, втрату близьких, руйнування інфраструктури та порушення соціальних зв'язків. Це може призвести до депресивних розладів, посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та підвищеного рівня кортизолу, що збільшує ризик передчасних пологів і народження дітей з низькою вагою. Вивчення впливу війни на психічний стан вагітних жінок стає дедалі актуальнішим, з огляду на зростання кількості збройних конфліктів. Перші дослідження у цьому напрямі були проведені в контексті світових воєн і збройних конфліктів в Іраку, Афганістані, Сирії тощо. Вони показали, що вагітні жінки, які зазнали впливу війни, частіше стикаються з симптомами депресії, тривожних розладів та ПТСР. Однак бракує системних досліджень, які б враховували довгострокові наслідки війни на психічне здоров'я вагітних жінок та їхніх дітей. Особливо важливо розробити ефективні методи психологічної підтримки вагітних жінок у зонах конфлікту, враховуючи індивідуальні особливості та рівень стресостійкості. Спеціальні програми допомоги повинні включати індивідуальні та групові терапевтичні сесії, а також медичну допомогу, спрямовану на зменшення ризиків для здоров'я матері та дитини. Перспективи подальших досліджень включають створення таких програм, а також вивчення впливу війни на розвиток дітей, які народилися під час конфліктів, та вдосконалення існуючих методик психологічної допомоги.*

Загалом, вплив війни на психологічний стан вагітних жінок є надзвичайно серйозною проблемою, яка потребує подальших досліджень і

розробки відповідних стратегій психологічної підтримки та медичної допомоги.

Ключові слова: *психічний стан, психологічне здоров'я, симптоми, вагітна жінка, наслідки війни.*

Постановка проблеми у загальному вигляді. Психологічне здоров'я вагітних жінок є важливим аспектом не тільки для матері, але й для її майбутньої дитини, що безпосередньо залежить від психоемоційного стану матері протягом періоду вагітності. Вагітні жінки стикаються з підвищеним рівнем стресу та тривожності навіть за умов мирного часу, що вже впливає на їхній психічний стан. Проте в умовах війни ці фактори значно посилюються і можуть мати критичний вплив на здоров'я як матері, так і дитини.

Війна є травматичною подією, яка несе низку викликів для психічного здоров'я населення. Ситуація невизначеності, небезпека для життя, втрата близьких людей, руйнування інфраструктури та порушення соціальних і економічних зв'язків створюють додаткові стресові фактори для вагітних жінок. Вони, поряд із фізіологічними змінами, які відбуваються в організмі під час вагітності, можуть спричинити підвищену тривожність, депресивні розлади, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), а також фізичні ускладнення.

З огляду на зростання кількості збройних конфліктів у світі, питання впливу війни на психічний стан вагітних жінок набуває дедалі більшої актуальності. Це завдання має на меті не лише

зменшення негативних наслідків для здоров'я матері та дитини, але й розробку відповідних стратегій психологічної підтримки та лікування. Вивчення цього питання стає важливим науковим завданням, адже сприяє збереженню фізичного та психологічного здоров'я жінок у складних умовах.

Аналіз останніх досліджень і публікацій.

Проблема психологічного стану вагітних жінок у стресових умовах є предметом численних досліджень. Серед наукових праць, присвячених психологічній готовності до материнства, можна виокремити дослідження Д. Боулбі, Д.У. Віннікотта, М.І. Лісіної, Г.Г. Філіппової, Л.С. Виготського, А.В. Запорожця та ін., О.П. Проскурняк, З. Крижановська, І.М. Лук'яненко, О.Л. Кононко, Т. Гур'янова та ін., які визначили основні компоненти та аспекти психологічної готовності жінок до материнства. Проте наукові праці, присвячені впливу саме військових конфліктів, є відносно новими. Перші дослідження у цьому напрямі проводилися в контексті світових воєн і збройних конфліктів, таких як війни в Іраку, Афганістані, Сирії та інших країнах.

Вчені виявили, що вагітні жінки під час війни значно частіше стикаються з симптомами депресії, тривожних розладів та ПТСР. Дослідження, проведені на основі конфлікту в Сирії, показали, що

більшість вагітних жінок, які пережили бомбардування або втратили близьких, мали підвищений рівень кортизолу (гормон стресу), що призводило до зростання кількості випадків передчасних пологів і народження дітей з низькою вагою.

Однак варто зазначити, що в науковій літературі бракує системних досліджень, присвячених довгостроковим наслідкам війни на психічне здоров'я вагітних жінок і їхніх дітей. Відсутність комплексних досліджень, які б враховували вплив різних факторів, таких як ступінь травматизації, соціальна підтримка, економічний стан та інші аспекти, створює прогалини у розумінні цієї проблеми.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. Попри значну кількість досліджень, присвячених впливу стресових факторів на психічний стан вагітних жінок, питання впливу війни залишається недостатньо вивченим. Особливо це стосується довгострокових наслідків війни для психічного здоров'я жінок та їхніх дітей, адже вплив стресу може відбитися на психологічному розвитку дитини навіть через багато років після завершення конфлікту. Нерозв'язаними залишаються питання щодо ефективних методів психологічної підтримки вагітних жінок у зонах конфлікту та після завершення бойових дій. Існує потреба у створенні спеціалізованих програм підтримки, які б враховували культурні, соціальні та економічні особливості

постраждалих регіонів. Також важливою проблемою є недостатнє висвітлення індивідуальних особливостей жінок та їхньої стійкості до стресу. Не всі жінки однаково реагують на травматичні події, і цей фактор варто враховувати при розробці програм психологічної підтримки.

Формулювання цілей статті.

Мета статті полягає у дослідженні впливу війни на психологічний стан вагітних жінок, визначення основних стресових факторів, які впливають на їхнє здоров'я. **Завданням** є виявлення довгострокових наслідків впливу стресу на жінок та їхніх дітей, а також пропозиція нових методів підтримки на основі існуючих досліджень і практик. **Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань використано теоретичні методи: аналіз, узагальнення порівняння, систематизація теоретичних даних.

Виклад основного матеріалу дослідження. Війна є критичним джерелом стресу для всіх категорій населення, проте для вагітних жінок цей стрес має особливе значення. У період вагітності жінка стає вразливішою до фізичних і психологічних змін, що може мати серйозні наслідки як для неї, так і для її майбутньої дитини. Так, Савченко Ю. зазначає, що «...ставлення до дитини виступає стержневим чинником у структурі психологічної готовності до материнства, воно проєцюється на стиль материнської поведінки, водночас, забезпечуючи оптимальні умови для психічного розвитку

малюка» [1]. Макарова О. П., Шевченко І. Ю., Зінченко Д. А. вивчаючи питання розуміння психологічної травми та її впливу на військовослужбовців та інших фахівців у секторі безпеки зазначають одним з ключових аспектів адаптації до військових конфліктів є розвиток стресостійкості, здатність до швидкого прийняття рішень в непередбачуваних умовах, розвиток специфічних навичок та здатності до саморегуляції [2]. Військовий конфлікт посилює стресові фактори через постійне почуття небезпеки, відсутність стабільності та обмеженість доступу до медичної допомоги.

Вагітні жінки під час війни часто стикаються з різними травматичними подіями: бомбардуваннями, насильством, втратами близьких, вимушеною міграцією, втратою житла тощо. Це впливає на їхній психологічний стан, викликаючи тривожність, депресію, ПТСР, а в деяких випадках навіть серйозні психічні розлади. Згідно з даними Фонду ООН у сфері народонаселення, станом на весну 2022 року в Україні приблизно 240 000 вагітних жінок, і 80 000 з них мали народити дітей упродовж перших трьох місяців війни. Після російського вторгнення 24 лютого українські жінки змушені народжувати навіть у бомбосховищах [3].

Наукові дослідження показують, що вагітні жінки, які зазнали впливу війни, часто страждають від підвищеного рівня кортизолу, що може призводити до

передчасних пологів або народження дітей з низькою вагою [4]. Також науково доведено, що війна може впливати на майбутній психічний розвиток дітей, які перебували в утробі матері під час конфлікту.

Поряд із фізіологічними змінами, які відбуваються під час вагітності, війна створює додаткові стресори, що посилюють ризики розвитку психічних розладів. Особливо небезпечними є ситуації, коли жінки не мають доступу до адекватної медичної та психологічної допомоги. В умовах бойових дій або вимушеної міграції жінки часто втрачають можливість отримати кваліфіковану підтримку.

Одним із найважливіших аспектів у боротьбі з негативним впливом війни на вагітних є доступ до психологічної підтримки та медичної допомоги. Дослідження показують, що жінки, які мали змогу отримувати психологічну підтримку під час вагітності, набагато краще справляються зі стресом і мають менше ускладнень під час пологів. Проте, в умовах війни доступ до такої допомоги часто обмежений, що створює додаткові труднощі [1].

Існує також низка соціальних факторів, які впливають на психологічний стан вагітних жінок під час війни. Соціальна підтримка від родичів, друзів і громади відіграє ключову роль у зменшенні рівня стресу. Військові конфлікти часто призводять до руйнування соціальних зв'язків, що залишає жінок наодинці з їхніми проблемами.

Для ефективної психологічної

підтримки вагітних жінок під час війни необхідно враховувати індивідуальні особливості кожної жінки, рівень її стресостійкості та доступ до соціальної підтримки. Спеціальні програми допомоги повинні включати індивідуальні та групові терапевтичні сесії, а також медичну допомогу, спрямовану на зменшення ризиків для здоров'я матері та дитини.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Вплив війни на психологічний стан вагітних жінок є надзвичайно серйозною проблемою,

яка потребує подальших досліджень. Необхідно вивчати довгострокові наслідки війни для здоров'я як жінок, так і їхніх дітей, а також розробляти ефективні методи психологічної підтримки та медичної допомоги. Перспективи подальших досліджень включають створення спеціальних програм підтримки для вагітних жінок у зонах конфлікту, дослідження впливу війни на розвиток дітей, які народилися у цей період, та вдосконалення існуючих методик психологічної допомоги.

Список літератури

1. Савченко Ю. Батьківство в аспекті перинатальної психології. Педагогічний процес: теорія і практика. 2016. Вип. 3. С. 119-123.
2. Зінченко, Данііл, Ігор Шевченко, and Олена Макарова. *Психологічні аспекти підготовки фахівців у сфері сектору безпеки і оборони для роботи в умовах війни*. Diss. Видавець і виготовлювач Національна академія Національної гвардії України, майдан Захисників України, 3, м. Харків-1, 61001. Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК No 4794 від 24.11. 2014 р., 2024.
3. З України вже виїхали майже 5,5 мільйона біженців – ООН. ТСН. 30 квітня 2022 року. URL: <https://tsn.ua/ato/z-ukrayini-vzhe-viyihali-mayzhe-5-5-milyona-bizhenciv-oon-2050408.html> (дата звернення: 3 березня 2023).
4. Данилюк, І. О. Психологічні аспекти тривожного розладу особистості. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*, 11(254), 2012. С. 125-130.

THE EFFECT OF WAR ON THE PSYCHOLOGICAL STATE OF PREGNANT WOMEN

Matokhniuk Liudmyla Oleksandrivna
Overchuk Victoriia Anatolyivna

Annotation. The article focuses on the psychological health of pregnant women, which is an important aspect and affects the future of the child, especially in wartime conditions. Pregnant women face increased levels of stress and anxiety, which can lead to serious mental and physical complications. War adds a host of challenges to this, including danger to life, loss of loved ones, destruction

of infrastructure and disruption of social ties. This can lead to depressive disorders, post-traumatic stress disorder (PTSD), and elevated cortisol levels, which increase the risk of premature birth and low birth weight babies.

The study of the impact of war on the mental state of pregnant women is becoming more and more relevant, given the increase in the number of armed conflicts. The first studies in this direction were conducted in the context of world wars and armed conflicts in Iraq, Afghanistan, Syria, etc. They showed that pregnant women exposed to war are more likely to experience symptoms of depression, anxiety disorders and PTSD. However, there is a lack of systematic studies that would take into account the long-term effects of war on the mental health of pregnant women and their children.

It is especially important to develop effective methods of psychological support for pregnant women in conflict zones, taking into account individual characteristics and the level of stress resistance. Special assistance programs should include individual and group therapy sessions, as well as medical assistance aimed at reducing risks to the health of the mother and child. Prospects for further research include the creation of such programs, as well as the study of the impact of war on the development of children born during conflicts, and the improvement of existing methods of psychological assistance.

In general, the impact of war on the psychological state of pregnant women is an extremely serious problem that requires further research and the development of appropriate strategies for psychological support and medical care.

Key words: *mental state, psychological health, symptoms, pregnant woman, consequences of war.*

References

1. Savchenko Yu. Batkivstvo v aspekti perynatalnoi psykholohii. [Parenthood in the aspect of perinatal psychology] Pedahohichni protses: teoriia i praktyka. 2016. Vyp. 3. S. 119-123.
2. Zinchenko, Daniil, Ihor Shevchenko, and Olena Makarova. Psykholohichni aspekty pidhotovky fakhivtsiv u sferi sektoru bezpeky i oborony dlia roboty v umovakh viiny [Psychological aspects of training specialists in the field of security and defense for work in war conditions]. Diss. Vydavets i vyhotovliuvach Natsionalna akademiia Natsionalnoi hvardii Ukrainy, maidan Zakhysnykiv Ukrainy, 3, m. Kharkiv-1, 61001. Svidotstvo subiekta vydavnychoi spravy DK No 4794 vid 24.11. 2014 r., 2024.
3. Z Ukrainy vzhe vyikhaly maizhe 5,5 miliona bizhentsiv – OON. TSN. [Almost 5.5 million refugees have already left Ukraine - UN. TSN] 30 kvitnia 2022 roku. URL: <https://tsn.ua/ato/z-ukrayini-vzhe-viyihali-mayzhe-5-5-milyona-bizhenciv-oon-2050408.html> (data zvernennia: 3 bereznia 2023).
4. Danyliuk, I. O. Psykholohichni aspekty tryvozhnoho rozladu osobystosti [Psychological aspects of anxiety disorder of personality]. Visnyk Luhanskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka, 11(254), 2012. S. 125-130.

ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

УДК 159.9.001.8

DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4).8

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ІДЕНТИЧНОСТІ
РЯТУВАЛЬНИКІВ З ОЗНАКАМИ ПОСТТРАВМАТИЧНИХ
СТРЕСОВИХ РОЗЛАДІВ

Афанасьєва Наталя Євгенівна

д-р психол. наук, професор

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1050-8495>

Анотація. У статті висвітлюються результати дослідження психологічних особливостей ідентичності рятувальників, які мають ознаки посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Ідентичність рятувальників формується на основі їхнього особистісного досвіду, самосприйняття в професії, оцінки власної компетентності, а також соціальної взаємодії в робочому колективі. Однак симптоми ПТСР можуть значно впливати на ідентичність рятувальників, призводити до її дестабілізації.

Серед ключових проблем, що виникають в результаті ПТСР, є відчуження від колег, сумніви щодо власної професійної здатності, а також загострене відчуття втрати контролю над життям і професійною діяльністю. ПТСР розвивається у осіб, які перенесли травмуючі події. Він спотворює протікання психічної діяльності особистості. До загальної симптоматики ПТСР відносять: скорочення життєвої перспективи, пролонговану активізацію бойового стресу, агресивність, конфліктність, соціальна дезадаптація, порушення соціальної та особистісної ідентичності. ПТСР є не тільки особистою проблемою рятувальника, але і актуальним суспільним питанням, оскільки його прояви, в тому числі, породжуються громадською думкою і ставленням населення до надзвичайних ситуацій.

Виявлено суттєві порушення в ідентичності рятувальників, які мають симптоми ПТСР. Це проявляється у таких ознаках, як емоційна поляризація, нестабільність самооцінки, втрата впевненості у власній компетентності та зниження мотивації до активної професійної діяльності. У статті підкреслюється, що травматичні переживання можуть призвести до втрати відчуття професійної ролі та відчуження від колективу, що негативно впливає на ефективність роботи та загальне психологічне благополуччя рятувальників. Своєчасні психологічні інтервенції можуть допомогти зберегти стабільність ідентичності рятувальників та зберегти професійне здоров'я.

Ключові слова: *посттравматичний стресовий розлад, ідентичність, рятувальники, психологічні особливості, професійна діяльність.*

Постановка проблеми. У сучасних умовах рятувальники Державної служби України з надзвичайних ситуацій стикаються з численними стресовими подіями, що виникають у процесі виконання професійних обов'язків, які пов'язані із ризиком для життя. Підвищений рівень стресу, посттравматичні стресові розлади (ПТСР) є актуальною проблемою для них, оскільки ці стани впливають не лише на їхню діяльність, але й на ідентичність, яка формується під впливом специфічних професійних обов'язків і пережитих травматичних ситуацій. Дослідження психологічних особливостей ідентичності рятувальників з ознаками ПТСР сприяє визначенню механізмів адаптації до травматичних подій, а також розробці ефективних технологій психологічних інтервенцій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Професійна діяльність рятувальників характеризується тривалою дією значної кількості психотравмуючих чинників, що визначає високі вимоги до психічних властивостей особистості та психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах [1; 8].

Ідентичність є динамічним утворенням, вона може змінюватися під впливом різних зовнішніх і внутрішніх чинників, таких як зміни

в професійних обов'язках, особистісний розвиток або пережиті стресові події. У контексті діяльності рятувальників, ідентичність пов'язана із відповідальністю за життя інших людей, готовністю діяти в екстремальних ситуаціях і високим рівнем самовіддачі. Травматичні події, з якими стикаються рятувальники, можуть істотно впливати на їхнє самосприйняття, формуючи або послаблюючи ідентичність [5].

Ми розглядаємо ідентичність рятувальників як динамічне психологічне утворення, результат поступової професійної ідентифікації та самоідентифікації, основу якого складають: професійний вибір; психологічна готовність до професійної діяльності; усвідомлена приналежність до певної професії та професійної спільноти; професійна фахова підготовка [2].

Дослідженнями протікання і механізмів посттравматичного стресового розладу та гострих стресових реакцій займаються такі українські психологи, як С. Васильєв, І. Ващенко, Д. Зубовський, О. Корольчук, І. Слюсар, О. Хміляр і багато інших, роботи яких свідчать про наявність у працівників, що мають досвід діяльності в екстремальних умовах, ознак психосоматичних захворювань і нервово-психічних розладів [4; 6; 7].

Вплив ПТСР на ідентичність є комплексним і часто пов'язаний із змінами у сприйнятті себе як професіонала. У рятувальників ПТСР може призвести до серйозних порушень у сприйнятті себе та своїх професійних ролей. Відновлення ідентичності вимагає підтримки з боку колег, керівництва, а також фахівців-психологів, які допоможуть адаптуватися до нових умов і знайти нові сенси у професійній діяльності [3].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми. На теперішній час бракує глибокого аналізу психологічних особливостей формування та змін ідентичності рятувальників, які працюють в екстремальних умовах війни. Вивчення психологічних механізмів трансформації ідентичності рятувальників з ознаками ПТСР дозволить не тільки поглибити наукове розуміння проблеми, але й сприятиме розробці більш ефективних психологічних інтервенцій.

Виклад основного матеріалу дослідження. Метою дослідження є визначення особливостей ідентичності рятувальників з ознаками ПТСР. У дослідженні брали участь рятувальники-пожежні м. Харкова, віком від 22 до 40 років, кількістю 64 особи.

Відповідно до мети та завдань дослідження було використано такі психодіагностичні методики: для визначення вираженості симптомів ПТСР – «Шкала клінічної діагностики ПТСР» (CAPS) розроблена під керівництвом Д. Кілпатріка; для дослідження ідентичності – «Тест двадцяти висловлювань» (М. Куна, Т. Макпартленд). Для математичної і статистичної обробки результатів – t-критерій Стюдента, ф-критерій Фішера. Результати дослідження рівня вираженості симптомів ПТСР у рятувальників представлені в таблиці 1.

Таблиця 1 - Показники вираженості симптомів ПТСР у рятувальників (бали)

Показники	F (інтенсивність симптомів)	I (частота симптомів)	T (загальний бал)
M±SD	19,35±6,7	22,0±6,5	34,8±8,3

Спираючись на отримані результати, досліджувані були розділені на дві групи: до 1-ої увійшли рятувальники, що мають виражені симптоми ПТСР, кількістю

21 особа; до 2-ої – рятувальники, які не мають симптомів ПТСР, кількістю 43 особи. По групах результати розподілилися таким чином (див. таблицю 2).

Таблиця 2 - Середні значення показників CAPS у рятувальників (бали)

Показники	1 група	2 група	t	p-рівень
F	27,4±5,2	11,3±8,3	4,1	≤0,001
I	29,8±7,7	14,2±5,6	3,9	≤0,001
T	46,9±9,1	22,7±7,4	7,7	≤0,001

Було виділено групу рятувальників з вираженими симптомами ПТСР, які проявляються нав'язливим відтворенням в свідомості психотравмуючої події, що повторюється. Пережитий ними стрес перевищує той, який вони відчували у момент власно травмуючої події, і часто є надзвичайно інтенсивним переживанням, що викликає думки про суїцид з метою припинити напад. Також вони скаржаться на кошмарні сни, що повторюються, та флешбеки. При цьому вони посилено уникають думок, відчуттів або розмов, пов'язаних з травмою, а також дій, місць або людей, які ініціюють ці спогади. У деяких спостерігається психогенна амнезія, коли людина не здатна відтворити в пам'яті психотравмуючу подію в подробицях.

Має місце також пильність і стан постійного очікування загрози. Стан так само ускладнюється соматичними розладами і захворюваннями — в основному з боку нервової, серцево-судинної, травної і ендокринної систем. Також спостерігається зміна емоційності, досліджувані з ПТСР реагують на події сильними емоціями, але набір цих емоцій обмежений, інші почуття пригнічуються.

Для дослідження змістовних характеристик соціальної ідентичності особистості використано «Тест двадцяти висловлювань» М. Куна, Т. Макпартленда.

Аналіз і інтерпретація результатів здійснювалися за класичною схемою, запропонованою авторами методики (таблиці 3, 4).

Таблиця 3 - Змістовні характеристики ідентичності рятувальників(%)

Характеристики		1 група	2 група	φ	p-рівень
Самооцінка	Завищена	25,7	31,3	0,46	>0,05
	Занижена	33,9	24,4	0,78	>0,05
	Нестійка	40,4	44,3	0,32	>0,05
Тип особистості	Емоційно-полярний	48,6	24,7	1,96	≤0,05
	Врівноважений	20,4	38,5	1,48	>0,05
	Той, хто має сумнів	31,0	36,8	0,47	>0,05

Характеристики		1 група	2 група	φ	p-рівень
Гендерна ідентичність	Є	89,6	92,5	0,24	>0,05
	Немає	10,4	7,5	0,24	>0,05
Рефлексія	Є	32,5	34,6	0,17	>0,05
	Немає	67,5	65,4	0,17	>0,05
Часовий аспект ідентичності	Минуле	39,4	39,4	0	>0,05
	Теперішнє	23,6	38,9	1,25	>0,05
	Майбутнє	37,0	21,7	1,25	>0,05
Співвідношення соц. ролей і індивід. характеристик	Гармонійне	22,6	36,6	1,15	>0,05
	Переваж. соц-х	59,0	41,2	1,46	>0,05
	Переваж. інд-х	18,4	22,2	0,31	>0,05
Сфери життя, в яких представлені характеристики	Сім'я	31,9	20,3	0,95	>0,05
	Робота	31,7	35,6	0,32	>0,05
	Навчання	2,8	4,7	0,16	>0,05
	Дозвілля	11,3	15,3	0,33	>0,05
	Особистісні відносини	16,8	19,5	0,22	>0,05
	Відпочинок	5,5	4,6	0,07	>0,05
Фізична ідентичність	Є	13,4	17,3	0,32	>0,05
	Немає	86,6	82,7	0,32	>0,05
Психолінгвістичні	< Іменники	63,1	59,6	0,29	>0,05
	< Прикметники	22,7	16,9	0,48	>0,05
	< Дієслова	13,2	33,5	0,64	≤0,05
Валентність ідентичності	Негативна	31,6	20,4	0,92	>0,05
	Нейтральна	36,8	38,7	0,16	>0,05
	Позитивна	10,2	12,6	0,20	>0,05
	Завищена	21,4	28,3	0,57	>0,05

Таблиця 4 - Показники ідентифікаційних характеристик рятувальників (%)

Характеристики	1 група	2 група	φ	p-рівень
«Соціальне Я»	51,6	37,4	1,16	>0,05
«Комунікативне Я»	22,3	19,7	0,21	>0,05
«Матеріальне Я»	11,2	13,9	0,22	>0,05
«Фізичне Я»	13,4	17,3	0,32	>0,05
«Діяльнісне Я»	3,7	23,5	1,64	≤0,05
«Перспективне Я»	19,8	45,4	2,09	≤0,05
«Рефлексивне Я»	27,3	30,6	0,27	>0,05
Проблемна ідентичність	36,8	15,1	1,78	≤0,05
Ситуативний стан	21,5	16,0	0,45	>0,05

Аналіз змістовних характеристик ідентичності досліджуваних показав, що серед рятувальників із симптомами ПТСР переважає емоційно-полярний тип особистості (відмінності статистично значущі на $p \leq 0,05$ рівні за критерієм Фішера) в порівнянні з рятувальниками без симптомів ПТСР.

Для людей цього типу характерні емоційність, імпульсивність, категоричність в оцінках; відносини з іншими людьми залежать від симпатій/антипатій.

В оцінках себе застосовуються тільки полярні характеристики.

Також виявлено статистично значущі відмінності в частоті застосування дієслівних форм в описі власних характеристик ($p \leq 0,05$), частіше застосовуються рятувальниками без симптомів ПТСР і майже ніколи рятувальниками, які мають симптоми ПТСР. Це означає, що рятувальники без симптомів ПТСР більш схильні до активних, самостійних дій. За іншими характеристиками статистично значущих відмінностей в показниках досліджуваних не виявлено.

У всіх досліджуваних рятувальників переважає нестійка самооцінка, тобто в деяких випадках вони неадекватно завищують власні можливості, здібності і досягнення, а в деяких – навпаки, занижують. Таке ставлення до себе може свідчити про порушення особистісної та професійної ідентичності та самовідношення.

У всіх досліджуваних рятувальників виявлено виражену

гендерну ідентичність, всі вони є цисгендерними. При цьому недостатньо розвиненою є рефлексія, тобто спрямованість свідомості людини на своє (чи іншої людини) мислення і поведінку, набуті знання та скоєні вчинки, розуміння і аналіз власних думок, почуттів і мотивів. Нерозвиненість рефлексії породжує нерозуміння, як себе, так і інших людей, провокує конфлікти і непродуктивні міжособистісні взаємини, є показником порушення ідентичності.

Досліджувані рятувальники більшою мірою орієнтовані в минуле і в майбутнє, а не в сьогодення. Це свідчить про недостатню часову інтегрованість особистості. Їм властиві незадоволеність поточними подіями, недостатня реалізованість у сучасному, прагнення повернутися в минуле або через його більшу привабливість, або через недостатню пропрацьованість травматичного досвіду.

У досліджуваних рятувальників переважають соціальні характеристики над індивідуальними, що свідчить про переважання соціальної ідентичності, в тому числі – професійної, над особистісною, вказує на невпевненість у собі, схильність до самозахисних реакцій і поведінки, відмову від саморозкриття. Серед сфер життя, в яких представлені ідентифікаційні характеристики, практично відсутні сфери навчання, відпочинку і особистих відносин. Недостатньо представлені характеристики фізичної ідентичності, яка свідчить

про усвідомлення особистістю внутрішнього світу. Усвідомлення і прийняття власного тіла є одним з важливих показників самосвідомості людини, яке тісно пов'язане з рефлексією, усвідомленням емоційних переживань і тілесних відчуттів, потреб тіла. Для рятувальників фізична ідентичність є вкрай важливою, а її порушення є проявом відчуження. Показники валентності ідентичності досліджуваних вказують на неадаптивний стан ідентичності. Вони пов'язані з імпульсивністю, непостійністю, тривожністю, депресивністю, чутливістю, невпевненістю, стриманістю тощо.

Висновки і перспективи

подальших розвідок у даному напрямку. Дослідження особливостей ідентичності рятувальників з ознаками ПТСР показало наявність суттєвих порушень як соціальної, так і особистісної ідентичності, які пов'язані із пережитими травматичними подіями.

Перспективи подальших розвідок у даному напрямку охоплюють кілька важливих аспектів: необхідно дослідити ПТСР на професійну ідентичність рятувальників, враховуючи різні етапи розвитку цього стану та його тривалість; розробка та апробація нових методик психологічної підтримки та реабілітації рятувальників із ПТСР.

Список літератури

1. Актуальні дослідження в сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології : монографія / за заг. ред. В. П. Садкового, О. В. Тімченка. Харків : ФОП Мезіна В.В., 2017. 512 с.
2. Афанасьєва Н. Є., Маклакова С. С. Професійна ідентичність рятувальників України. Теорія і практика сучасної психології. 2018. № 4. С. 191–196.
3. Бабелюк О. В., Гоцуляк Н. Є. Психологічна служба рятувальних підрозділів : навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня «Рута», 2021. 204 с.
4. Васильєв С. П., Зубовський Д. С. Психодіагностика посттравматичного стресового розладу у військовослужбовців. Український психологічний журнал. 2016. № 1. С. 6–16.
5. Вересова В. Д., Абаніна Г. В. Проблема професійної ідентичності в контексті феномену психологічного благополуччя. Актуальні питання сучасної науки та практики: матеріали науково-практичної конференції, м. Київ, 15 листопада 2018 р. Київ, 2018. С. 499–501.
6. Корольчук О. Л. Посттравматичний стресовий розділ як новий виклик сучасній Україні. Державне управління. Інвестиції: практика та досвід. 2016. № 17. С. 104–111.
7. Назар Ю. О. Посттравматичне зростання в контексті моделей благополуччя особистості. Габітус. 2023. Вип. 48. С. 125–131.

8. Назаров О. Психологія діяльності рятувальника: зміст та проблеми для обговорення. Проблеми екстремальної та кризової психології. 2022. №2(4). С. 30–38.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF THE IDENTITY OF RESCUERS WITH SIGNS OF POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER

Afanasieva Natalia

***Abstract.** The article highlights the results of a study on the psychological characteristics of the identity of rescuers who show signs of post-traumatic stress disorder (PTSD). The identity of rescuers is formed based on their personal experience, self-perception in the profession, assessment of their competence, as well as social interaction in the work collective. However, PTSD symptoms can significantly affect the identity of rescuers, leading to its destabilization. Among the key issues that arise as a result of PTSD are alienation from colleagues, doubts about their professional capabilities, as well as an acute sense of loss of control over their life and professional activities.*

PTSD develops in individuals who have experienced traumatic events. It distorts the course of a person's mental activity. The general symptoms of PTSD include a shortened life perspective, prolonged activation of combat stress, aggressiveness, conflict-proneness, social maladaptation, and disruptions in social and personal identity. PTSD is not only a personal issue for the rescuer but also a pressing societal concern, as its manifestations are, in part, generated by public opinion and the population's attitude toward emergency situations.

Significant identity disruptions have been identified in rescuers who display PTSD symptoms. These are manifested in emotional polarization, instability of self-esteem, loss of confidence in their competence, and reduced motivation for active professional activity. The article emphasizes that traumatic experiences can lead to a loss of professional role identity and alienation from the team, which negatively affects work efficiency and the overall psychological well-being of rescuers. Timely psychological interventions can help maintain the stability of rescuers' identity and preserve their professional health.

***Keywords:** post-traumatic stress disorder, identity, rescuers, psychological characteristics, professional activity.*

References

1. Aktualni doslidzhennia v suchasni vitchyzniani ekstreimalnii ta kryzovii psykholohii [Current research in modern domestic extreme and crisis psychology] : monohrafiia / za zah. red. V. P. Sadkovoho, O. V. Timchenka. Kharkiv : FOP Mezina V.V., 2017. 512 s.
2. Afanasieva N. Ye., Maklakova S. S. Profesiina identychnist riatuvalnykiv Ukrainy [Professional identity of rescuers of Ukraine]. Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii. 2018. № 4. S. 191–196.

3. Babeliuk O. V., Hotsuliak N. Ye. Psykholohichna sluzhba riativalnykh pidrozdiliv [Psychological service of rescue units] : navchalno-metodychnyi posibnyk. Kamianets-Podilskyi : TOV «Drukarnia «Ruta», 2021. 204 s.
4. Vasyliev S. P., Zubovskyi D. S. Psykhodiahnostyka posttravmatychnoho stresovoho rozladu u viiskovosluzhbovtziv [Psychodiagnosis of post-traumatic stress disorder in military personnel]. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal*. 2016. № 1. S. 6–16.
5. Veresova V. D., Abanina H. V. Problema profesiinoi identychnosti v konteksti fenomenu psykholohichnoho blahopoluchchia [The problem of professional identity in the context of the phenomenon of psychological well-being]. *Aktualni pytannia suchasnoi nauky ta praktyky: materialy naukovo-praktychnoi konferentsii*, m. Kyiv, 15 lystopada 2018 r. Kyiv, 2018. S. 499–501.
6. Korolchuk O. L. Posttravmatychnyi stresovyi rozdil yak novyi vyklyk suchasni Ukraini [Post-traumatic stress disorder as a new challenge for modern Ukraine]. *Derzhavne upravlinnia. Investytsii: praktyka ta dosvid*. 2016. № 17. S. 104–111.
7. Nazar Yu. O. Posttravmatyчне zrostannia v konteksti modelei blahopoluchchia osobystosti [Posttraumatic growth in the context of models of personal well-being]. *Habitus*. 2023. Vyp. 48. S. 125–131.
8. Nazarov O. Psykholohiia diialnosti riativalnyka: zmist ta problemy dlia obhovorennia [Psychology of lifeguard activity: content and issues for discussion]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*. 2022. №2(4). S. 30–38.

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ГОТОВНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ДО БОЙОВИХ ДІЙ

Сидоренко Жанна В'ячеславівна,

кандидат психологічних наук, доцент

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2251-8233>

Лось Максим Віталійович

здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти
спеціальності 053 «Реабілітаційна психологія»

***Анотація.** В статті розглядаються психологічні аспекти готовності військовослужбовців до бойових дій. Висвітлюються теоретичні аспекти розуміння психологічної готовності до бойових дій та проводиться емпіричне дослідження особливостей психологічної готовності до бойових дій військовослужбовців десантно-штурмових військ на рівні мотиваційних, емоційно-вольових, соціально-психологічних аспектів.*

В ході дослідження використовувався наступний методичний інструментарій: Методика «Адаптивність-200», що забезпечила оцінку адаптивності та стійкості до бойового стресу;

- Шкала загальної самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема, що оцінює впевненість військовослужбовців у власних можливостях подолати труднощі, що виникають під час виконання бойових завдань;

- Методика «Мотивація професійної діяльності» К. Замфір, в модифікації А. Реана для визначення рівня внутрішньої та зовнішньої мотивації до професійної діяльності. Для проведення емпіричного дослідження ми сформувавши вибірку, до якої увійшли 63 військовослужбовці Збройних сил України, які ще не брали безпосередньої участі у воєнних діях на кордонах та окупованих територіях нашої держави.

Результати емпіричного дослідження показали, що психологічна готовність військовослужбовців до участі в бойових діях є складним, багатокомпонентним явищем, що залежить від ряду особистісних та мотиваційних чинників. Виявлено, що високий рівень адаптивності, внутрішньої мотивації, морально-етичної нормативності, комунікативного потенціалу та самоефективності сприяє формуванню стійкої психологічної готовності до бойових дій. Водночас, негативні фактори, такі як зовнішня негативна мотивація, схильність до девіантної поведінки та суїцидальний ризик, знижують загальну адаптивність та підвищують вразливість до стресу.

На основі отриманих результатів рекомендується впровадження комплексних програм психологічної підготовки військовослужбовців, що

включають розвиток внутрішньої мотивації, морально-етичних цінностей, комунікативних навичок та самомотивації та профілактику дезадаптації чи суїцидальних тенденцій, що становитиме перспективу наших досліджень.

Ключові слова: готовність до діяльності, психологічна готовність військовослужбовців до бойових дій, стресостійкість, самоефективність, мотивація.

Постановка проблеми. В умовах повномасштабного вторгнення військ РФ на територію України психологічна стійкість військовослужбовців є ключовою для успішного виконання завдань захисту українського народу у бойових діях.

Важливими елементами розвитку психологічної підготовки військовослужбовців є розвиток емоційної стійкості та копінг-стратегій, адаптація до екстремальних ситуацій, розвиток організаторських здібностей та навичок міжособистісної взаємодії. Враховуючи вищезазначене, психологічна підготовка військовослужбовців до бойових дій має величезну актуальність, оскільки мова йде не лише про підвищення ефективності військових операцій, а й про збереження психічного здоров'я військовослужбовців.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У працях багатьох українських та іноземних дослідників висвітлюється психологічна готовність особистості до діяльності (В. Алещенко, В. Барко, О. Блінов, С. Будник, Я. Бондаренко, О. Кокун, В. Лефтеров, Г. Ложкін, Л. Матохнюк, Є. Потапчук та інші).

На думку М. І. Томчука, формування готовності передбачає створення системи таких мотивів, ставлень, установок, рис особистості, накопичення знань, умінь, навичок, що забезпечуть професійну можливість ефективно реалізувати свої функції[4; с.43].

Проблему формування психологічної готовності військовослужбовців до особливих умов розглядали: В. Алещенко, В. Вареник, М. Корольчук, Н. Лозінська, В. Мороз, С. Миронець, О. Тімченко, М. Кришталь, О. Кокун, І. Окуленко, В. Осьодло, О. Колесніченко, І. Пішко та О. Поканевич та інші.

Психологічна готовність є специфічним психічним станом, що має складну динамічну структуру, між компонентами (когнітивний, мотиваційних, емоційно-вольовий, функціональний та індивідуально-психологічні якості) і типологічних сторін психіки особового складу в їх співвідношенні із зовнішніми умовами і майбутніми завданнями. Розглядаються різні види готовності, включаючи ситуативну і стійку, функціональну та індивідуальну, психологічну та практичну, загальну та спеціалізовану, готовність до розумової та фізичної

діяльності [1; С.5-12].

Визначались професійно-особистісні характеристики, що забезпечують успішність психологічної підготовки до бойових дій [5; С.155-160]. Досліджується проблема стресостійкості військових, розвитку психічної саморегуляції, особливості надання психологічної допомоги з метою профілактики стресових розладів в умовах бойових дій та проведення психологічної реабілітації.

Проте, вважаємо доцільним приділити увагу особливостям психологічної готовності до бойових дій десантно-штурмових військ, де оперативність, рішучість і готовність до дій у несприятливих та екстремальних умовах є ключовими. Це вимагає від особового складу не лише фізичної, а й високої психологічної підготовки.

Формулювання цілей статті: емпірично дослідити особливості психологічної готовності до бойових дій військовослужбовців десантно-штурмових військ на рівні мотиваційних та особистісних аспектів.

Виклад основного матеріалу дослідження. М. Корольчук та В. Крайнюк, у структурі психологічної готовності виділяють компоненти, такі як: позитивне ставлення до своєї діяльності, професійні риси, емоційно-вольова стійкість, професійні знання та навички, риси характеру, темперамент та здібності до бойової діяльності [3; с.120].

Науковці також підкреслюють, що тривала

психологічна готовність до ведення бойових дій складається з двох основних компонентів: особистісної та функціональної готовності.

Для проведення емпіричного дослідження ми сформували вибірку, до якої увійшли 63 військовослужбовці Збройних сил України, які ще не брали безпосередньої участі у воєнних діях на кордонах та окупованих територіях нашої держави. Середній вік $36 \pm 2,5$. В ході дослідження використовувались: Методика «Адаптивність-200» [2; С.142-144], що забезпечила оцінку адаптивності та стійкості до бойового стресу;

Шкала загальної самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема, що оцінює впевненість військовослужбовців у власних можливостях подолати труднощі, що виникають під час виконання бойових завдань;

Методика «Мотивація професійної діяльності» (К. Замфір, модифікація А. Реана), для визначення рівня внутрішньої та зовнішньої мотивації до професійної діяльності [2; С.145-149].

Розглянемо результати опитування з використанням методики «Адаптивність-200». Щодо показника «Рівень стійкості до бойового стресу (ОАП)», було встановлено, що 29% осіб мають високий рівень адаптаційних можливостей та стійкість до бойового стресу; 38% осіб показали достатній, а 19% опитуваних виявили задовільний рівень стійкості. Задовільний рівень стійкості до бойового стресу є мінімально прийнятним для

виконання бойових завдань і в ситуаціях з інтенсивними стресовими навантаженнями їхня працездатність може погіршуватися.

Особливу увагу необхідно звернути на 14% осіб, які мають низький рівень стійкості до бойового стресу. Вони мають труднощі з адаптацією в бойових умовах та можуть бути схильні до негативних емоційних реакцій, що впливає на їхню здатність до ефективного виконання завдань.

Розподіл рівнів нервово-психічної стійкості та поведінкової регуляції у військовослужбовців згідно з методикою «Адаптивність-200» виглядає наступним чином. Встановлено, що високий рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції характерний для 13%. Ці військовослужбовці проявляють високий рівень самоконтролю та здатність зберігати стабільний емоційний стан навіть в умовах підвищеного стресу.

Понижений рівень нервово-психічної стійкості і поведінкової регуляції було зафіксовано у 13% військовослужбовців. У цієї групи можуть спостерігатись труднощі в адаптації до нових і незвичних умов бойових дій.

Також виявлена невелика група військовослужбовців, для яких характерні окремі ознаки нервово-психічної нестійкості і порушення поведінкової регуляції (6%). Вони потребують спеціалізованої психологічної роботи та можливої реабілітації.

В результаті дослідження встановлено, що високі показники за шкалою комунікативних здібностей

мають 11% досліджуваних. Ці військовослужбовці можуть легко встановлювати контакти з іншими та ефективно взаємодіяти в команді.

Достатньо високий рівень комунікативних здібностей було виявлено у 21%.

Наступний - достатній рівень комунікативних здібностей – характерний для 25%. Ця група військовослужбовців здатна підтримувати ефективну комунікацію в більшості ситуацій.

Військовослужбовці з середнім рівнем комунікативних здібностей (16%) здатні до взаємодії з іншими, але можуть іноді стикатися з труднощами у спілкуванні. Задовільний рівень комунікативних здібностей також характерний для 16%. Ця група військовослужбовців потребує допомоги у розвитку комунікативних навичок та навичок самоконтролю.

На особливу увагу заслуговує 8% із пониженим рівнем та 3% з низьким рівнем комунікативних здібностей.

Показники морально-етичної нормативності (соціалізації) військовослужбовців засвідчують, що високий рівень соціалізації був виявлений у 27%, характерний для військовослужбовців, які орієнтовані на дотримання соціальних норм і корпоративних вимог.

Достатньо високий рівень соціалізації (20,5%) характеризується орієнтацією на загальноприйняті норми поведінки та прагненням дотримуватися морально-етичних стандартів.

Достатній рівень соціалізації притаманний 17,5% військово-службовців. В цілому достатній рівень соціалізації (13%) проявляється у військово-службовців, які прагнуть дотримуватися соціально схвалених норм поведінки, проте інколи їхні особисті інтереси можуть переважати над груповими.

Задовільний рівень соціалізації (11%) характеризується тим, що військовослужбовці з таким рівнем можуть не завжди орієнтуватися на загальноприйняті норми та можуть ставити свої особисті інтереси вище групових.

Осіб з недостатній та вкрай низьким рівнем в нашій вибірці виявлено не було.

Високий рівень військово-професійної спрямованості (16%) характерний для військово-службовців, які демонструють виражене бажання продовжувати професійну діяльність у військовій сфері.

Достатній рівень військово-професійної спрямованості встановлено у 30%. Їхня мотивація до військової служби достатньо висока, що сприяє ефективності їхньої діяльності та готовності до виконання бойових завдань у складних і непередбачуваних умовах.

В цілому достатній рівень військово-професійної спрямованості виявлено у 40% військовослужбовців, які, в цілому, демонструють позитивне ставлення до своєї професії.

На нашу думку, слід звернути увагу на показники: недостатній

рівень військово-професійної спрямованості (11%) та низький рівень військово-професійної спрямованості (3%). Військовослужбовці першої групи не повною мірою задоволені своєю військовою професійною діяльністю. Щодо другої групи, вони виявляють низький рівень мотивації до продовження служби у військовій сфері.

Отже, більшість військово-службовців мають достатній або високий рівень військово-професійної спрямованості.

В результаті проведеного дослідження встановлено, що у 48% відсутні ознаки девіантних форм поведінки. В цілому виражені ознаки девіантних форм поведінки відсутні у 35% осіб, хоча можуть бути окремі риси, що вказують на певні труднощі в побудові міжособистісних стосунків.

Відзначено наявність деяких ознак девіантних форм поведінки у 14%. Ці військовослужбовці можуть потребувати психологічної корекції та контролю. Наявність виразних ознак девіантних форм поведінки, яка характерна 3%, заслуговує на особливу увагу психологів. У бойових умовах такі риси можуть призвести до конфліктів, дезорганізації підрозділу та небезпечних ситуацій.

Результати, отримані за шкалою суїцидального ризику свідчать, що для більшості вибірки характерна відсутність ознак суїцидальних дій (59%). Так, виразних ознак суїцидальної схильності не виявлено у 29%. Відзначена наявність окремих ознак

суїцидальної схильності у 12%.

Це не означає, що вони мають явну суїцидальну загрозу, але вказує на підвищений ризик, який потребує уваги.

Наступна методика, яку ми використали в дослідженні, була Шкала загальної самооефективності. В ході дослідження було встановлено, що для 19% військовослужбовців характерний високий рівень самооефективності. Це свідчить про їхню високу впевненість у своїх силах та здатність долати складні ситуації.

54% продемонстрували середній рівень самооефективності. Це свідчить про те, що більшість військовослужбовців мають помірну впевненість у своїх можливостях та здатності впоратися з труднощами.

Водночас, 27% військовослужбовців мають низький рівень самооефективності. Це може свідчити про недостатню впевненість у власних силах та здатності долати стресові ситуації.

Останньою методикою, яку ми використали в дослідженні, була методика «Мотивація професійної діяльності». Встановлено, що 40% військовослужбовців демонструють високий рівень внутрішньої мотивації. Вони орієнтовані на самореалізацію, задоволення від своєї роботи та особистісний розвиток, здатні підтримувати високий рівень мотивації навіть у стресових ситуаціях. Це є найбільш сприятливим типом мотивації для військової діяльності, оскільки він сприяє довгостроковій ефективності та стійкості військовослужбовців.

35% вибірки орієнтовані на зовнішню позитивну мотивацію. Ці військовослужбовці стимулюються зовнішніми факторами, такими як визнання, схвалення, винагороди та можливості для кар'єрного росту.

25% військовослужбовців мають зовнішню негативну мотивацію. Вони керуються страхом покарання, уникненням критики, тиском з боку командування або обов'язковістю виконання службових обов'язків. Такий тип мотивації є найменш сприятливим, оскільки він не пов'язаний із внутрішнім бажанням виконувати свою роботу добре.

Результати показують, що основна частина військовослужбовців (75%) має внутрішню або зовнішню позитивну мотивацію. Це свідчить про наявність у більшості військовослужбовців бажання працювати ефективно та отримувати від цього задоволення. Однак, достатньо висока кількість опитаних демонструє переважно зовнішню негативну мотивацію, що є тривожним сигналом, який вказує на необхідність психологічної підтримки та мотиваційної роботи.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Результати емпіричного дослідження показали, що психологічна готовність військовослужбовців до участі в бойових діях є складним, багатокомпонентним явищем, що залежить від ряду особистісних та мотиваційних чинників. Виявлено, що високий рівень адаптивності, внутрішньої мотивації, морально-

етичної нормативності, результатів рекомендується комунікативного потенціалу та впровадження комплексних програм самоефективності сприяє психологічної підготовки формуванню стійкої психологічної військовослужбовців, що готовності до бойових дій. включають розвиток внутрішньої Водночас, негативні фактори, такі як мотивації, морально-етичних зовнішня негативна мотивація, цінностей, комунікативних навичок схильність до девіантної поведінки та профілактику дезадаптації і та суїцидальний ризик підвищують суїцидальних тенденцій, що вразливість до стресу. становитиме перспективу наших

На основі отриманих досліджень.

Список літератури

1. Алещенко В. І. Формування психологічної готовності військовослужбовців до ведення бойових дій. Вісник Національного університету оборони України. 2023. № 4 (74). С.5-13
2. Формування психологічної готовності військовослужбовців військової служби за контрактом до виконання завдань за призначенням під час бойового злагодження : метод. посіб. / Кокун О. М. та ін. Київ : 7БС., 2021. 170 с.
3. Корольчук М.С., Крайнюк В.М., Марченко В.М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики : навч.посіб. Київ : Ельга, Ніка-Центр. 20 с.
4. Томчук М. І. Методологічні засади дослідження та формування психологічної готовності особистості до діяльності. Психологія і суспільство. 2010. № 4 С.41-46.
5. Ярещенко О.А., Моргунов О.А. Особистісні чинники психологічної готовності працівників підрозділів поліції спеціального призначення до професійно-службової діяльності в екстремальних умовах. Право і безпека. 2017. № 1(64). С. 155–160.

PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF READINESS OF MILITARY OFFICERS FOR COMBAT ACTIONS

Sydorenko Zhanna
Los Maksym

***Annotation.** The article examines the psychological aspects of military readiness for military operations. The theoretical aspects of the understanding of psychological readiness for combat operations are highlighted and an empirical study of the features of the psychological readiness for combat operations of soldiers of the airborne assault troops at the level of motivational, emotional-volitional, social-psychological aspects is carried out. The following methodological tools were used at the beginning of the study: the Adaptability-*

200 method, which provided an assessment of adaptability and resistance to combat stress;

- The general self-efficacy scale of R. Schwarzer and M. Jerusalem, which assesses the confidence of servicemen in their own abilities to overcome difficulties that arise during the performance of combat tasks;

- Methodology "Motivation of professional activity" by K. Zamfir, modified by A. Rean for determining the level of internal and external motivation for professional activity.

To conduct an empirical study, we formed a sample that included 63 servicemen of the Armed Forces of Ukraine who had not yet taken direct part in military operations on the borders and occupied territories of our state. The results of the empirical study showed that the psychological readiness of military personnel to participate in military operations is a complex, multi-component phenomenon that depends on a number of personal and motivational factors. It was found that a high level of adaptability, internal motivation, moral and ethical normativity, communicative potential and self-efficacy contribute to the formation of a stable psychological readiness for combat operations. At the same time, negative factors, such as external negative motivation, tendency to deviant behavior and suicidal risk, reduce general adaptability and increase vulnerability to stress. On the basis of the obtained results, it is recommended to implement complex programs of psychological training of military personnel, which include the development of internal motivation, moral and ethical values, communication skills and self-motivation, and the prevention of maladaptation or suicidal tendencies, which will constitute the perspective of our research.

Key words: readiness for activity, psychological readiness of military personnel for combat operations, stress resistance, self-efficacy, motivation.

References

1. Aleshchenko V. I. & Yurkova O. I. (2022) Kilkisnyi ta yakisnyi analiz stanu psykholohichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtsiv tankovykh pidrozdiliv do vykonannia boiovykh zavdan [Quantitative and qualitative analysis of the state of psychological readiness of servicemen of tank units to perform combat tasks]. Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy. Kyiv, NUOU. Vypusk 4 (68), s. 5-15. (in Ukrainian)
2. Formuvannia psykholohichnoi hotovnosti viiskovosluzhbovtsiv viiskovoi sluzhby za kontraktom do vykonannia zavdan za pryznachenniam pid chas boiovoho zlahodzhennia [Formation of the psychological readiness of militaryservicemen under contract to perform assigned tasks during combat coordination] : metod. posib. Kyiv, 7BTs. 170 s. (in Ukrainian)
3. Korolchuk M.S. & Krainiuk V.M. & Marchenko V.M. (2006). Psykholohiia: skhemy, oporni konspekty, metodyky [Psychology: schemes, reference notes, methods] : Navchalnyi posibnyk dlia studentiv vshchikh navchalnykh zakladiv / Za zah. red. M.S. Korolchuka. Kyiv : Elha, Nika-Tsentr. 20s. (in Ukrainian)

4. Tomchuk M. I. Metodolohichni zasady doslidzhennia ta formuvannia psykholohichnoi hotovnosti osobystosti do diialnosti. Psykholohiia i suspilstvo [Methodological principles of research and formation of psychological readiness of an individual for activity] 2010. № 4 S.41-46.

5. Iareshchenko O.A., Morhunov O.A. Osobystisni chynnyky psykholohichnoi hotovnosti pratsivnykiv pidrozdiliv politsii spetsialnoho pryznachennia do profesiino-sluzhbovoi diialnosti v ekstremalnykh umovakh [Personal factors of psychological readiness of employees of special purpose police units for professional work in extreme conditions] Pravo i bezpeka. 2017. № 1(64). S. 155–160.

СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В ГАЛУЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

УДК 159.9

DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4).10

ПСИХОЛОГІЧНА ЗРІЛІСТЬ МАЙБУТНІХ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ: ТРАЄКТОРІЇ РОЗВИТКУ ПРОТЯГОМ НАВЧАННЯ

Мітченко Катерина Вікторівна

здобувач ступеня доктора філософії

Криворізький державний педагогічний університет (м. Кривий Ріг)

старший викладач кафедри психології, соціології та педагогіки

Дніпровський державний університет внутрішніх справ (м. Дніпро)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0609-3423>

***Анотація.** Стаття присвячена дослідженню психологічної зрілості майбутніх поліцейських в контексті їх професійного навчання. Визначено, що саме психологічна зрілість є важливим чинником успішної професійної діяльності, оскільки поліцейські часто стикаються з викликами, що вимагають емоційної стійкості, високого рівня саморегуляції та здатності приймати обґрунтовані рішення в складних ситуаціях та умовах. Емпірично досліджено такі компоненти психологічної зрілості, як самосвідомість, автономність, життєва філософія, креативність, контактність, синергійність та децентралізацію.*

Значна увага приділяється тому, як психологічна підтримка та тренінги, впроваджені під час навчання, сприяють підвищенню психологічної зрілості. Крім того, у межах наукового дослідження розглянуто важливість розвитку комунікативних навичок, емпатії та здатності працювати в команді, які є невід'ємною складовою успішної професійної діяльності поліцейських в частині ефективного розслідування, несення служби з вогнепальною зброєю чи застосування поліцейських заходів.

Зроблено акцент на тому, що процес навчання майбутніх поліцейських має не лише надавати професійні знання, але й формувати особистісні якості, які допомагають ефективно виконувати службові обов'язки, з урахуванням умов воєнного чи надзвичайного стану. Як наслідок запропоновано рекомендації щодо впровадження міждисциплінарного підходу до навчання; стимулювання саморозвитку через самостійне вивчення психологічної літератури, відвідування онлайн-курсів та вебінарів, тренінгів з управління стресом, розвитку емоційного інтелекту, тайм-менеджменту та інших корисних навичок; використання інтерактивних методів навчання; коригування змісту, форм і методів проведення

лекційних, практичних, семінарських занять із загальних та спеціальних дисциплін; залучення до волонтерської та наукової діяльності для вдосконалення підготовки майбутніх поліцейських; спрямованості ознайомчої, навчальної та виробничої практики на зростання рівня професійної компетентності через послідовну участь у виконанні оперативно-службових завдань різного рівня складності та відповідальності з врахування досвіду Дніпровського державного університету внутрішніх справ. Результати дослідження демонструють важливість систематичної психолого-педагогічної підтримки для успішного формування професійної готовності та мають практичну значущість для розробки ефективних стратегій підготовки кадрів для правоохоронних органів України.

Ключові слова: психологічна зрілість, майбутні поліцейські, розвиток особистості, особистісна зрілість, Національна поліція.

Постановка проблеми. В умовах повномасштабної війни в Україні, яка кардинально змінила соціокультурний контекст і висунула нові виклики до всіх сфер життя, особливої актуальності набуває питання підготовки висококваліфікованих фахівців правоохоронних органів. Майбутні поліцейські повинні бути не лише добре обізнаними з законодавством та володіти необхідними професійними навичками, але й мати розвинену психологічну зрілість, щоб ефективно виконувати свої обов'язки в складних і стресових умовах. Відповідно сучасні реалії збройного конфлікту створюють нові вимоги до професійної підготовки працівників правоохоронних органів, а саме готовності ефективно виконувати свої службові обов'язки під час ворожих атак, на деокупованих територіях, розслідувати воєнні злочини та взаємодіяти з населенням, яке зазнало значних психологічних травм, потребують

високого рівня психологічної стійкості, адаптивності та розвинених морально-етичних якостей.

Традиційні методи навчання, орієнтовані на мирний час, можуть виявитися недостатніми для формування у майбутніх поліцейських набору вмінь, необхідних для ефективного виконання службових обов'язків в умовах збройного конфлікту. Тому актуальним є розробка інноваційних підходів до професійної підготовки, які б враховували специфіку сучасних викликів та забезпечували формування у майбутніх фахівців комплексу професійних і особистісних якостей, необхідних для успішної адаптації до екстремальних умов.

Аналіз сучасних досліджень дозволяє визначити, що питання підготовки поліцейських в умовах війни вивчається науковцями різних галузей, а саме з вогневої підготовки та дій в екстремальних умовах досліджуються вітчизняними

науковцями (Казначєєв Д., Волков Ю. Наточий А., та ін.), тактико-спеціальної підготовки (Тьорло О., Йосипів Ю., Синенький В., Комзюк М., Моргунов О. та ін.), фахової підготовки в галузях права (Юхно О., Дуфенюк О., Репецький В., Колотуха І. та ін.), психологічної підготовки (Швець Д.В., Дунко Ю., Когут Я. та ін.). Серед найбільш актуальних напрямків підготовки майбутніх правоохоронців Швець Д. визначає питання національно-патріотичного виховання молоді в сучасних умовах та формування загальної і спеціальної компетентності правоохоронців [4]. Проте питання саме розвитку психологічної зрілості, як передумови готовності майбутнього поліцейського до ефективного розслідування, несення служби з вогнепальною зброєю чи застосування поліцейських заходів, приділено недостатньо уваги.

Поняття "зріла особистість" багатогранне і вивчається різними науковими дисциплінами. Класики психології (Маслоу А., Еріксон Е., Фройд З., Роджерс К., Юнг К.Г.) акцентували увагу на самосвідомості, ідентичності, активності та творчості як ключових характеристиках зрілості. Сучасні дослідження, зокрема роботи Саллівена Г., Джефсона К., Мазо С., розглядають зрілість як динамічний процес, пов'язаний з особистісним розвитком і готовністю до прийняття відповідальних рішень. Вітчизняні психологи (Меднікова Г., Абульханова-Славська К., Березіна Т.) доповнюють це розуміння,

підкреслюючи важливість соціальної взаємодії, самореалізації та екологічного контексту. Баранова С. та Дьоміна Г. детально аналізують особистісну зрілість як психологічне новоутворення, пов'язане з самовизначенням і готовністю до дорослого життя [1, с. 184]. Якщо раніше акцент робився на індивідуальних характеристиках особистості, то сучасні дослідження підкреслюють важливість соціального контексту, динаміки розвитку і взаємозв'язку різних аспектів зрілості. Зріла особистість розглядається як результат постійного саморозвитку, соціальної взаємодії і відповідального ставлення до життя.

Науковою новизною дослідження є аналіз психологічної зрілості майбутніх поліцейських в контексті сучасних викликів сьогодення в Україні та визначення інноваційних методів навчання. Робота присвячена актуальній проблемі формування психологічної готовності майбутніх поліцейських до роботи в екстремальних умовах, що є новим вектором дослідження в українській психології. Результати науково-практичної розвідки можуть бути використані для вдосконалення програм підготовки кадрів в закладах МВС, а також для розробки рекомендацій щодо підвищення ефективності роботи правоохоронних органів в умовах збройного конфлікту.

Відповідно **мета** – вивчити та описати особливості розвитку психологічної зрілості майбутніх поліцейських в умовах збройного конфлікту та розкрити інноваційні

методи навчання, спрямовані на формування необхідних навичок. Для реалізації мети доцільно використати комплекс методів. Міждисциплінарний підхід реалізує необхідність у всебічному аналізі розвитку психологічної зрілості на заняттях не лише з психологічною складовою, а і виключно юридичних дисциплін (кримінальний та адміністративний процес, тактико-спеціальна підготовка, поліцейська діяльність). Емпіричний метод, а саме включене стандартизоване спостереження для фіксації поведінки курсантів під час навчальних занять і практичних тренінгів, а також вивчення психологічної зрілості із застосуванням Опитувальник особистісної зрілості (ОЗО) Штепи О, методи математичної статистики.

Виклад основного матеріалу.

Розглядаючи професійну зрілість поліцейських, варто відзначити Дунко Ю., що відмічає цей конструкт як віддзеркалювальну мотиваційну настанову особистості на самоідентифікацію, самореалізацію та саморозвиток у фаховій правоохоронній діяльності, яка відображає наявність комплексу спеціальних знань, умінь, професійних технік, що уможлиблюють розроблення індивідуальної траєкторії професійного становлення як фахівця правоохоронних органів, забезпечує виконання офіцером професійних функцій, передбачених спеціальною (бойовою, вогневою, тактичною, фізичною) та загальнопрофесійною (психологічною, соціальною,

управлінською) підготовкою в складних екстремальних умовах службової діяльності [2, с. 6-8]. Мітченко К., провівши ґрунтовний теоретичний аналіз літературних джерел, визначає, що психологічна зрілість це багатогранна характеристика особистості, яка виражається soft-skill-ами особистості як відповідальність, самостійність, цілісність, активність, проактивність, здатність до конструктивної взаємодії з іншими людьми (контактність, співпраця, толерантність), здатність до саморегуляції (емоційної, поведінкової), гумор та високий розвиток когнітивних здібностей, сформованість ціннісних орієнтацій, цілеспрямованість, вмотивованість, результативність, здатність до самопізнання, саморозвитку, самоактуалізації, креативності [3, с. 60].

З метою вивчення психологічної зрілості майбутніх поліцейських було проведено опитування курсантів другого курсу Дніпровського державного університету внутрішніх справ, з використанням опитувальника особистісної зрілості (ОЗО) О.Штепи в онлайн-форматі за допомогою гугл-форми. Етичність проведення тестування вивчено та погодження на засіданні кафедри гуманітарних дисциплін та психології поліцейської діяльності вказаного вище університету.

Емпіричне дослідження здійснювалося з 20 жовтня 2023 року по 30 січня 2024 року. У дослідженні взяло участь 127 осіб віковий діапазон від 18 до 22 років, з них 36

(28,3%) осіб жіночої статі та 64 (71,6%) – чоловічої статі. Запропонований опитувальник особистісної зрілості (ОЗО) О. Штепи, спрямований на виявлення 10 особистісних рис - відповідальність, децентрація, вищі глибини переживання, життєва філософія, толерантність (повага, стійкість, терпимість), автономність, як незалежність від чинників, контактність, як властивість до

взаємодії з іншими, самоприйняття, риса яка проявляється цілісному розумінні себе, креативність, як новотворення, синергічність. Досліджуваним були запропоновані закриті запитання, на які відповідь «так» або «ні». Після збору даних, було перенесено результати в Excel таблицю, та в подальшому в комп'ютерну програму jamovi для якісного підрахунку даних (таб. 1).

Таблиця 1 - Описова статистика прояву особистісної зрілості

Показники	Середнє значення	Стандартне відхилення	Коефіцієнт Кронбаха
Глибинність переживань	0,56	0,16	0,921
Відповідальність	0,59	0,15	0,781
Децентрація	0,51	0,16	0,711
Толерантність	0,63	0,17	0,891
Автономність	0,57	0,16	0,641
Контактність	0,52	0,13	0,684
Самосприйняття	0,55	0,14	0,852
Життєва філософія	0,56	0,17	0,845
Синергійність	0,56	0,16	0,653
Креатвність	0,56	0,18	0,982

Отримані дані свідчать про те, що рівень розвитку різних компонентів психологічної зрілості у досліджуваної вибірки є досить високим. Коефіцієнти Кронбаха для більшості шкал перевищують 0.7, що свідчить про їхню високу внутрішню узгодженість та надійність. Узагальнюючи саме результати варто відмітити, що респондентам є притаманна глибинність переживань (67%), відповідальність (63%), толерантність (49%), контактність (45%), автономність (43%), самосприйняття (43%). Це вказує на здатність опитуваних до глибокого

емоційного переживання, усвідомлення своїх обов'язків, прийняття інших людей, самостійності в судженнях, адекватної самооцінки, готовності нести відповідальність за свої вчинки та прийняті рішення. Разом з цим, для них не характерною є децентрація (18%), креативність (22%), синергійність (18%), що може свідчити про складність користуватися власним потенціалом, прагнення дотримуватись встановлених правил та норм, потребу бути більш стриманими, консервативними та обережними.

Наведені дані продемонстрували досить високий рівень розвитку різних компонентів психологічної зрілості у майбутніх поліцейських. Це свідчить про ефективність застосованих методів навчання. Однак для більш повної картини та виявлення потенційних шляхів удосконалення навчального процесу варто звернути увагу на міждисциплінарний аспект. Розвиток психологічної зрілості – це комплексний процес, який охоплює не лише знання з психології, але й інші сфери: правові дисципліни, соціологію, вогневу, тактику-спеціальну підготовку та ін.

Для повної реалізації потенціалу майбутніх правоохоронців та забезпечення їхньої готовності до ефективної роботи в складних умовах в подальшій професійній діяльності, необхідно розширити межі традиційного підходу до навчання. З огляду на отримані результати, пропонуємо розглянути наступні рекомендації для вдосконалення підготовки майбутніх поліцейських, з врахування досвіду Дніпровського державного університету внутрішніх справ (<https://dduvs.edu.ua/>):

- коригування змісту, форм і методів проведення лекційних, практичних, семінарських занять із загальних та спеціальних дисциплін, тому що саме у процесі вивчення спецкурсів у курсантів розвивається та формується когнітивний компонент та саме психологічна зрілість, як готовність до виконання поставлених задач. Досвідом університету є проведення бінарних

занять із залученням практиків представників Національної поліції, Департаменту внутрішньої безпеки, Конституційного суду та інших організацій, які діляться практичним досвідом та надають рекомендацій не лише курсантам, а і викладацькому складу щодо ефективних на зараз поліцейських заходів та методик;

- використання інтерактивних методів навчання: інтерактивна екскурсія, наприклад, до спеціальних закладів (ізолятори тимчасово тримання, адміністративні суди, відділи Custody Records та ін.); проведення занять на спеціальних навчальних полігонах (“Кімната дружня до дитини”, “Центр барнахуст”, “Катівня” тощо); аналіз конкретних професійно важливих ситуацій «Case-study»; ділові та рольові розігрування професійних проблемних ситуацій; створення фокус-груп для поглибленого занурення у проблеми та проведення тренінгів;

- спрямованості ознайомчої, навчальної та виробничої практики на зростання рівня професійної компетентності через послідовну участь у виконанні оперативно-службових завдань різного рівня складності та відповідальності (наприклад, від ознайомлення з документацією, участі в охороні громадського порядку до розслідування злочинів), з подальшим ґрунтовним аналізом не лише професійно-технічної сторони, а і власних реакцій, станів під час виконання професійних задач;

- активна участь у

волонтерській діяльності (донорство крові, відвідування та облаштування лікарень, допомога постраждалим та ветеранам, тощо), яка сприяє розвитку почуття соціальної відповідальності, емпатії та розуміння потреб інших людей. Взаємодія з різними групами населення, в свою чергу, допомагає відпрацювати навички ефективної комунікації, конфліктології та ведення переговорів, розвинути стійкість до стресу, підвищити адаптивність до нових умов та змін;

- стимулювання саморозвитку через самостійне вивчення психологічної літератури, відвідування онлайн-курсів та вебінарів, тренінгів з управління стресом, розвитку емоційного інтелекту, тайм-менеджменту та інших корисних навичок. А також участь у наукових гуртках та дослідницькій діяльності, що сприяє розвитку аналітичних здібностей, критичного мислення та здатності до самостійних досліджень, стимулює творче мислення та пошук нестандартних рішень.

Висновки. Формування психологічно зрілої особистості майбутнього поліцейського є

складним і багатограним процесом, який вимагає комплексного підходу. Окрім теоретичних знань та практичних навичок, важливу роль відіграє розвиток таких особистісних якостей, як емпатія, відповідальність, толерантність, стресостійкість, креативність та здатність до саморозвитку, як складових психологічної зрілості. Проведене дослідження підтвердило важливість розвитку психологічної зрілості у майбутніх поліцейських, саме через інтеграцію міждисциплінарних знань, активну участь у навчальних та позанавчальних заходах, а також надання психологічної підтримки сприяють формуванню необхідних навичок для ефективного виконання професійних обов'язків у складних умовах сучасності.

Результати дослідження можуть бути використані для розробки рекомендацій щодо вдосконалення навчальних програм у закладах вищої освіти МВС та створення ефективної системи підготовки кадрів, здатних виконувати завдання правоохоронних органів.

Список літератури

1. Баранова С. В. Особистісна зрілість та відповідальність: соціально-психологічний аспект: монографія / Світлана Баранова. Київ: Інтерконтиненталь-Україна, 2020. 364 с
2. Думко Н. В. Формування професійної зрілості майбутніх офіцерів патрульної служби в процесі фахової підготовки. Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня кандидата педагогічних наук 13.00.04 Теорія і методика професійної освіти. Одеса, 2021. 23с.
3. Мітченко К. В. Характеристики психологічної зрілості як soft-skill сучасної особистості. *Теоретичні основи корекційної педагогіки та освіти*. 2024. С. 58- 64.

4. Швець Д. В. Формування особистості поліцейського в умовах фахової підготовки та професійної діяльності: правові та психологічні аспекти. Forming a Police Officer's Personality in Terms of Professional Training and Professional Activity: Legal and Psychological Aspects. Дисс...доктора юридичних наук 19.00.06 Юридична психологія. Харків. 2019. 454 с.

PSYCHOLOGICAL MATURITY OF FUTURE POLICE OFFICERS: DEVELOPMENTAL TRAJECTORIES DURING TRAINING

Mitchenko Kateryna

***Annotation:** The article is devoted to the study of psychological maturity of future police officers in the context of their professional training. It is determined that psychological maturity is an important factor in successful professional activity, since police officers often face challenges that require emotional stability, a high level of self-regulation and the ability to make informed decisions in difficult situations and conditions. The components of psychological maturity, such as self-awareness, autonomy, life philosophy, creativity, contact, synergy, and decentralization, are empirically studied.*

Considerable attention is paid to how psychological support and training implemented during the study contribute to the increase of psychological maturity. In addition, the research examines the importance of developing communication skills, empathy and teamwork, which are an integral part of the successful professional activity of police officers in terms of effective investigation, service with firearms or the use of police measures.

The author emphasizes that the process of training future police officers should not only provide professional knowledge, but also form personal qualities that help to effectively perform their duties, taking into account the conditions of martial law or a state of emergency. As a result, recommendations are offered for the introduction of an interdisciplinary approach to training; stimulating self-development through independent study of psychological literature, attending online courses and webinars, trainings on stress management, development of emotional intelligence, time management and other useful skills; using interactive teaching methods; adjusting the content, forms and methods of lectures, practical and seminar classes in general and special disciplines; involvement in volunteer and scientific activities, etc. The results of the study demonstrate the importance of systematic psychological and pedagogical support for the successful formation of professional readiness and have practical implications for the development of effective training strategies for law enforcement agencies in Ukraine.

***Keywords:** psychological maturity, future police officers, personal development, education.*

References

1. Baranova S. V. Osobystisna zrilist ta vidpovidalnist: sotsialno-psikhologichnyi aspekt: monografiya [Personal maturity and responsibility: socio-psychological aspect: monograph] / Svitlana Baranova. Kyiv: Interkontinental-Ukraina, 2020. 364 s.
2. Dumko N. V. Formuvannya profesijnoi zrilosti maibutikh ofitseriv patrullnoi sluzhby v protsesi fakhovoi pidgotovky. Avtoreferat dysertatsii na zdobuttya naukovogo stupenya kandidata pedagogichnykh nauk [Formation of professional maturity of future patrol officers in the process of professional training. Autoreferat of dissertation for the degree of Candidate of Pedagogical Sciences] 13.00.04 Teoriya i metodyka profesijnoi osvity. Odesa, 2021. 23s.
3. Mitchenko K. V. Kharakterystyky psykholohichnoi zrilosti yak soft-skill suchasnoi osobystosti [Characteristics of psychological maturity as a soft skill of a modern individual]. Teoretychni osnovy korektsiinoi pedagogiky ta osvity. 2024. S. 58- 64.
4. Shvets D. V. Formuvannya osobystosti politseiyskoho v umovakh fakhovoi pidgotovky ta profesijnoi diyalnosti: pravovi ta psykholohichni aspekty [Formation of a police officer's personality in terms of professional training and professional activity: legal and psychological aspects]. Forming a Police Officer's Personality in Terms of Professional Training and Professional Activity: Legal and Psychological Aspects. Kharkiv. 2019. 454 p.

ТЕОРЕТИЧНІ ТА ПРАКТИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ З ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

УДК 159.9

DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4).11

РОЗВИТОК ПСИХОСОЦІАЛЬНОЇ СЛУЖБИ ОНКОКЛІНІКИ ЯК ВАЖЛИВА СКЛАДОВА ПРОЦЕСУ ЛІКУВАННЯ ТА РЕНАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ З ОНКОПАТОЛОГІЄЮ

Лапшова Наталя Сергіївна

кандидат психологічних наук, доцент

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2326-9008>

***Анотація.** Дана стаття присвячена проблематиці надання психосоціальної допомоги особам з онкопатологією в умовах воєнного часу в Україні. Наведені статистичні дані довоєнних канцер-реєстрів. Описано основні характеристики емоційного стану осіб з онкопатологією з урахуванням умов воєнних дій на території держави. У статті подано приклади практичного використання скринінгів емоційного стану, що є рекомендованими NCCN при роботі психологічного напрямку із дистресом пацієнтів з онкодіагнозом. Описано сучасний стан надання психосоціальної допомоги і підтримки в регіонах України. Також підкреслено важливість організації роботи даного напрямку як складової реалізації загальної програми підтримки ментального здоров'я українців під час війни, започаткованою першою леді Оленою Зеленською. Зазначено важливість організації роботи в онкоклініці в трьох основних напрямках: власне із пацієнтом, із його найближчим оточенням (сім'я, близькі) та із персоналом медустанови, що надає послуги лікування та реабілітації в онкології.*

Автором підкреслюється важливість та затребуваність розвитку онкорекреації в країні, а також створення на державному рівні в умовах онкологічних лікарень, центрів, клінік спеціалізованого відділення психосоціальної допомоги та підтримки, основним завданням якого стане психологічна, діагностична, корекційна, психопросвітницька робота та консультативна і практична соціально спрямована допомога.

Результати роботи за скринінгами емоційного стану пацієнтів стануть науковим доказом для підтримки інтеграції психологічної і соціальної допомоги в звичну і доступну допомогу при онкології. Після виявлення незадоволених потреб пацієнтів онкологічні заклади можуть надати відповідну психосоціальну підтримку для покращення якості життя. На цій основі планується проводити подальші інтервенційні дослідження психоонкології для осіб, хворих на рак, щоб розробити

комплексне лікування цієї патології та відповідні протоколи інтервенцій психологічної реабілітації в онкології. Отже, визначено основні напрямки подальших досліджень з метою формування протоколів психосоціальних інтервенцій в процесі лікування та реабілітації осіб з онкологією.

Ключові слова: емоційний стан, психоонкологічна реабілітація, онкологія, служба психосоціальної допомоги, психосоціальна підтримка.

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. З лютого 2024 року українські пацієнти з онкодіагнозом живуть в умовах двох війн – повномасштабної з ворогом та особистої – із тяжким захворюванням. Онкологічне захворювання - це фактор ризику, пов'язаний із загрозою здоров'ю та життю. Психологічний супровід має важливе значення в процесі лікування та реабілітації осіб з онкопатологією. На сьогодні в Україні залишається стигматизованою та мало розвиненою тема онкопсихологічної допомоги, супроводу та реабілітації пацієнтів з онкодіагнозом.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття.

Як правило, хвороба трапляється несподівано, тобто людина потрапляє в ситуацію гострого стресу: відчуває страх, шок, злість, розпач. Особливо деструктивними ці стани є на фоні довготривалого стресу, викликаного воєнними діями на території нашої країни. Вище перераховані стани, градація яких знаходиться вище показників норми є тригерами порушення якості життя, розуміння

та усвідомлення свого емоційного та фізичного стану, пошуку ресурсів подолання труднощів, боротьби за життя, бажання жити та можливості радіти. Тому в такій складній ситуації важливість психосоціальної допомоги є необхідним етапом у процесі лікування та подальшої реабілітації.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Реалізацією одного із практичних завдань вбачаємо, що саме розвиток служби психосоціальної допомоги особам з онкопатологією розширить можливості програми підтримки ментального здоров'я в країні «Ти як?», започаткованої під час повномасштабного вторгнення на територію України першою леді Оленою Зеленською.

Важливою науковою складовою вважаємо те, що, реалізуючи одне із напрямлень своєї діяльності (науковий напрямок), психосоціальна служба онкоклініки забезпечуватиме статистичну складову досліджень у розумінні впливу онкозахворювання на стан пацієнта та взаємовпливу психологічного стану пацієнта на процес лікування та відновлення.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор.

За даними Національного канцер-реєстру, рівень захворюваності населення України на злоякісні новоутворення впродовж десятиліття до 2020 року коливався неістотно.

У 2022 році виявили усього 93 тис. нових випадків раку. Це на 22,3% менше онкозахворювань, ніж у 2021-му. Близько 40 тис. людей померло. На жаль, з початком повномасштабного вторгнення у державних органів відсутня повна інформація про ситуацію із захворюваністю[4].

Під час війни люди не так часто проходили діагностику і зверталися за допомогою до онкологів, особливо це стосується окупованих та деокупованих територій.

Як зазначають у своїх дослідженнях Lindert, J., Sancassiani, F., Massa, E., and Nardi, A., що через різні причини, такі як діагностика раку та подальше протипухлинне лікування, більшість хворих на рак можуть страждати від різних психосоціальних проблем [3].

Ми повинні визнати, що з'ясування механізмів психосоціальних проблем є надзвичайно важливим для розробки точних протоколів втручання. Було показано, що емоційне самообслуговування, психологічний дистрес і страх перед рецидивом раку є важливими психологічними проблемами. під час лікування та реабілітації [2].

Особливо в період повідомлення діагнозу, безпосередньої зустрічі з ним, особистість опиняється сам на сам із

власними думками, страхами, тривогами, безпорадністю, панікою, пов'язаними з серйозним захворюванням, відчуває почуття покинутості напризволяще та самотності, робить самостійні спроби впоратися з отриманим діагнозом, що часто суб'єктивно сприймається нею як «вирок» [1].

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. На сьогодні ми маємо складну ситуацію в країні з наданням психосоціальної допомоги пацієнтам з онкопатологією, але можемо говорити, що дана допомога на зараз доступна у Національному інституті раку, де із 2021 року функціонує відділення психологічної допомоги [5], та у Подільському регіональному центрі онкології, в якому 2023 року була створено відділення психосоціальної допомоги та підтримки. За рахунок створення недержавних пацієнтських організацій та благодійних фондів, громадських організацій підтримки осіб, хворих на онкологію, мапа надання консультативної психологічної допомоги розширюється, але цього недостатньо, враховуючи кількість хворих на онкологію у інших областях та регіонах держави. Адже супроводжуюча психосоціальна допомога в умовах онкостаціонару функціонує лише в 1 обласному центрі та у столиці місті Києві.

Ефективна психологічна підтримка, супровід, втручання несе фундаментальну функцію щодо збереження Я-концепції осіб з

онкологією, які стикаються із психосоціальними проблемами та відчують понаднормове психоемоційне навантаження в умовах воєнних дій у нашій країні.

В ході клінічної практики щодо лікування тривоги, депресії та психосоціальної дисфункції, пов'язаної з розладами особистості та рисами характеру, які ускладнюють усі аспекти лікування раку, але особливо реабілітацію, виявлено, що психологічний стрес є поширеним явищем серед осіб хворих на рак, але його часто недооцінюють і не виявляють фахівці через брак часу та перевантаження клінічною роботою. Важкі та гострі форми дистресу та розлади особистості заважають лікуванню та реабілітації раку.

Існує два способи вибору протоколів втручання: перший полягає в проведенні оцінки існуючих втручань на основі доказів, а інший – у розробці нових протоколів втручання. З точки зору доцільності та економічності перевагу слід надавати першому, але специфічні умови воєнних часів вносять корективи щодо психосоціальної допомоги включно.

Важливо, аби по аналогії до вже створених центрів психологічного і соціального супроводу та реабілітації вибудовувалась робота в інших областях та регіонах України. У напрямку психології це робота діагностична, корекційна, психопросвітницька з усіма особами, хто є дотичним до процесу лікування: пацієнти, їх родичі, медичний персонал. Щодо

соціальної роботи, то це консультативна та практична допомога пацієнтам та їх родичам у сфері отримання соціальних гарантій та пільг від держави.

Індикатором та каталізатором психологічних змін під час захворювання є емоційні стани особистості, які вона намагається вербалізувати або іншим способом когнітивно означити [1].

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. У своїй клінічній практиці, використовуючи скринінги емоційного стану пацієнтів, імплементовані в роботу за протоколами лікування дистресу відповідно рекомендацій NCCN ми виявили, що застосування дистрестермометрів та робота в подальшому із списком наявних проблем, пошук ефективних варіантів дій, відповідних копінг-стратегій стало простим і ефективним інструментом роботи з пацієнтами, хворими на рак. За 6 місяців 2024 року психосоціальною службою ПРЦО було проведено 984 індивідуальні консультації пацієнтів за допомогою скринінгів емоційного стану, і 89 % пацієнтів – це 876 осіб суб'єктивно визначили користь та ефект у покращенні емоційного стану вже на момент завершення психологічної інтервенції.

Результати роботи за скринінгами емоційного стану пацієнтів стануть науковим доказом для підтримки інтеграції психологічної і соціальної допомоги в звичну і доступну допомогу при онкології. Після виявлення незадоволених потреб пацієнтів

онкологічні заклади можуть надати відповідну психосоціальну підтримку для покращення якості життя. На цій основі планується проводити подальші інтервенційні дослідження психоонкології для осіб, хворих на рак, щоб розробити комплексне лікування цієї патології та відповідні протоколи інтервенцій психологічної реабілітації в онкології.

Список літератури

1. Березко І.В. Специфіка дискурсивних технологій самопроекування особистості у кризових життєвих обставинах, які викликані онкологічним захворюванням. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2018. – Том. II: Психологічна герменевтика. – Випуск 11. – Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І.Франка. – С.99-113.
2. Cheatley, J., Aldea, A., Lerouge, A., Devaux, M., Vuik, S., Cecchini, M., et al. (2021). Tackling the cancer burden: the economic impact of primary prevention policies. *Mol. Oncol.* 15, 779–789. doi: 10.1002/1878-0261.12812
3. Lindert, J., Sancassiani, F., Massa, E., and Nardi, A. E. (2021). An overview of the international literature on health-related quality of life, mental health and psychosocial issues in people with cancer. *Clin. Pract. Epidemiol. Mental Health* 17, 253–256. doi: 10.2174/1745017902117010253
4. ВООЗ прогнозує зростання захворюваності на рак. Як знизити ризик розвитку онконедуги? | Центр громадського здоров'я. *Центр громадського здоров'я України | МОЗ*. URL: <https://phc.org.ua/news/vooz-prognozue-zrostannya-zakhvoryuvanosti-na-rak-yak-zniziti-rizik-rozvitku-onkonedugi> (дата звернення: 29.09.2024).
5. Відділення психологічної допомоги – Національний інститут раку. *Національний інститут раку – офіційний сайт*. URL: <https://unci.org.ua/department/viddilennya-psyhologichnoyi-dopomogy-2/> (дата звернення: 29.09.2024).

DEVELOPMENT OF THE PSYCHOLOGICAL SERVICE OF THE ONCOLOGY CLINIC AS AN IMPOTENT COMPONENT OF THE PROCESS OF TREATMENT AND REHABILITATION OF PEOPLE WITH ONCOLOGY

Lapshova Natalia

Annotation. This article is devoted to the problems of providing psychosocial assistance to persons with oncology in wartime conditions in Ukraine. Statistical data of pre-war cancer registers are given. The main characteristics of the emotional state of people with oncology are described, taking into account the conditions of military operations on the territory of the state. The article presents examples of the practical use of emotional state

screenings, which are recommended by the NCCN in the work of the psychological direction with the distress of patients with an oncodiagnosis. The current state of providing psychosocial assistance and support in the regions of Ukraine is described. The importance of organizing the work of this direction as a component of the implementation of the general program to support the mental health of Ukrainians during the war, initiated by the first lady Olena Zelenska, was also emphasized. The importance of the organization of work in the oncology clinic in three main directions is indicated: with the patient itself, with his immediate environment (family, relatives) and with the staff of the medical institution that provides treatment and rehabilitation services in oncology.

The author emphasizes the importance and demand for the development of cancer rehabilitation in the country, as well as the creation at the state level in the conditions of oncology hospitals, centers, clinics of a specialized department of psychosocial care and support, the main task of which will be psychological, diagnostic, correctional, psychoeducational work and consultative and practical socially oriented help.

The results of work on screenings of the emotional state of patients will become scientific evidence to support the integration of psychological and social care into the usual and affordable care in oncology. After identifying the unmet needs of patients, oncology facilities can provide appropriate psychosocial support to improve quality of life. On this basis, it is planned to conduct further interventional studies of psycho-oncology for people with cancer in order to develop a comprehensive treatment of this pathology and appropriate protocols for psychological rehabilitation interventions in oncology. So, the main directions of further research with the aim of forming protocols of psychosocial interventions in the process of treatment and rehabilitation of people with oncology have been determined.

Key words: emotional state, psycho-oncological rehabilitation, oncology, psychosocial assistance service, psychosocial support.

References

1. Berezko I.V. Spetsyfika dyskursyvnykh tekhnolohii samoproektuvannia osobystosti u kryzovykh zhyttievnykh obstavynakh, yaki vyklykani onkologichnym zakhvoriuvanniam [The specificity of discursive technologies of self-projection of the individual in crisis life circumstances caused by cancer]. Aktualni problemy psykholohii: Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy. – 2018. – Tom. II: Psykholohichna hermenevtyka. – Vypusk 11. – Zhytomyr : Vyd-voZhDU im. I.Franka. – S.99-113.
2. Cheatley, J., Aldea, A., Lerouge, A., Devaux, M., Vuik, S., Cecchini, M., et al. (2021). Tackling the cancer burden: the economic impact of primary prevention policies [Tackling the cancer burden: the economic impact of primary prevention policie]. *Mol. Oncol.* 15, 779–789. doi: 10.1002/1878-0261.12812
3. Lindert, J., Sancassiani, F., Massa, E., and Nardi, A. E. (2021). An

overview of the international literature on health-related quality of life, mental health and psychosocial issues in people with cancer [An overview of the international literature on health-related quality of life, mental health and psychosocial issues in people with cancer]. Clin. Pract. Epidemiol. Mental Health 17, 253–256. doi: 10.2174/1745017902117010253

4. VOOZ prohnozuie zrostannia zakhvoriuvanosti na rak. Yak znyzty ryzyk rozvytku onkoneduhy? [WHO predicts an increase in the incidence of cancer. How to reduce the risk of developing onconeduga?] | Tsentr hromadskoho zdorovia. Tsentr hromadskoho zdorovia Ukrainy | MOZ. URL: <https://phc.org.ua/news/vooz-prognozue-zrostannya-zakhvoryuvanosti-na-rak-yak-zniziti-rizik-rozvitku-onkonedugi> (data zvernennia: 29.09.2024).

5. Viddilennia psykholohichnoi dopomohy – Natsionalnyi instytut raku. Natsionalnyi instytut raku [Department of psychological care - National Cancer Institute] – ofitsiinyi sait. URL: <https://unci.org.ua/department/viddilennya-psyhologichnoyi-dopomogy-2/> (data zvernennia: 29.09.2024).

КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ

УДК 159.9

DOI: 10.31558/2786-8745.2024.1(4).12

ОСОБЛИВОСТІ ВИМУШЕНОЇ МІГРАЦІЇ ЯК ВИДУ ВТРАТИ

Короцінська Юлія Анатоліївна

старший викладач кафедри загальної та соціальної психології

Донецький національний університет імені Василя Стуса

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7273-3962>

Мисоченко Аліна Василівна

здобувачка 2 курсу СО Магістр

спеціальності 053 «Психологія» ОП «Реабілітаційна психологія»

Донецький національний університет імені Василя Стуса

***Анотація.** У статті розглянуті особливості психоемоційного стану осіб, які стикнулися з вимушеною міграцією під час війни, описано детермінанти ускладненої адаптації в процесі міграції, обґрунтовано реакції втрати та особливості їх перебігу в осіб, що переживають процес міграції, проаналізовано можливості покращення соціально-психологічної адаптації через розуміння процесу міграції як втрати.*

У процесі повномасштабної війни питання вимушеної міграції та соціально-психологічної адаптації набувають надзвичайної актуальності. За даними міжнародних організацій, мільйони людей в Україні були змушені покинути свої домівки. Внутрішня міграція та біженство спричиняють ускладнені адаптаційні процеси, оскільки більшість переселенців переживають переселення як втрату. Непередбачений характер міграції, спричинений травмуючими подіями, ускладнює адаптацію, а психологічна травма поглиблює цей процес.

Вимушена міграція — це не просто зміна місця проживання, а й втрата відчуття безпеки, соціокультурного середовища, а також близьких людей. Зміни, зокрема фізичні та соціальні, породжують тривогу, стрес і можуть призвести до психологічних проблем. Дослідники, такі як Л. Дідковська та А. Дідковський, характеризують еміграцію як екстремальну подію, що порушує звичне середовище та акультурацію.

Люди, які вимушено мігрують, часто стикаються з фазами горя, що включають заперечення, гнів, депресію та прийняття. Втрата значущого об'єкта, зокрема дому чи звичного способу життя, впливає на психологічний стан і може викликати посттравматичний стресовий розлад. Важливим чинником, що впливає на адаптацію, є підтримка соціального середовища, яке часто втрачається через міграцію.

Серед викликів, з якими стикаються переселенці, — відчуття провини

перед тими, хто залишився в небезпеці, а також небажання інтегруватися в нове середовище, що поглиблює ізоляцію. Перспективи досліджень полягають у розробці ефективних програм соціально-психологічної адаптації, які сприятимуть зниженню рівня стресу та підвищенню якості життя вимушених мігрантів.

Ключові слова: *соціально-психологічна адаптація, вимушена міграція, мігрант, втрата.*

Постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. У процесі повномасштабної війни особливо актуальними стають питання вимушеної міграції та способи покращення соціально-психологічної адаптації. За даними Міжнародної організації міграції (МОМ), фактична чисельність внутрішніх переселенців в Україні на квітень 2024 року складає 3,5 мільйона осіб, а за даними Управління Верховного комісара ООН з питань біженців (УВКБ ООН), на середину лютого 2024 року за кордоном України перебувало 6,4 мільйона біженців. Ці люди стикнулися не тільки з процесами адаптації в умовах міграції, більшість з них проживають зміну місця проживання як втрату. Оскільки така міграція не була спланована заздалегідь, вона була в результаті неочікуваних життєвих обставин, найчастіше відбувалася у процесі травмівного досвіду, то цей вимушений характер переселення ускладнює процеси адаптації [1]. Адже це зміна фізичного місця проживання, зміна соціокультурного середовища, побутові зміни, окреме проживання членів сім'ї чи навіть розірвання

сімейних зв'язків, втрата відчуття безпеки. До цього можуть додаватися майнові та фінансові втрати, проблеми зі здоров'ям (загострення хронічних хвороб чи поява нових на фоні стресу, в т.ч. невротичних реакцій та ПТСР), обнулення соціальних та професійних досягнень, підтримуючого соціального середовища (друзі, колеги, знайомі) тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор. У своїй монографії Л.Дідковська та А.Дідковський описують еміграцію як межову, лімінальну, проблемну, потенційно важку, екстремальну та критичну ситуацію в житті особистості та наголошують на ролі акультурації як елемента втрати звичного середовища, яке слугувало опорою [2].

Таким чином, вимушена міграція – це різка втрата, яка проходить різні етапи - від заперечення до знаходження нових сенсів у тому, що сталося. Горе – це реакція на втрату значущого об'єкта, частини ідентичності або очікуваного майбутнього [8]. Реакція на втрату значущого об'єкта – специфічний психічний процес, що

розвивається за своїми законами. Його сутність універсальна, незмінна та не залежить від того, що саме втратив суб'єкт. Переживання горя завжди протікає однаково, відрізняються тільки його тривалість та інтенсивність, які залежать від значущості втраченого об'єкта та особливостей людини, що горює [9]. Окрім того, в кожному окремо взятому випадку відіграє роль досвід попередніх втрачених подолання. Адже для частини осіб це може бути ретравматизація, що супроводжується регресивною поведінкою.

Проблемі вивчення психологічних станів і наслідків втрати присвячено дослідження таких українських і закордонних науковців, як: А.В. Андрющенко досліджував посттравматичний стресовий розлад у ситуаціях втрати екстраординарної значущості, Ф.Є. Василюк – переживання горя, В. Ворден – консультування і терапію горя, І.О. Опанасюк – психологічні особливості переживання втрати особистістю, Ю.М. Швалб – провину та почуття провини у структурі життєвих відносин особистості. Серед закордонних дослідників цій проблематиці присвятили свої роботи Е. Ліндемман, Е. Кюблер-Рос, В. Волкана, Дж. Боулбі, К. Паркес, Дж. Поллока та інші.

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується означена стаття. Неочікувані втрати, такі як вимушена міграція, порушують ілюзії контролю і безпеки, людина починає проявляти

опір до тієї реальності, яка є, тому процес роботи горя може «застрягати» на певній стадії синдрому втрати. Найчастіше такі зупинки відбуваються на гострій стадії, посилюються і зберігаються протягом тривалого часу симптоми, характерні для цього періоду, їх комплекс відповідає посттравматичного стресового розладу або іншому тривожному розладу [3].

Виклад основного матеріалу дослідження з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів. Перше завдання в роботі горя є визнання факту втрати. Коли відбувається вимушена міграція, нормальним вважається виникнення відчуття, що скоро життя вернеться назад. Тому першим завданням для людини, яка горює, є визнання факту втрати: життя змінилося і більше ніколи не буде таким, як було. Але часто саме на цьому етапі відбувається «зависання» [5].

На початку цього процесу важлива присутність близьких людей, які є поряд, які підтримують, з якими можна обговорити те, що сталося. Часто в умовах вимушеної міграції це може бути неможливо, бо людина опиняється в незнайомому колі людей. Також може бути додано почуття провини вцілілого: якщо людина безпечно евакуювалася і зараз знаходиться в безпеці, ймовірно, що вона переживає почуття провини перед тими, хто все ще знаходиться в небезпеці в Україні, перед тими, хто постраждав більше ніж вона, перед тими хто загинув. Відчуття провини щодо

того, що людина чогось не зробила, що могла б. Це заважає людині повноцінно «відгорювати» свою втрату [7].

У результаті звичайної міграції відбувається втрата значущих відносин, втрата звичайного життєвого устрою (роботи, статусу, стабільності), зміна способу буття – життєвого стилю, способу мислення, ставлення до себе, навколишньому світу. Якщо ж розглядати саме вимушену міграцію, то додаються ще й такі особливості: втрата рідної землі, невизначеність коли можна повернутися назад; втрата близьких людей (це не тільки дистанція з рідними і друзями, а й часто смерть близьких); втрата цінних важливих речей (цінні сімейні реліквії, домашні тварини тощо). При вимушеній міграції також відбувається втрата очікуваного майбутнього, що є особливо актуальним для підлітків, юнаків та осіб віку ранньої та середньої зрілості в силу їхнього продуктивного періоду.

Вимушені переселенці стикаються з відчуттям втраченого дому. Дім можна втратити фізично, через війну (зруйнований внаслідок бойових дій або перебуває під окупацією), або через внутрішній аспект – суб'єктивний страх, відчуття небезпеки: у такому випадку людина знає, що може повернутися у свій дім, але не переживає його відчуття так, як раніше, бо не може там жити старим життям, вже не може почуватися в безпеці. У разі фактичної втрати дому людина не просто втрачає його

образ, а важливий елемент своєї безпеки. Відчуття втрати дому схоже на відчуття втрати близької людини, розставання чи розлучення: людина втрачає когось або щось, що дуже важливе для неї. Незалежно від того, втрата фактична чи це відчуття втрати, людина може переживати горювання за відомою схемою: заперечення, гнів, торг, депресія, прийняття. У пошуках відчуття дому деякі продовжують змінювати місце перебування: переїжджають у нову квартиру, місто, країну. І це заважає адаптації. Люди прагнуть знову відчути безпеку, стабільність та зв'язок з землею, з родом, з тим життям, який був до вимушеного переселення. Психологічно людина частково ідентифікує себе зі своїм домом.

На думку вчених один з найважливіших чинників, які призводять до дезадаптації, - це опір до змін середовища [4]. Особливістю конфлікту в Україні є те, що багато біженців, згідно статистичних даних ООН (65% на лютий 2024-го року) мають надії повернутися назад. Це заважає адаптуватися на новому місці, проявляється ще більший опір змінам, і є очікування, що після повернення додому життя буде таким самим, як було, що неможливо. Тому проблемою є й те, що нинішні переселенці не завжди намагаються інтегруватися в «нове» суспільство, оволодіти мовою місця перебування, прийняти усталені в ньому традиції, звичаї, спосіб життя, культуру, навіть якщо йдеться про ту саму країну.

У нормі при адаптації на новому місці людина проходить 5

стадій: ейфорія, розчарування, орієнтація і пристосування, подолання депресії, активна діяльність [6]. Але при вимушеній міграції ці стадії залежатимуть від особових і психологічних особливостей людини. Залежно від гнучкості психіки, цілей, відношенню до нової країни до війни, відношенню до переїзду в іншу країну до війни, травматизації під час евакуації, в тому або іншому ступені проявляються ці стадії. При чому стадія ейфорії зазвичай зовсім виключена, зважаючи на шоківий стан.

Досвід біженців під час війни показує, що люди отримують декілька травм одночасно, що ускладнює процес адаптації. Перша травма — це те, що вимушеному переселенцю довелося пережити вдома, коли почалася війна. Друга травма пов'язана з етапом евакуації, небезпекою в дорозі, підвищеною загрозою для життя. І до цього додається не простий процес адаптації до нового місця розташування.

Узагальнюючи наведену вище інформацію, можна зробити висновок, що людина, яка стикнулася з вимушеною міграцією, що відбулася внаслідок травматичних подій, проходить процес горювання. Відчуття ізоляції, брак підтримки та

занепокоєння долею близьких, які залишилися в Україні, можуть посилити почуття відчуженості та самотності. Труднощі в інтеграції: очікування повернення на батьківщину може сприяти пасивній адаптації людей до зовнішніх умов, але водночас може перешкоджати повному прийняттю нового середовища. Це може призвести до небажання адаптуватися, вивчати мову або активно взаємодіяти з новою культурною спільнотою, інтегруватися в нове соціокультурне середовище.

Висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Незавершена робота скорботи: якщо переселенці сподіваються повернутися додому, вони можуть відкладати або уникати процесу скорботи, що супроводжує втрату колишньої життєвої реальності. Це може призвести до психологічних проблем і завадити здоровій адаптації. Результати цієї роботи планується покласти в основу розробки програми покращення соціально-психологічної адаптації в умовах вимушеної міграції. Перспективами подальших досліджень вбачаємо пошук та створення ефективних засобів корекції адаптації вимушених мігрантів та зменшення симптоматики горювання.

Список літератури

1. Внутрішньо переміщені особи: від подолання перешкод до стратегії успіху: монографія / за ред. О. Ф. Новікової, О. І. Амоши, В. П. Антонюк. Київ: Інститут промисловості НАН України, 2016. 448 с.
2. Дідковська Л., Дідковський А. Соціально-культурна адаптація в міграції. Частина перша. Львів: Растр-7, 2024. 448 с.

3. Марута Н.О., Панько Т.В. Клініко-психопатологічна структура та психопатологічні особливості розладів адаптації у внутрішньо переміщених осіб [Електронний ресурс]. Режим доступу : URL : <https://health-ua.com/article/74690-klmkopsihopatologchna-struktura--tapsihopatologchn-osoblivost-rozladv-adapt>.

4. Міхеєва О., Серєда В. Сучасні українські внутрішньо переміщені особи: основні причини, стратегії переселення та проблеми адаптації. Стратегії трансформації і превенції прикордонних конфліктів в Україні: зб. Аналіт. матеріалів. Львів: Галицька видавнича спілка, 2015. 461 с.

5. Неймейр Р. Терапія горя. Київ: Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, 2021. 259 с.

6. Слюсаревський М.М., Блінова О.Є. Психологія міграції. Кіровоград: ТОВ «Імекс ЛТД», 2013. 244 с.

7. Швалб Ю.М. Провина та почуття провини у структурі життєвих відносин особистості. Актуальні дослідження у сучасній вітчизняній екстремальній та кризовій психології: монографія / за заг. ред. В.П.Садкового, О.В.Тімченка. Харків : Вид-во НУЦЗУ. 2017. С. 63–81.

8. Bowlby J. Attachment and loss: loss, sadness, and depression (Vol. II). New York: Basic Books, 1980. 357 p.

9. Lindemann E. Beyond Grief: Studies in Crisis Intervention. Jason Aronson, Inc., 1979. 298 p.

PECULIARITIES OF FORCED MIGRATION AS A TYPE OF LOSS

**Korotsinska Yuliia
Misochenko Alina**

***Abstract.** The article deals with the peculiarities of the psycho-emotional state of persons who faced forced migration during the war, describes the determinants of complicated adaptation in the process of migration, substantiates the reactions of loss and the peculiarities of their course in persons experiencing the process of migration, analyzes the possibilities of improving socio-psychological adaptation through understanding the process of migration as a loss.*

In the course of a full-scale war, the issues of forced migration and social and psychological adaptation become extremely urgent. According to international organizations, millions of people in Ukraine were forced to leave their homes. Internal migration and refugees cause complicated adaptation processes, as most displaced people experience displacement as a loss. The unpredictable nature of migration caused by traumatic events complicates adaptation, and psychological trauma deepens this process.

Forced migration is not just a change of place of residence, but also the

loss of a sense of security, socio-cultural environment, as well as loved ones. Changes, especially physical and social, create anxiety, stress and can lead to psychological problems. Researchers such as L. Didkovska and A. Didkovskii characterize emigration as an extreme event that disrupts the usual environment and acculturation.

People who are forced to migrate often experience phases of grief that include denial, anger, depression, and acceptance. The loss of a significant object, in particular a home or a usual way of life, affects the psychological state and can cause post-traumatic stress disorder. An important factor influencing adaptation is the support of the social environment, which is often lost due to migration.

Among the challenges displaced people face is a sense of guilt towards those who remain in danger, as well as a reluctance to integrate into the new environment, which deepens isolation. The prospects of research consist in the development of effective programs of social and psychological adaptation, which will help reduce the level of stress and increase the quality of life of forced migrants.

Keywords: *socio-psychological adaptation, forced migration, migrant, loss.*

References

1. Vnutrishno peremishcheni osoby: vid podolannia pereshkod do stratehii uspikhu: monohrafiia [Internally displaced persons: from overcoming obstacles to success strategies]/ za red. O. F. Novikovoi, O. I. Amoshy, V. P. Antoniuk. Kyiv: Instytut promyslovosti NAN Ukrainy, 2016. 448 s.
2. Didkovska L., Didkovskiyi A. Sotsialno-kulturna adaptatsiia v mihratsii [Socio-cultural adaptation in migration]. Chastyna persha. Lviv:Rastr-7, 2024. 448 s.
3. Maruta N.O., Panko T.V. Kliniko-psykhopatolohichna struktura ta psykhopatolohichni osoblyvosti rozladiv adaptatsii u vnutrishno peremishchenykh osib [Clinical and psychopathological structure and psychopathological features of adaptation disorders in internally displaced persons]. Rezhym dostupu : URL : <https://health-ua.com/article/74690-klkopsihopatologchna-struktura--tapsihopatologchn-osoblivost-rozladv-adapt>.
4. Mikheieva O., Sereda V. Suchasni ukraïnski vnutrishno peremishcheni osoby: osnovni prychny, stratehii pereselennia ta problemy adaptatsii. Stratehii transformatsii i preventsii prykordonnykh konfliktiv v Ukraini [Modern Ukrainian internally displaced persons: main causes, resettlement strategies and problems of adaptation. Strategies of transformation and prevention of border conflicts in Ukraine]: zb. Analit. materialiv. Lviv: Halytska vydavnycha spilka, 2015. 461 s.
5. Neimeir R. Terapiia horia [Grief therapy]. Kyiv: Instytut psykhologhii im. H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy, 2021. 259 s.
6. Sliusarevskiyi M.M., Blinova O.Ie. Psykhologhiia mihratsii [Psychology of migration]. Kirovohrad: TOV «Imeks LTD», 2013. 244 s.

7. Shvalb Yu.M. Provyna ta pochuttia provyny u strukturі zhyttievykh vidnosyn osobystosti. Aktualni doslidzhennia u suchasniі vitchyznianiі ekstremalniі ta kryzovii psykhologii: monohrafiia [Guilt and guilt feelings in the structure of personality's life relations. Current research in modern national extreme and crisis psychology] / za zah. red. V.P.Sadkovoho, O.V.Timchenka. Kharkiv : Vyd-vo NUTsZU. 2017. С. 63–81.

8. Bowlby J. Attachment and loss: loss, sadness, and depression (Vol. II). New York: Basic Books, 1980. 357 p.

9. Lindemann E. Beyond Grief: Studies in Crisis Intervention. Jason Aronson, Inc., 1979. 298 p.

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ

Афанасьєва Наталя Євгенівна - старший викладач сектору психології Харківського національного педагогічного університету ім. Г. С. Сковороди, доцент кафедри психології та педагогіки Харківського національного університету внутрішніх справ доцент кафедри психології діяльності в особливих умовах професор кафедри психології Донецького національного університету ім. Василя Стуса; ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3341-1845> ; E-mail: Afanaseva_Natali@ukr.net

Васюк Катерина Миколаївна - кандидат психологічних наук, доцент; доцент кафедри кризової та клінічної психології; Донецький національний університет імені Василя Стуса; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6734-4612>; тел. +380668038571; E-mail: K.vasuk@donnu.edu.ua; м. Вінниця, Нова Пошта, Відділення № 20

Гресько Інна Миколаївна - асистент кафедри кризової та клінічної психології; Навчально-науковий інститут психології Донецького національного університету імені Василя Стуса; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6642-6651>; тел. +380982785928; E-mail: innagres@gmail.com; Вінниця, Нова пошта, Відділення № 23

Короцінська Юлія Анатоліївна - старший викладач кафедри загальної та соціальної психології; ДонНУ імені В.Стуса; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7273-3962>; тел. +380671467254; E-mail: juliakorotsinskaya@gmail.com

Лапшова Наталя Сергіївна - кандидат психологічних наук, клінічний і соціальний психолог; тел. +380673095535; E-mail: n.lapshova@donnu.edu.ua

Лось Максим Віталійович – магістр спеціальності 053 «Реабілітаційна психологія»; Донецький національний університет ім. Василя Стуса; тел. +380975843855; E-mail: los.m@donnu.edu.ua; м. Вінниця, Нова Пошта, Відділення 12

Марківська Олена Сергіївна - аспірант; спеціальність 053 «Психологія»; Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського»; тел. +380674314587 E-mail: elena742310@icloud.com; м. Вінниця, Нова пошта, Відділення № 26

Матохнюк Людмила Олександрівна – доктор психологічних наук, професор; професор кафедри загальної та соціальної психології; Донецький

національний університет ім. Василя Стуса; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6316-2352>; Researcher ID WoS: ААО-8930-2020; Scopus ID: 57221806770; Гугл Академія: <http://surl.li/mjkzxc>; тел.+380677863874; E-mail: l.matokhniuk@donnu.edu.ua; Lyda1974@gmail.com; м. Вінниця, Нова пошта, Відділення №26.

Мисоченко Аліна Василівна - студент; 053 "Психологія"; ФОП; тел. +380959448488; E-mail: alinavkava@gmail.com; м. Вінниця, Нова пошта, Відділення №9

Мітченко Катерина Вікторівна – аспірант 2 курсу Криворізького державного педагогічного університету; 053 "Психологія"; Старший викладач кафедри психології, соціології та педагогіки ФПФПКП НПУ; Робота - Дніпровський державний університет внутрішніх справ, навчання - Криворізький державний педагогічний університет; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-0609-3423>; Researcher ID WoS: <https://www.researchgate.net/profile/KaterynaMitchenko/stats>; Scopus ID: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=58795147500>; тел. +380671976012; E-mail: ps.k.mitchenko@gmail.com; м. Дніпро, Нова пошта, Відділення 168

Оверчук Вікторія Анатоліївна - доктор економічних наук, кандидат психологічних наук, професор, професор в.о. директора навчально-наукового інституту психології; Донецький національний університет імені Василя Стуса; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7744-9346>; ResearcherID Web of Science: ААУ-4666-202; Scopus Author ID: [57220080361](https://orcid.org/0000-0002-7744-9346); Гугл Академія: <http://surl.li/vlnerm>; тел. +380678501180; E-mail: v.overchuk@donnu.edu.ua

Пахомов Ілля Володимирович - старший викладач кафедри педагогіки, психології та менеджменту Білоцерківський інститут неперервної професійної освіти ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України; ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6101-9384>

Савлук Юлія Михайлівна - здобувач третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти спеціальність «Психологія»; Білоцерківський інститут неперервної професійної освіти ДЗВО «Університет менеджменту освіти» НАПН України

Сидоренко Жанна В'ячеславівна - кандидат психологічних наук; доцент; доцент кафедри загальної та соціальної психології; Донецький національний університет імені Василя Стуса; ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2251-8233>; тел. +380975843855; E-mail: sidorenkozanna5@gmail.com; м. Вінниця. Нова Пошта, Відділення 12

Торба Наталія Григорівна - кандидатка психологічних наук, доцентка; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5187-111>

Черкашина Ірина Валеріївна - магістр; спеціальність 053 «Психологія»; Донецький національний університет імені Василя Стуса; тел. +380632952489; E-mail: ichirva84@gmail.com

Шель Наталія Василівна - кандидат психологічних наук, доцент; Доцент кафедри загальної та соціальної психології; Донецький національний університет імені Василя Стуса; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5965-5288>; тел. +380962106575; E-mail: nataliaperegoncuk@gmail.com; м. Вінниця, Нова пошта, Відділення 13

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Afanasieva Natalia Yevhenivna Yevgenivna - senior lecturer of the psychology department of Kharkiv National Pedagogical University named after G. S. Skovorody, associate professor of the Department of Psychology and Pedagogy of the Kharkiv National University of Internal Affairs, associate professor of the Department of Psychology of Activities in Special Conditions, professor of the Department of Psychology of the Donetsk National University named after Vasyl Stus; ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3341-1845>; E-mail: Afanaseva_Natali@ukr.net

Vasuk Katerina Mykolaivna - candidate of psychological sciences, associate professor; Associate Professor of the Department of Crisis and Clinical Psychology; Vasyl Stus Donetsk National University; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6734-4612>; tel. +380668038571; E-mail: K.vasuk@donnu.edu.ua; Vinnytsia, Nova Poshta, Branch №. 20

Hresko Inna Mykolaivna - assistant professor of crisis and clinical psychology department; Educational and Scientific Institute of Psychology of the Vasyl Stus Donetsk National University; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6642-6651>; tel. +380982785928; E-mail: innagres@gmail.com; Vinnytsia, Nova Poshta, Branch №. 23

Korotsinska Yuliia Anatoliivna - senior lecturer of the department of general and social psychology; DonNU named after V. Stus; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7273-3962>; tel. +380671467254; E-mail: juliakorotsinskaya@gmail.com

Lapshova Natalia Sergiyivna - candidate of psychological sciences, clinical and social psychologist; tel. +380673095535; E-mail: n.lapshova@donnu.edu.ua

Los Maksym Vitaliyovych - master of specialty 053 "Rehabilitation psychology"; Donetsk National University named after Vasyl Stus; tel. +380975843855; E-mail: los.m@donnu.edu.ua; Vinnytsia, Nova Poshta, Branch № 12

Markivska Olena Serhiivna - graduate student; specialty 053 "Psychology"; State institution "Southern Ukrainian National Pedagogical University named after K. D. Ushinsky"; tel. +380674314587 E-mail: elena742310@icloud.com; Vinnytsia, Nova Poshta, Branch № 26

Matokhniuk Liudmyla Oleksandrivna - doctor of psychological sciences, professor; professor of the department of general and social psychology;

Donetsk National University named after Vasyl Stus; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-6316-2352>; Researcher ID WoS: AAO-8930-2020; Scopus ID: 57221806770; Google Academy: <http://surl.li/mjkzxc>; phone +380677863874; E-mail: l.matokhniuk@donnu.edu.ua; Lyda1974@gmail.com; Vinnytsia, Nova poshta, Branch №26.

Misochenko Alina Vasylivna - student; 053 "Psychology"; FOP; tel. +380959448488; E-mail: alinavkava@gmail.com; Vinnytsia, Nova poshta, Branch №9

Mitchenko Kateryna Viktorivna - 2nd year graduate student of Kryvyi Rih State Pedagogical University; 053 "Psychology"; Senior teacher of the Department of Psychology, Sociology and Pedagogy of the FPFKP NPU; Work - Dnipro State University of Internal Affairs, studies - Kryvyi Rih State Pedagogical University; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-06093423>; Researcher ID WoS: <https://www.researchgate.net/profile/KaterynaMitchenko/stats>; Scopus ID: <https://www.scopus.com/authid/detail.uri?authorId=58795147500>; tel. +380671976012; E-mail: ps.k.mitchenko@gmail.com; Dnipro, Nova Poshta, Branch № 168

Overchuk Victoriia Anatolyivna - doctor of economics, candidate of psychological sciences, professor, acting professor Director of the Educational and Scientific Institute of Psychology; Vasyl Stus Donetsk National University; ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-7744-9346>; ResearcherID Web of Science: AAY-4666-202; Scopus Author ID: 57220080361; Google Academy: <http://surl.li/vlnerm>; tel. +380678501180; E-mail: v.overchuk@donnu.edu.ua

Pakhomov Ilya Volodymyrovych - senior lecturer of the Department of Pedagogy, Psychology and Management, Belotserkiv Institute of Continuing Professional Education, DZVO "University of Education Management" of the National Academy of Sciences of Ukraine; ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6101-9384>

Savluk Yuliya Mykhailivna - graduate of the third (educational and scientific) level of higher education, specialty "Psychology"; Belotserkiv Institute of Continuing Professional Education "University of Education Management" of the National Academy of Sciences of Ukraine

Sydorenko Zhanna Vyacheslavivna - candidate of psychological sciences; docent; Associate Professor of the Department of General and Social Psychology; Vasyl Stus Donetsk National University; ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2251-8233>; tel. +380975843855; E-mail: sidorenkozanna5@gmail.com; Vinnytsia. Nova Poshta, Branch № 12

Torba Nataliya Hryhorivna - candidate of psychological sciences, associate professor; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5187-111>

Cherkashyna Iryna Valeriivna - master's degree; specialty 053 "Psychology"; Vasyl Stus Donetsk National University; tel. +380632952489; E-mail: ichirva84@gmail.com

Schell Nataliia Vasylivna - candidate of psychological sciences, associate professor; Associate Professor of the Department of General and Social Psychology; Vasyl Stus Donetsk National University; ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5965-5288>; tel. +380962106575; E-mail: nataliaperegoncuk@gmail.com; Vinnytsia, Nova Poshta, Branch № 13

Шановні автори!

Щиро дякую за вашу неоціненну працю та вагомий внесок у розвиток науки. Ваші наукові статті, які є результатом багаторічних досліджень, ретельного аналізу та кропіткої роботи, безумовно, сприяють не лише поглибленню знань у конкретній галузі, але й загальному прогресу науки. Ваша здатність виявляти важливі проблеми, формулювати гіпотези та доводити їх на основі емпіричних даних є відображенням високого рівня професіоналізму, компетентності та відданості справі.

Окрему подяку хочу висловити за вашу відкритість до співпраці та обміну знаннями. У сучасному світі наука неможлива без колаборацій та постійного діалогу між дослідниками, а ваш внесок у цей процес є надзвичайно цінним. Завдяки вам наукова спільнота отримує нові ідеї, які стають основою для подальших досліджень та інновацій. Ваша робота не тільки відповідає найвищим стандартам наукової діяльності, але й надихає молодих науковців на пошук нових знань та творчий підхід до вирішення актуальних проблем.

Ваші дослідження допомагають нам краще розуміти світ, знаходити нові шляхи вирішення складних задач та робити наше життя кращим. Вони є важливим джерелом для подальших наукових пошуків і розвитку різних галузей знань. Ваші публікації стимулюють до розвитку, змушують замислитися над важливими питаннями та відкривають нові горизонти для наукового аналізу.

Сподіваюся, що ваша наукова діяльність буде й надалі так само плідною та успішною, а ваші статті залишатимуться орієнтиром для колег та науковців усього світу. Дякую вам за ваш внесок у розвиток науки, за ваші відкриття, які наближають нас до розуміння складних явищ та процесів, та за вашу відданість, яка є прикладом для всіх нас. Ваша праця заслуговує на найвищу оцінку, і ми висловлюємо вам глибоку вдячність за всі ваші зусилля на благо науки.

З повагою та найкращими побажаннями!

ТЕМАТИЧНІ НАПРЯМКИ

СЕРІЇ «ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ»:

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ СУЧАСНОЇ ЛЮДИНИ

ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЇ НАВЧАННЯ
ТА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ В ОСВІТІ

ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ПСИХОЛОГІЧНОГО
СУПРОВОДУ ОСОБИСТОСТІ

ПСИХОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ
ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

ЛЮДИНА І СУСПІЛЬСТВО:
ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ВЗАЄМОДІЇ

СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ В МЕДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ
ТА ПСИХОЛОГІЇ ЗДОРОВ'Я

ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

СУЧАСНІ ДОСЛІДЖЕННЯ
В ГАЛУЗІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ СУЧАСНОЇ СІМ'Ї ТА ШЛЮБУ

ПРОБЛЕМИ ГЕНДЕРНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

ТЕОРЕТИЧНІ ТА ПРАКТИЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ
З ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ

ПСИХОЛОГІЯ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ

КРИЗОВА ПСИХОЛОГІЯ

ПСИХОЛОГІЯ ЗАЛЕЖНОЇ ПОВЕДІНКИ

Наукове видання

ВІСНИК
ДОНЕЦЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТУСА

Серія
ПСИХОЛГІЧНІ НАУКИ

Випуск 1(4)

Головний редактор
проф. Вікторія Оверчук

Комп'ютерна верстка
Кристина Стеценко

*Підписано до друку 1.03.2023 р.
Формат 70×100/16. Папір офсетний.
Друк цифровий.
Гарнітура Times New Roman
Умов. друк. арк. 9,75.
Тираж 200 прим. Зам. № 639.*

*Віддруковано у друкарні
Центр оперативного друку
«Документ Принт»
на замовлення видавництва
ФОП Кушнір Юлія Володимирівна,
свідоцтво про реєстрацію суб'єкта видавничої
справи ДК №5909 від 21.12.2017 р.
м. Вінниця, вул. Академіка Янгеля, 4, 1-й поверх, оф. 114.
Тел. 067 390 20 88, admin@docuprint.co.u*