

ISSN 2311-8458

НАУКОВИЙ ВІСНИК

ЛЬВІВСЬКОГО
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Серія психологічна

Випуск 1



Видавничий дім
«Гельветика»
2024

УДК 159.9(05)
НЗ4

Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна: збірник наукових праць / головний редактор З.Я. Ковальчук. Львів: ЛьвДУВС, 2024. Вип. 1. 100 с.

Виходить двічі на рік.

Засновник – Львівський державний університет внутрішніх справ.

Реєстрація суб'єкта у сфері друкованих медіа: Рішення Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення № 1191 від 11.04.2024 року.

Рекомендовано Вченою радою Львівського державного університету внутрішніх справ до друку та розміщення в електронних сервісах ЛьвДУВС (протокол від 26 червня 2024 р. № 14).

На підставі Наказу Міністерства освіти і науки України № 491 від 27 квітня 2023 року (додаток 3) збірник включено до Переліку наукових фахових видань України категорії «Б» у галузі психологічних наук (053 – Психологія).

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

Ковальчук Зоряна Ярославівна, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри теоретичної психології Інституту управління, психології та безпеки, Львівський державний університет внутрішніх справ – головний редактор.

Богуслав Стелсер (Bogusław Stelcer), кандидат наук, психолог, доцент кафедри харчування та дієтології факультету браматології та харчування, Природничий університет у Познані, Польща.

Заверуха Ольга Ярославівна, кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри філософії та педагогіки, Львівський національний університет ветеринарної медицини та біотехнологій імені С.З. Гжицького.

Католик Галина Вікторівна, доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри практичної психології, Інститут управління, психології та безпеки Львівського державного університету внутрішніх справ.

Кузьо Любов Іванівна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри іноземних мов та культури фахового мовлення факультету № 2 ІПФПНП, Львівський державний університет внутрішніх справ.

Лялюк Галина Миколаївна, доктор педагогічних наук, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри теоретичної психології, Львівський державний університет внутрішніх справ.

Угрин Ольга Георгіївна, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри теоретичної психології, Львівський державний університет внутрішніх справ.

У публікаціях висвітлено результати психологічних досліджень,
здійснених фахівцями у теоретичних і практичних напрямках.

У статтях висловлено позицію авторів, яку не завжди підтримує редакційна колегія.

За достовірність фактів, статистичних даних, точність викладеного матеріалу відповідають автори
і рецензенти. Під час передруку матеріалів посилання
на Науковий вісник обов'язкове.

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

Офіційний сайт видання: <https://journals.lvduvs.lviv.ua/index.php/psychology>

УДК 159.923.2:316.6

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-1>**Агарков Олег Анатолійович,**

доктор політичних наук, професор,
професор кафедри психології,
Дніпровський гуманітарний університет,
вулиця Василя Сліпака, 35 А, Дніпро, 49033, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0735-3226>

Буканов Григорій Миколайович,

доктор наук з державного управління, професор,
професор кафедри права,
Дніпровський гуманітарний університет,
вулиця Василя Сліпака, 35 А, Дніпро, 49033, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5398-5953>

КОНСТРУКТИВНА ПСИХОЛОГІЧНА ВЗАЄМОДІЯ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ

У статті конструктивна психологічна взаємодія розглядається як процес взаємодії між людьми, що базується на позитивних психологічних аспектах, таких як емоційна інтелігентність, ефективна комунікація, відкритість до нового, а також вміння вирішувати конфлікти та приймати спільні рішення.

Психологічний аспект конструктивної соціальної взаємодії глибоко переплітається з емоційним інтелектом. Це відображається у здатності розуміти, відчувати та ефективно керувати власними емоціями, а також у здатності сприймати та враховувати емоції інших людей. Регуляція емоцій – це один важливий аспект емоційного інтелекту, який має велике значення для конструктивної психологічної взаємодії. Здатність контролювати свої емоції допомагає уникати спонтанних реакцій та конфліктів, а замість цього зосереджувати увагу на побудові позитивних та продуктивних відносин з оточуючими. Здатність до співпраці є також ключовим елементом конструктивної комунікації. Вона передбачає готовність працювати разом з іншими людьми для досягнення спільних цілей, а також вміння вирішувати конфлікти та розв'язувати проблеми шляхом спільних зусиль.

Позитивна самооцінка відіграє значущу роль у психологічному аспекті конструктивної психологічної взаємодії. Вона передбачає віру у власні можливості та відкритість до нового, що сприяє побудові здорових та взаємопідтримуючих відносин з іншими людьми. Розв'язання конфліктів за допомогою компромісу, пошуку спільних рішень та вирішення конфліктів без агресії є важливими елементами психологічного аспекту конструктивної психологічної взаємодії. Вони сприяють збереженню та підтримці позитивних відносин з іншими людьми, а також побудові сприятливого середовища для спілкування та співпраці. Вміння взаємодіяти з людьми в цифровому просторі та ефективно управляти онлайн-відносинами стає все більш важливим аспектом буття індивіда.

Ключові слова: конструктивна взаємодія, психологічний аспект, емоційний інтелект, навички комунікації, позитивна самооцінка, розв'язання конфліктів.

Aharkov Oleh, Bukanov Hryhorii. Constructive psychological interaction: theoretical aspect

The article considers constructive psychological interaction as a process of interaction between people based on positive psychological aspects, such as emotional intelligence, effective communication, openness to new things, as well as the ability to resolve conflicts and make joint decisions.

The psychological aspect of constructive social interaction is deeply intertwined with emotional intelligence. This is reflected in the ability to understand, feel and effectively manage one's own emotions, as well as the ability to perceive and consider the emotions of other people. Regulation of emotions is another important aspect of emotional intelligence, which is of great importance for constructive psychological interaction. The ability to control your emotions helps you avoid spontaneous reactions and conflicts, and instead focus on building positive and productive relationships with others. The ability to cooperate is also a key element of constructive communication. It involves the willingness to work together with other people to achieve common goals, as well as the ability to resolve conflicts and solve problems through joint efforts.

Positive self-esteem plays a significant role in the psychological aspect of constructive psychological interaction. It involves faith in one's own abilities and openness to new things, which helps to build healthy and mutually supportive relationships with other people. Resolving conflicts through compromise, finding common solutions, and resolving conflicts without aggression are important elements of the psychological aspect of constructive psychological interaction. They contribute to the preservation and maintenance of positive relations with other people, as well as to the construction of a favorable environment for communication and cooperation. The ability to interact with people in the digital space and effectively manage online relationships is becoming an increasingly important aspect of being an individual.

Key words: *constructive interaction, psychological aspect, emotional intelligence, communication skills, positive self-esteem, conflict resolution.*

Вступ. Актуальність теми полягає тому, що в сучасному світі важко переоцінити важливість соціальної взаємодії, яка представляє собою не лише частину соціального середовища, але є змістовним елементом успішної адаптації та функціонування особистості в соціумі. В результаті переживанням наслідків світової пандемією COVID-19 значна кількість індивідів зазнала відчуття соціальної ізоляції, покинутості, збільшення соціальної дистанції, навіть між близькими людьми.

В цьому зв'язку слід згадати дослідження, яке було проведене Х. Кім та А. Фролак. За результатами цього дослідження було виявлено негативний вплив соціальної взаємодії на добробут і загальну впевненість населення Західної Європи та США під час пандемії COVID-19. Також зафіксовано той факт, що інтенсивна соціальна взаємодія в умовах надзвичайно нової та невизначеної кризи може мати негативні наслідки для психічного здоров'я та поведінки. У більшості випадки комунікація стосувалася обговорення питань, пов'язаних саме з пандемією COVID-19 і супроводжувалась погіршенням самопочуття та зниженням загальної впевненості індивідів [1].

Це ще в більшій мірі активувало важливість дослідження саме конструктивної психологічної взаємодії для збереження ментального здоров'я та підтримки емоційного благополуччя індивідів. У світі, який стає все більш глобальним, міжкультурна комунікація стає нормою. Вміння ефективно взаємодіяти з представниками різних культур та менталітетів є необхідністю для досягнення гармонійного співіснування.

Зараз у період війни в Україні міжособистісні відносини зазнають значної напруги

та випробувань. Конструктивна соціальна взаємодія в цьому аспекті є важливою для збереження міжособистісного спокою, розуміння позицій інших та уникнення конфліктів. Уміння спілкуватися конструктивно може бути важливим інструментом в процесі психологічної реабілітації для тих, хто пережив воєнні травми або втрати. Створення сприятливого середовища для взаємодії та підтримки може допомогти військовим та цивільному населенню в подоланні стресу та травм.

Конструктивна соціальна взаємодія є ключовим елементом у будівництві мирного суспільства після війни. Розуміння, толерантність та співпраця між групами індивідів є важливими для відновлення національного єднання та побудови стійкого миру. Учасники війни та їхні родини зазнають психологічного та емоційного стресу. Конструктивна соціальна взаємодія може забезпечити необхідну підтримку та взаєморозуміння, щоб допомогти їм подолати ці випробування.

Тобто, в контексті війни в Україні, конструктивна соціальна взаємодія може стати важливим інструментом для збереження міжособистісного спокою, реалізації психологічної реабілітації, та формування національного примирення.

Проблематикою конструктивної психологічної взаємодії у своїх працях займалися наступні науковці: Х. Кім та А. Фролак [1], Н. Чатер, Х. Зейтун та Т. Мельконян [2], П. Лопес, М. Бракетт [3], Дж. Маєр, П. Саловей [5], С. Дейндам, А. Карреман, Й. Денолет, Н. Куппер [9], А. Цекайте, К. Домей, О. Лефебр, К. Максай, Ю. Нікос, С. Зараї [11] та інші. Проте, системного підходу до дослі-

дження конструктивної психологічної взаємодії в науці не сформовано.

Матеріали та методи. Для розкриття зазначеної у статті теми було використано інтегративний метод, що передбачає мультидисциплінарний підхід, а саме застосування знань психології, соціології, філософії та інших соціально-гуманітарних наук.

Результати дослідження. Н. Чатер, Х. Зейтун та Т. Мельконян наголошують на тому, що соціальна взаємодія є всюдисущою та центральною для розуміння людської поведінки. Вони стверджують, що така взаємодія залежить від спільного наміру: сторони повинні сформувати спільне розуміння неоднозначної взаємодії [2, с. 415–437].

Для розкриття змістовної складової конструктивної психологічної взаємодії слід надати визначення цьому поняттю. Конструктивна психологічна взаємодія – це процес взаємодії між людьми, що базується на позитивних психологічних аспектах, таких як емоційна інтелігентність, ефективна комунікація, відкритість до нового, а також вміння вирішувати конфлікти та приймати спільні рішення. Таке розуміння спрямоване на створення позитивних міжособистісних відносин, дає змогу вирішити проблеми та конфлікти шляхом співпраці із використанням навичок емпатії, а також сприяє загальному благополуччю та розвитку учасників взаємодії.

Психологічний аспект конструктивної соціальної взаємодії глибоко переплітається з емоційним інтелектом. Це відображається у здатності розуміти, відчувати та ефективно керувати власними емоціями, а також у здатності сприймати та враховувати емоції інших людей. П. Лопес, М. Бракетт стверджують, що після проведення двох досліджень було виявлено позитивний зв'язок між здатністю до керування емоціями та якістю взаємодії. Автори припускають, що розвиток кращого розуміння стратегій управління емоціями може сприяти підвищенню якості взаємодій [3, с. 1018–1034].

Розуміння власних емоцій є важливим елементом конструктивної психологічної взаємодії, оскільки воно дозволяє індивідам усвідомити,

яким чином емоції індивіда впливають на сприйняття та взаємодію з іншими індивідами. Емоції – це взаємодія зі світом соціальних відносин, що постійно змінюється. Існують три соціальні контексти формування емоцій, які вбудовані один в одного: розгортання емоцій у взаємодії, взаємне формування емоцій і стосунків, а також формування емоцій на рівні широкого культурного контексту [4, с. 221–229].

Емпатія, у свою чергу, є ключовим аспектом емоційного інтелекту. Вона проявляється у здатності відчувати та розуміти емоції інших людей. Це дозволяє індивідам ставитися до інших з повагою та розумінням, що сприяє побудові позитивних міжособистісних відносин. Дж. Маєр, П. Саловей, одні із засновників концепції емоційного інтелекту, стверджують, що конструкція емоційного інтелекту розуміється як здатність / уміння сприймати емоції, оцінювати, розуміти, керувати ними, використовувати емоції для організації думок і ефективного вирішення проблемних ситуацій, що може сприяти інтелектуальному та емоційному зростанню [5].

Позитивна кореляція між емоційним інтелектом та конструктивною соціальною взаємодією проявляється через соціальну підтримку. Міжособистісні стосунки є складними конструктом, що складається з багатьох емоційних відтінків та аспектів соціальної підтримки протягом життя людини.

П. Саловей, Дж. Майер, Д. Карузо наголошують на тому, що існує позитивна кореляція між конструктом емоційного інтелекту, та сприйняттям соціальної підтримки, і відносно низька кореляція між конструктом емоційного інтелекту, та міжособистісним спілкуванням. Цей підхід підтверджує прогностичну достовірність емпіричних досліджень, які наголошують на тому, що компетенції та навички емоційного інтелекту можуть визначати якість взаємодії, точніше рівень соціальної підтримки учасників у різних контекстах і вимірах/модальності стосунків (друзі, сім'я). Також за результатами досліджень встановлено, що чим більша здатність оцінювати та виражати емоції, тим вище оцінка соціаль-

ної підтримки серед індивідів. Індивіди, які більше схильні сприймати та розуміти емоційну інформацію під час повсякденної взаємодії, більше задоволені взаємодією, а також схильні сприймати більшу соціальну підтримку [6, с. 159–171].

П. Саловей, Дж. Майер, Р. Страус, виходячи з висновків власних досліджень, вказують на те, що індивіди, які володіють навичками емоційного інтелекту на високому рівні, мають тенденцію повідомляти про більшу соціальну підтримку, чи то з боку сім'ї, друзів чи інших осіб, які мають особливе значення в їхньому житті. У цьому контексті розпізнання, оцінка, регулювання/управління емоціями та відповідне використання емоцій розглядаються як базові навички та компетенції для забезпечення високої якості взаємодії, успішного спілкування, соціальної динаміки тощо [7, с. 641–658].

Високі показники управління емоціями позитивно корелюють з якістю взаємодії на рівні дружби. Надалі залишається невирішеною проблема, яким чином можливо навчити/виховувати індивідів бути інтелектуальними в емоційному плані, і як індивідам бути продуктивними членами суспільства [8, с. 57–63].

Регуляція емоцій – ще один важливий аспект емоційного інтелекту, який має велике значення для конструктивної психологічної взаємодії. Здатність контролювати свої емоції допомагає уникати спонтанних реакцій та конфліктів, а замість цього зосереджувати увагу на побудові позитивних та продуктивних відносин з оточуючими. Крім того, регуляція емоцій дозволяє знаходити способи виразу власних почуттів таким чином, щоб вони були сприйняті конструктивно іншими індивідами, сприяючи спільному розвитку та зміцненню взаєморозуміння.

Соціальне гальмування може бути пов'язане з індивідуальними відмінностями в регуляції емоцій. Механізми зв'язку регуляції емоцій із соціальним гальмуванням майже невідомі. С. Дейндам, А. Карреман, Й. Денолет, Н. Куппер у своєму дослідженні перевірили, як соціальне гальмування пов'язане з емоційними, симпатичними та парасимпа-

тичними реакціями під час смутку та під час використання стратегій регулювання емоцій. На думку науковців, під час смутку соціальне гальмування не було пов'язане з емоційною реакцією, але соціальне гальмування було пов'язане з притупленою реакцією парасимпатичної системи. Це, на думку дослідників, може свідчити про збільшення алостатичного навантаження і може сприяти ризику для здоров'я, який пов'язаний зі стресом. Фізіологічні реакції на спроби регулювання емоцій не залежали від соціального гальмування [9, с. 62–72].

П. Лопес, Дж. Незлек, Н. Екстромера, Ж. Гертель, П. Фернандес-Беррокаль, А. Шутц, П. Саловей підкреслюють важливість оцінки емоційних ситуацій та визначення ефективних відповідей на них у міжособистісній регуляції емоцій. Крім того, науковці припускають, що ситуаційне судження та гнучкий вибір відповіді можуть допомогти людям керувати конфліктами більше, ніж налагоджувати зв'язки з іншими. Навчання індивідів оцінювати емоційно складні ситуації та визначати ефективні способи їх вирішення може підвищити їх здатність ефективно взаємодіяти з іншими та запобігати непотрібним конфліктам. Цей тип навчання може сприяти якості міжособистісних стосунків, оскільки доповнює навчання, зосереджене на регуляції внутрішніх емоцій. Важливим є поєднання навчання, яке передбачає застосування інтелекту в емоційно складних ситуаціях, із навчанням, спрямованим на те, щоб допомогти індивідам конструювати та виражати позитивні емоції, щоб посилити зв'язки та позитивні стосунки з іншими [10, с. 429–467].

А. Цекайте, К. Домей, О. Лефебр, К. Максай, Ю. Нікос, С. Зараї досліджуючи психологічний аспект конструктивної взаємодії доходять до висновку про те, що він включає в себе навички комунікації. Ефективна комунікація, на думку науковців, є ключем до побудови здорових та гармонійних відносин з іншими людьми. Це передбачає не лише здатність чітко висловлювати свої думки і почуття, але й вміння активно слухати співрозмовника та бути готовим до співпраці [11].

Чітке висловлювання думок і почуттів дозволяє індивідам чітко та зрозуміло передавати іншим індивідам ідеї та потреби, що сприяє уникненню непорозуміння та конфліктів. Крім того, активне слухання є важливою частиною ефективної комунікації, оскільки це дозволяє індивідам почути та зрозуміти погляди, почуття та потреби інших людей, підвищуючи рівень емпатії та розуміння.

Здатність до співпраці є також ключовим елементом конструктивної комунікації. Вона передбачає готовність працювати разом з іншими людьми для досягнення спільних цілей, а також вміння вирішувати конфлікти та розв'язувати проблеми шляхом спільних зусиль. Співпраця сприяє побудові довірливих відносин та взаєморозуміння, що робить взаємодію індивідів з іншими індивідами більш продуктивною та приємною.

Позитивна самооцінка відіграє значущу роль у психологічному аспекті конструктивної психологічної взаємодії. Вона передбачає віру у власні можливості та відкритість до нового, що сприяє побудові здорових та взаємодіючих відносин з іншими людьми.

Індивіди мають фундаментальну потребу у приналежності, яка спонукає їх шукати взаємодію з близькими людьми. Індивіди, яким вдається задовольнити цю потребу, мають вищу самооцінку. Це припущення було перевірено на трьох ієрархічних рівнях: інтраіндивідуальному, міжіндивідуальному та міжнародному. На інтраіндивідуальному рівні якість зв'язку та взаємодія між кількістю та якістю виявилися важливими предикторами щоденних коливань самооцінки. Перехресний аналіз показав, що цей зв'язок принаймні частково пов'язаний із впливом соціальної інтеграції на зміни в самооцінці. На міжіндивідуальному рівні індивіди, які загалом повідомляли про більш якісні стосунки, також мали вищий рівень самооцінки. На міжнародному рівні, громадяни країн, які регулярно спілкуються з друзями, характеризуються вищим загальнонаціональним рівнем самооцінки [12, с. 181–96].

Віра у власні можливості дозволяє індивідам відчувати себе впевнено та компе-

тентно у соціальних ситуаціях. Коли індивід має віру у власні здібності, він більш вільно виражає свої думки та почуття, а також активно приймає участь у спілкуванні та спільній активності. Це сприяє підвищенню самооцінки та впевненості індивіда, що в свою чергу позитивно впливає на взаємодію з іншими людьми.

Відкритість до нового також є важливою складовою позитивної самооцінки. Коли індивіди відкриті до нових ідей, досвіду та можливостей, вони набувають навички гнучкості та адаптивності у спілкуванні з іншими індивідами. Це допомагає індивідам розширювати їх кругозір, розвивати нові навички та вміння, а також збагачує спілкування.

Отже, позитивна самооцінка, що включає в себе віру у власні можливості та відкритість до нового, є важливим фактором, що визначає психологічний аспект конструктивної соціальної взаємодії. Вона сприяє побудові відносин на основі взаємної поваги, впевненості та відкритості, що в свою чергу сприяє позитивному розвитку та збереженню міжособистісних відносин.

Розв'язання конфліктів є ключовим елементом психологічного аспекту конструктивної соціальної взаємодії. Уміння ефективно вирішувати конфлікти сприяє збереженню та підтримці здорових відносин з іншими людьми, а також розвитку позитивного середовища для спілкування та співпраці. Одним з методів розв'язання конфліктів є компроміс. Він передбачає, що кожна сторона готова зробити певні поступки, щоб досягти взаємоприйнятного рішення. Компроміс дозволяє знайти «золоту середину» між різними точками зору та потребами, забезпечуючи задоволення обох сторін. Пошук спільних рішень є ще одним важливим підходом до розв'язання конфліктів. Цей підхід передбачає співпрацю сторін з метою пошуку таких рішень, які враховують і відповідають потребам обох сторін. Він ґрунтується на взаємній довірі, відкритості та вмінні слухати та розуміти погляди іншої сторони.

Крім того, вирішення конфліктів без агресії є важливою складовою конструктивної

соціальної взаємодії. Це передбачає здатність контролювати свої емоції та висловлювати свої потреби та думки без використання агресивних методів. Замість цього, вирішення конфліктів без агресії передбачає використання конструктивних методів комунікації та пошуку взаєморозуміння.

Цікавим є в цьому контексті гендерний аспект. Х. Сехріш, А.Мухаммад, Х. Вакар провели дослідження, яке було спрямовано на вивчення ролі управління конфліктами, соціальної підтримки серед студентів університету. Результати показали, що соціальна підтримка не була істотно пов'язана зі стилями управління конфліктами. Студентки університету отримували більшу соціальну підтримку, ніж студенти-чоловіки. Рекомендації за результатами дослідження можливо сформулювати наступним чином, як чоловіки, так і жінки можуть отримати однакову користь від втручання, спрямованого на вирішення конфліктів; жінки можуть отримати більше користі, звернувшись за соціальною підтримкою [13, с. 356–366].

Отже, розв'язання конфліктів за допомогою компромісу, пошуку спільних рішень та вирішення конфліктів без агресії є важливими елементами психологічного аспекту конструктивної психологічної взаємодії. Вони сприяють збереженню та підтримці позитивних відносин з іншими людьми, а також побудові сприятливого середовища для спілкування та співпраці.

У робочому середовищі конструктивна психологічна взаємодія є основою для ефективної співпраці та досягнення спільних цілей. Це включає в себе вміння вислухати інших колег, відкрито обговорювати питання та ділитися ідеями, а також розв'язання конфліктів шляхом пошуку компромісу та спільних рішень. Конструктивна взаємодія на роботі сприяє покращенню робочої атмосфери, збільшенню продуктивності та створенню команди, яка працює як єдине ціле. У взаємодії із сім'єю і друзями конструктивна соціальна взаємодія має важливе значення для підтримки здорових та гармонійних відносин. Це означає вміння вислухати та розуміти

почуття та потреби близьких, виражати свої думки та почуття з повагою та відкритістю, а також вирішувати конфлікти без насильства чи агресії. Конструктивна взаємодія з сім'єю та друзями сприяє зміцненню взаєморозуміння, підтримці емоційного благополуччя та створенню позитивного соціального оточення.

Ще одним питанням, яке слід описати – вплив інформаційних технологій на соціальну взаємодія. За останні десятиліття технології та соціальні мережі радикально змінили спосіб, яким здійснюється спілкування. Вміння взаємодіяти з людьми в цифровому просторі та ефективно управляти онлайн-відносинами стає все більш важливим аспектом буття індивіда. Принаймні з останнього десятиліття соціальні психологи зацікавилися вивченням взаємодій, яка опосередковуються сучасними технологіями, такими як Інтернет. Взаємодія, опосередкована комп'ютером, відрізняється від традиційної взаємодії віч-на-віч. Одним з аспектів, який привернув багато уваги, є те, що взаємодії, опосередковані комп'ютером, мають більший потенціал для анонімності. Ключова відмінність між взаємодією, опосередкованою комп'ютером, і взаємодією віч-на-віч, полягає в тому, що взаємодія, опосередкована комп'ютером, має набагато більше можливостей для обговорення. У той час як у багатьох особистих взаємодіях поведінка індивіда та реакція на інших мають бути негайними, і, отже, автоматичні процеси відіграють велику роль, взаємодії з комп'ютером дають набагато більше можливостей для відстрочених відповідей, а отже, осмисленого планування того, щоб досягти індивідуальних цілей у взаємодії [14, с. 84–107].

Висновки. Отже, конструктивна психологічна взаємодія є важливим елементом для підтримки здорових та позитивних відносин у різних сферах життя індивідів. Вона сприяє покращенню робочого середовища, зміцненню зв'язків з близькими та друзями, а також мирному вирішенню конфліктів, що дає можливість підтримувати гармонію та спокій.

Список використаних джерел:

1. Kim H. and Florack A. When Social Interaction Backfires: Frequent Social Interaction During the COVID-19 Pandemic Is Associated With Decreased Well-Being and Higher Panic Buying. *Front. Psychol.* 2021. № 12.
2. Chater N., Zeitoun H., and Melkonyan T. The Paradox of Social Interaction: Shared Intentionality, We-Reasoning, and Virtual Bargaining *Psychol Rev.* 2022 Apr. № 129(3). P. 415–437.
3. Lopes P., Brackett M., Nezlek J. and Astrid Schütz M. Emotional Intelligence and Social Interaction *PSPB.* 2004. Vol. 30. No. 8. P. 1018–1034.
4. Boiger M., Mesquita B. The Construction of Emotion in Interactions, Relationships, and Cultures *Emotion Review.* 2012. Vol. 4, No. 3. P. 221–229.
5. Mayer J. D., Salovey P. What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implication.* 1997. P. 3–34.
6. Salovey P., Mayer J. D., Caruso D. The positive psychology of emotional intelligence. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* Oxford University Press. 2002. P. 159–171.
7. Lopes N. P., Salovey P., Straus R. Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual differences.* 2003. № 35. P. 641–658.
8. Metaj – Macula A. Emotional Intelligence, Its Relation with Social Interaction and Perceived Social Support European. *Journal of Social Sciences Education and Research.* 2017. Vol.10, Nr. 2. P. 57–63.
9. Duijndam S., Karreman A., Denollet J., Kupper N. Emotion regulation in social interaction: Physiological and emotional responses associated with social inhibition. *International Journal of Psychophysiology.* 2020. Volume 158. P. 62–72.
10. Lopes P., Nezlek J., Extremera N., Hertel J. Emotion Regulation and the Quality of Social Interaction: Does the Ability to Evaluate Emotional Situations and Identify Effective Responses Matter? *Journal of Personality.* 2011. № 79(2). P. 429–467.
11. Cekaite A., Domeij K., Lefebvre A., Macsay K., Nyikos J., Zaray S. Evaluating communication skills in social interaction. 2022.
12. Denissen J., Penke L., Schmitt D., Aken M. Self-Esteem Reactions to Social Interactions: Evidence for Sociometer Mechanisms Across Days, People, and Nations. *Journal of Personality and Social Psychology.* 2008. № 95(1). P. 181–96.
13. Sehrish H., Muhammad A., Waqar H. The Relationship between Conflict Management, Social Support among University Students *Academic Research International.* 2015. Vol. 6(2). P. 356–366.
14. Abele S. Social interaction in cyberspace: Social construction with few constraints. In Z. Birchmeier, B. Dietz-Uhler, & G. Stasser (Eds.), *Strategic uses of social technology: An interactive perspective of social psychology* Cambridge University Press. 2011. P. 84–107.

References:

1. Kim, H., & Florack, A. (2021). When Social Interaction Backfires: Frequent Social Interaction During the COVID-19 Pandemic Is Associated With Decreased Well-Being and Higher Panic Buying. *Front. Psychol.* № 12.
2. Chater, N., Zeitoun, H., & Melkonyan, T. (2022). The Paradox of Social Interaction: Shared Intentionality, We-Reasoning, and Virtual Bargaining *Psychol Rev.* Apr. № 129(3). P. 415–437.
3. Lopes, P., Brackett, M., Nezlek, J., & Schütz, A. (2004). Emotional Intelligence and Social Interaction *PSPB.* Vol. 30. No. 8. P. 1018–1034.
4. Boiger, M., & Mesquita, B. (2012). The Construction of Emotion in Interactions, Relationships, and Cultures *Emotion Review.* Vol. 4, No. 3. P. 221–229.
5. Mayer, J.D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implication.* P. 3–34.
6. Salovey, P., Mayer, J.D., & Caruso, D. (2002). The positive psychology of emotional intelligence. In C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of positive psychology* Oxford University Press. P. 159–171.
7. Lopes, N. P., Salovey, P., & Straus, R. (2003). Emotional intelligence, personality, and the perceived quality of social relationships. *Personality and Individual differences.* № 35. P. 641–658.
8. Metaj – Macula, A. (2017). Emotional Intelligence, Its Relation with Social Interaction and Perceived Social Support European *Journal of Social Sciences Education and Research.* Vol.10, Nr. 2. P. 57–63.
9. Duijndam, S., Karreman A., Denollet J., & Kupper, N. (2020). Emotion regulation in social interaction: Physiological and emotional responses associated with social inhibition. *International Journal of Psychophysiology.* Volume 158. P. 62–72.

10. Lopes, P., Nezlek J., Extremera, N., & Hertel, J. (2011). Emotion Regulation and the Quality of Social Interaction: Does the Ability to Evaluate Emotional Situations and Identify Effective Responses Matter? *Journal of Personality*. № 79(2). P. 429–467.
11. Cekaite, A., Domeij K., Lefebvre A., Macsay, K., Nyikos, J., & Zaray, S. (2022). Evaluating communication skills in social interaction.
12. Denissen, J., Penke, L., Schmitt, D., & Aken, M. (2008). Self-Esteem Reactions to Social Interactions: Evidence for Sociometer Mechanisms Across Days, People, and Nations. *Journal of Personality and Social Psychology*. № 95(1). P. 181–96.
13. Sehrish, H., Muhammad, A., & Waqar, H. (2015). The Relationship between Conflict Management, Social Support among University Students *Academic Research International*. Vol. 6(2). P. 356–366.
14. Abele, S. (2011). Social interaction in cyberspace: Social construction with few constraints. In Z. Birchmeier, B. Dietz-Uhler, & G. Stasser (Eds.), *Strategic uses of social technology: An interactive perspective of social psychology* Cambridge University Press. P. 84–107.

УДК 159.9: 378. 351

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-2>**Борисюк Ольга Миколаївна,**

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри теоретичної психології,
Львівський державний університет внутрішніх справ,
вулиця Городоцька, 26, Львів, 79000, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2337-4489>

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЙНОГО КОМПОНЕНТУ УПРАВЛІНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ПОЛІЦІЇ

Статтю присвячено емпіричному дослідженню мотиваційного компонента управлінської компетентності майбутніх офіцерів Національної поліції України (далі – НПУ). Мотиваційний компонент охоплює мотиви, цілі, потреби, ціннісні установки актуалізації в управлінській компетентності. Він зумовлений важливістю позитивної мотивації до професійної управлінської діяльності офіцера поліції. В результаті аналізу методів психології та методик психодіагностики визначено особливості емпіричного дослідження мотиваційного компонента майбутніх офіцерів поліції: домінування внутрішніх стосовно професійної діяльності мотивів, наявність чіткої тенденції прагнення до успіху, інтерес до професійної діяльності (методика «Діагностика професійної мотивації») та вираженість власного бажання здійснювати управлінську діяльність, наявність чітко сформованих цілей та способів їхнього досягнення (анкета «Мотиви професійної управлінської діяльності»). Представлено результати описової статистики, порівняльного та кореляційного аналізу отриманих емпіричних даних щодо психологічних особливостей розвитку мотиваційного компонента управлінської компетентності майбутніх та діючих офіцерів. З'ясовано, що професійна мотивація курсантів та поліцейських знаходяться на середньому рівні та є децю вищою у курсантів. Виявлено, що мотиваційні реакції курсантів на I-му курсі є найвищими, далі спостерігаються незначні тенденції щодо їх зниження. Внаслідок цього, рівень професійних домагань та зацікавленість до професійної діяльності також знижується. За результатами кореляції зроблено висновок про те, що наявність у курсантів високої професійної мотивації буде підвищувати їхню здатність до управління собою та іншими. Визначено перспективи подальших досліджень щодо розробки тренінгової програми спрямованої на розвиток мотиваційного компонента управлінської компетентності майбутніх офіцерів НПУ.

Ключові слова: мотиваційний компонент; управлінська компетентність; професійна мотивація; мотиви професійної діяльності, майбутній офіцер поліції.

Borysiuk Olha. Psychological features of the motivational component of managerial competence of future police officers

The article is devoted to an empirical study of the motivational component of managerial competence of future officers of the National Police of Ukraine (hereinafter referred to as the NPU). The motivational component includes motives, goals, needs, value systems of actualization in managerial competence. It is due to the importance of positive motivation for the professional management activities of a police officer. As a result of the analysis of psychological methods and psychodiagnostic techniques, the features of the empirical study of the motivational component of future police officers were determined: the dominance of internal motives in relation to professional activity, the presence of a clear tendency to strive for success, interest in professional activity (the "Diagnostics of Professional Motivation" method) and the expression of one's own desire carry out management activities, the presence of clearly formed goals and ways to achieve them ("Motives of professional activity" questionnaire). The results of descriptive statistics, comparative and correlation analysis of the obtained empirical data on the psychological characteristics of the development of the motivational component of the managerial competence of future and current officers are presented. It was found that the professional motivation of cadets and police officers is at an average level and is slightly higher among cadets. It was revealed that the motivational reactions of cadets in the 1st year are the highest, then there are slight trends of their decrease. As a result, the level of professional aspirations and interest in professional activities also decreases. Based on the correlation results, it was concluded that the presence of high professional motivation among cadets will increase their ability to manage themselves and others. The prospects for further study on

the development of a training program aimed at developing the motivational component of the managerial competence of future NPU officers are identified.

Key words: *motivational component; managerial competence; professional motivation; professional activity motives, future police officer.*

Вступ. Професійна діяльність офіцера Національної поліції України (далі – НПУ), який повинен організувати власну діяльність і діяльність підлеглих, допомогти колегам і громадянам, які потребують допомоги, вимагає високого рівня сформованості у офіцера поліції мотиваційного компоненту управлінської компетентності, який проявляється у готовності до вирішення професійних завдань різної складності та здійснення управління процесом виконання поставлених службових завдань.

Мотивація як рушійна сила поведінки відіграє велику роль у процесі формування особистості полісмена, його прагненні до професійної самоактуалізації в управлінській сфері, сформованості інтересів до професії та усвідомлення її суспільного значення. Мотивація надає професійній діяльності офіцера поліції спрямованість, осмисленість, динамічність та ефективність. Тому актуальним і важливим для підвищення ефективності управлінської діяльності правоохоронної системи є вивчення мотивів праці майбутніх офіцерів поліції та налагодження успішного процесу управління їхньою професійною мотивацією. Отже, проблема розвитку мотиваційного компоненту управлінської компетентності у майбутніх офіцерів поліції є одним із основних завдань, що стоять перед сучасними ЗВО МВС України під час підготовки курсантів до професійної діяльності.

Проблема мотивації до професійної діяльності у представників різних небезпечних професій, в тому числі й правоохоронців, досліджувались в роботах таких вчених: В. Андросюка, М. Ануфрієва, О. Бандурки, В. Барко, С. Бочарової, В. Васильєва, Л. Казміренка, В. Клячко, Є. Клубова, Д. Кобзіна, П. Макаренка, А. Москаленка, Г. Попової, О. Цільмак, С. І. Яковенка.

В. Осьодло, О. Сафін, О. Тімченко розглядають мотивацію як процес, що постійно

розвивається трансформується, має в своїй динаміці «підйоми» та «спади» впливу на професійну діяльність, свою інтенсивність, стійкість, емоційне забарвлення. Це породжує необхідність вивчення динаміки професійної мотивації, що впливає на результати професійної діяльності [1; 2].

Більшість сучасних дослідників (О. Добрянський, М. Томчук, Л. Матохнюк та інші) мотив у психології розуміють як внутрішнє спонукання до діяльності, пов'язане із задоволенням потреб суб'єкта її виконання. Виділяють мотиви зовнішні і внутрішні. Внутрішня мотивація – це мотивація, рушійною силою якої є не зовнішні впливи (стимули, підкріплення), а щось зсередини самої людини, пов'язана з самим змістом діяльності. Тобто, внутрішня мотивація – це прагнення виконати певну діяльність заради самого процесу діяльності, відчуття задоволення та радості від цієї активності, а не для одержання винагороди чи внаслідок зовнішніх вимог. Зовнішня мотивація – це спонукання або примушування щось робити зовнішніми для людини обставинами або стимулами [2].

Управлінська діяльність офіцерів НПУ у більшості випадків є полімотивованою, тобто вона визначається не одним мотивом, а їх сукупністю.

При всій різноманітності наукових праць та підходів необхідно відзначити, що спеціальних досліджень на визначення рівня професійної мотивації, домінуючих мотивів та розвитку мотиваційного компоненту управлінської компетентності у майбутніх офіцерів поліції з урахуванням специфіки у системі МВС ще не проводилося.

Метою статті є емпіричне дослідження мотиваційного компоненту управлінської компетентності у майбутніх офіцерів НПУ; визначення їхньої професійної мотивації та домінуючих мотивів, які впливають на ефективність управлінської діяльності майбутнього офіцера поліції.

Матеріали та методи. У запропонованій нами структурі управлінської компетентності майбутніх офіцерів НПУ мотиваційний компонент відображає мотиваційні зусилля, потреби успішно виконати поставлену задачу, бажання якнайкраще виконати управлінську діяльність, прагнення досягнути успіху й показати себе з кращої сторони, почуття обов'язку і відповідальності, високий рівні професійної спрямованості, потреби у самовдосконаленні, самопізнанні.

Мотиваційний компонент (сукупність мотивів – «Я хочу») – це сукупність мотивів, адекватних цілям і завданням управлінської діяльності майбутнього поліцейського, а також цілей, потреб, ціннісних установок актуалізації в управлінській компетентності. Він зумовлений важливістю позитивної мотивації до професійної управлінської діяльності офіцера поліції, яка є важливою складовою його професійної спрямованості.

Мотиваційний компонент характеризується активним прагненням поліцейського до пізнання, спілкування, самовизначення; самовдосконалення, підвищення власної управлінської компетентності, особистісного зростання; прагненням до найбільш повної самореалізації саме в даній діяльності; професійно значущими потребами кар'єрного зростання; підвищенням соціального статусу; бажанням соціальної й правової захищеності; бажанням матеріально-фінансової стабільності; розвинутими ціннісними орієнтаціями; сформованими соціальними установками щодо управлінської діяльності; прагненням до професійних досягнень [3; 4].

Для дослідження управлінської компетентності майбутніх офіцерів поліції нами застосовані наступні методики: методика «Діагностика професійної мотивації» В.І. Осьодла; анкета на визначення професійних мотивів розроблена на основі анкети В. І. Осьодла; тест «Локус контролю» О. Г. Ксенофонтової; методика «Стильові особливості саморегуляції поведінки (ССП-98)» В.І. Моросанової, Є.М. Коноз; тест «Аналіз своїх обмежень «Ви самі» К. Вудкок, Д. Френсіс; управлінські завдання розроблені

на основі методики «Виробничі ситуації» А.А. Єршова; опитувальник «Знаходження кількісного вираження рівня самооцінки» (за С.А. Будасі); Фрайбурзький багатофакторний особистісний опитувальник FPI (форма В); методика «Діагностика рівня розвитку рефлексивності» А.В. Карпова [5].

У подальшому викладенні матеріалу необхідним є аналіз існуючих методів та методик, які використовувались для емпіричного дослідження мотиваційного компоненту управлінської компетентності майбутніх офіцерів НПУ.

Для визначення особливостей професійної мотивації у майбутніх офіцерів поліції ми користувалися методикою «Професійна мотивація» В. Осьодла, яка дозволяє визначати такі показники мотиваційної сфери: оцінка результатів праці (ОРП), професійні домагання (ПД), інтернальність у сфері професійних досягнень (ІПД), професійні інтереси та цінності (ПІ), життєві цілі (ЖЦ), соціальна бажаність (СБ) та загальна активність (ЗА) [6].

Розроблену нами анкету «Мотиви професійної управлінської діяльності» використано для діагностики вираженості домінуючих професійних мотивів, цілей управлінської діяльності офіцерів та шляхів їхнього досягнення на етапі професійного становлення офіцера НПУ [3].

Адекватна оцінка професійних мотивів, інтересів і схильностей є важливим прогностичним чинником успішності професійного становлення в майбутньому. На нашу думку, дослідження мотиваційної сфери майбутніх офіцерів поліції за вказаними показниками надасть можливість визначити особливості їхньої професійної мотивації та стати основою підвищення ефективності управлінської діяльності завдяки розвитку мотиваційного компоненту управлінської компетентності курсантів ЗВО МВС України під час підготовки до професійної діяльності.

Психодіагностичному обстеженню підлягали курсанти 1-го, 2-го та 3-го курсів факультету підготовки фахівців для підрозділів слідства (денної форми навчання

ЛьвДУВС). Кількість досліджуваних по курсах – 283 особи (82 особи – жін. статі, 201 особа – чол. статі). Дослідження було проведено на добровільних засадах за процедурою групового обстеження. Статистична обробка отриманих даних проводилася за допомогою статистичного пакету програм Microsoft Excel, SPSS – 21.0.

Критерієм для аналізу щодо курсантів було застосовано курс навчання, а для полісменів статі. Це було здійснено з причини відсутності різниці за середніми значеннями за статтю у курсантів й стажем роботи у офіцерів поліції. Отже, у таблицях наведено узагальнені дані середнього значення та стандартного відхилення.

Результати. Отримані показники за шкалами методики «Професійна мотивація» знаходяться на середньому рівні, деякі наближені до високих, інші – до низьких. В цілому, аналізуючи отримані середні значення, можна вказати на відсутність суттєвих відмінностей між досліджуваними групами. Лише за шкалою «оцінка результатів праці», спостерігається зниження показників у поліцейських (табл. 1). Сутність самооцінки за цією шкалою полягає в тому, що вона характеризує переконання людини в тому, що професійна діяльність має заохочуватися, викликати

позитивні переживання значущості своєї праці, відповідальності, прагнення до особистісного розвитку, підвищення результатів праці, кваліфікації тощо. Таким чином, поступове зниження показників за даною шкалою, свідчить про зниження ролі «мотивуючого потенціалу праці» в процесі професійного становлення офіцерів. Все це призводить до того, що офіцери не знають і не розуміють, наскільки ефективно вони виконують свої професійні обов'язки, їхні суб'єктивні критерії успішності недостатньо стійкі, а це веде до погіршення якості результатів праці. Внаслідок цього, рівень професійних домагань та зацікавленість до професійної діяльності також знижується. Тобто, прагнення до успіху у них виражено слабше, вони більш обережні, менш наполегливі, не схильні до ризику, схильні перебільшувати свою роль і значення у професійних досягненнях.

Загальний рівень активності досліджуваних груп є в межах середніх значень. Курсанти показали трішки вищий рівень професійної мотивації ($59,1 \pm 7,1$), ніж полісмени. Можемо припустити, що за цими зниженнями, стоять процеси перебудови в мотиваційній сфері. Зокрема, зниження зацікавленості, розчарування в обраній професії, страх не впоратися з труднощами, незадоволеність соціально-

Таблиця 1

Професійна мотивація курсантів та офіцерів поліції

Шкала	Курсанти				Офіцери поліції		
	1 курс	2 курс	3 курс	Загалом	Загалом	Чоловіки	Жінки
	Середнє значення та стандартне відхилення						
Оцінка результатів праці	11,7 $\pm$ 2,8	11,9 $\pm$ 2,0	11,8 $\pm$ 2,3	11,8 $\pm$ 2,4	8,9 $\pm$ 2,6	8,1 $\pm$ 2,7	9,5 $\pm$ 2,4
Професійні домагання	11,8 $\pm$ 2,1	11,1 $\pm$ 1,6	11,3 $\pm$ 1,6	11,4 $\pm$ 1,8	10,8 $\pm$ 1,8	10,8 $\pm$ 2,0	10,6 $\pm$ 1,6
Інтернальність у проф. досягн.	13,0 $\pm$ 2,0	13,0 $\pm$ 2,2	12,9 $\pm$ 1,8	12,9 $\pm$ 2,0	12,8 $\pm$ 2,2	13,0 $\pm$ 1,9	12,3 $\pm$ 2,8
Професійні інтереси і цінності	12,4 $\pm$ 1,8	12,0 $\pm$ 2,3	11,7 $\pm$ 2,5	12,0 $\pm$ 2,2	10,5 $\pm$ 2,7	10,7 $\pm$ 2,4	10,0 $\pm$ 3,5
Життєві цілі	11,1 $\pm$ 1,9	11,2 $\pm$ 1,9	11,0 $\pm$ 1,9	11,1 $\pm$ 1,9	10,5 $\pm$ 1,9	10,6 $\pm$ 1,9	10,1 $\pm$ 1,9
Загальна активність	59,3 $\pm$ 7,3	59,2 $\pm$ 7,2	58,7 $\pm$ 6,9	59,1 $\pm$ 7,1	56,8 $\pm$ 9,3	59,1 $\pm$ 8,0	51,7 $\pm$ 9,2

побутовими умовами, матеріальними стимулами.

Жінки є менш мотивованими до професійної діяльності ($51,7 \pm 10,2$), ніж чоловіки ($59,1 \pm 8,0$). Такі результати можуть свідчити про те, що чоловіки більше орієнтовані на кар'єру та професійну самореалізацію, а жінки – на сімейні стосунки.

Таким чином, здійснивши аналіз середніх значень ми з'ясували, що професійна мотивація курсантів та поліцейських знаходяться на середньому рівні та є дещо вищою у курсантів та полісменів-чоловіків. Можемо припустити, що за цими зниженнями, стоять процеси перебудови в мотиваційній сфері. Зокрема, зниження зацікавленості, розчарування в обраній професії, страх не впоратися з труднощами, незадоволеність соціально-побутовими умовами, матеріальними стимулами. Чоловіки більше орієнтовані на кар'єру та

професійну самореалізацію, а жінки – на сімейні стосунки.

Анкета «Мотиви професійної діяльності», яка використовувалась для діагностики вираженості домінуючих професійних мотивів, цілей діяльності та шляхів їхнього досягнення на етапі професійного навчання майбутніх поліцейських дозволила з'ясувати деякі відмінності. Цілі діяльності найбільш чітко виражені на 1-му курсі навчання (табл. 2). На 3-му курсі курсанти найбільше знають, якими способами досягатимуть професійних результатів. Мотиваційні компоненти професійної діяльності залишаються сталими протягом всього навчання, лише на 3-му курсі починають дещо зростати.

У таблиці 3 відображено показники кореляції між професійною мотивацією та управлінськими здібностями, де ** – при $p \leq 0,01$, * – при $p \leq 0,05$. За результатами кореляції з'ясовано, що чим вище курсанти оцінюють результати

Таблиця 2

Мотиви професійної діяльності

Шкала	Курсанти		
	1 курс	2 курс	3 курс
	Середнє значення та стандартне відхилення		
Мотиваційні компоненти	23,6 $\pm$ 2,4	23,0 $\pm$ 1,6	24,9 $\pm$ 2,5
Цілі діяльності	31,5 $\pm$ 2,4	27,6 $\pm$ 2,5	29,2 $\pm$ 2,8
Способи досягнення проф. результатів	32,1 $\pm$ 3,6	30,1 $\pm$ 3,9	33,5 $\pm$ 3,9

Таблиця 3

Кореляція між шкалами методик «Професійна мотивація» та «Аналіз своїх обмежень «Ві самі»

	Чіткі особисті цілі	Триваючий саморозвиток	Вміння впливати на оточуючих	Розуміння особливостей управлінської праці	Здатність керувати	Вміння навчати	Вміння налагодити групу нову роботу
ОРП	,170**	,161**	,303**	,200**	,219**	,344**	,482**
ПД	,415**	,353**	,196**	,188**	,355**	,367**	,131**
ІПД	,004	,025	,098*	,111*	,104*	,057	,125**
ІІ	,143**	,189**	,146**	,115*	,159**	,178**	,145**
ЖЦ	,176**	,104*	,104*	,138**	,405**	,098*	,099*
СБ	-,043	-,009	-,099*	,004	-,116*	-,037	-,073
ЗА	,178**	,195**	,431**	,406**	,452**	,322**	,509**

своїєї праці, тим більше у них будуть проявлятися вміння впливати на інших, вміння налагоджувати групову роботу, вміння навчати. Це свідчить про те, що особа, яка переживає значимість своєї праці, відповідальність, прагне до підвищення результатів праці, своєї кваліфікації, особистісного розвитку буде вдало керувати колективом та налагоджувати роботу у групі, сприятиме їхній ефективній взаємодії.

Курсанти, які мають високі показники професійних домагань будуть прагнути до покращання своїх результатів діяльності, проявлятимуть наполегливість, рішучість та упевненість в собі. У них добре розвинені навички самостійного здійснення діяльності, а також здатність навчати інших та керувати підлеглими. Наявність у курсантів чітких життєвих планів та способів їх досягнення, дозволить організувати належним чином власне життя, а також підвищить їхню здатність до управління іншими особами.

За результатами кореляції можна зробити висновок про те, що чим вищі показники за

шкалою загальної активності, тим ефективнішою буде управлінська діяльність. Курсанти, які володіють високою активністю демонструють хороші навички керівництва, вміння «повести за собою», вміння переконувати, вміння приймати ефективні оперативні рішення, вміння навчати інших, вміння створити ефективно працюючу «команду». У них розвинені такі якості як хороший самоконтроль, зібраність, цілеспрямованість, здатність адекватно оцінювати цілі. Вони вдало мотивуватимуть підлеглих до професійної діяльності, братимуть на себе відповідальність та впливатимуть на оточуючих.

У таблиці 4 відображено показники кореляції між професійною мотивацією та локусом контролю. Аналізуючи отримані результати, можна вказати на те, що чим нижче курсанти оцінюють результати своєї праці, тим більше у них буде діяти установка, що все залежить не від власних зусиль, а від зовнішніх сил та ситуації. Тобто, якщо вони вважають, що їхня праця не отримує справедливої винагороди,

Таблиця 4

Кореляція між шкалами методик «Професійна мотивація» та «Локус контролю», «Знаходження кількісного вираження самооцінки»

	Адекватність – неадекватність самооцінки	Інтернальність при описі особистого досвіду	Інтернальність у сфері досягнень	Інтернальність у сфері професійної діяльності	Професійно- процесуальний аспект інтернальності	Компетентність у сфері міжособистісних відносин	Інтернальність у сфері здоров'я	Заперечення активності	Готовність до самостійного планування	Інтернальність загальна
Оцінка результатів праці	,170**	,374**	,214**	,186**	,119**	,219**	,240**	-,353**	-,104*	,345**
Професійні домагання	,385**	,081	,089	,034	,088	,078	,080	-,100*	-,062	,072
Інтернальність у проф. досягнень	,082	,439**	,254**	,302**	,248**	,225**	,181**	-,392**	-,152**	,321**
Професійні інтереси і цінності	,164**	,178**	,146**	,075	,128**	,090*	,186**	-,198**	-,146**	,151**
Життєві цілі	,121**	,431**	,170**	,187**	,424**	,197**	,164**	-,372**	-,307**	,211**
Соціальна бажаність	-,088*	-,092*	-,058	-,164**	-,202**	-,153**	-,149**	,334**	,114*	-,138**
Загальна активність	,397**	,422**	,268**	,231**	,228**	,234**	,447**	-,417**	-,198**	,302**

якщо вони не розуміють наскільки ефективно виконують свої професійні обов'язки, то це формує у них переконання про нерозумність, непотрібність і безглуздість здійснення активності, яка нездатна привести до позитивного результату. Відповідно інтерес до праці суттєво знижується, вони не прагнуть особистісного розвитку, прояву активності, надають перевагу поясненню результатів своїх досягнень через роль зовнішніх сил.

Також кореляція засвідчує те, що чим вищі показники за шкалою оцінка результатів праці, тим більше для курсантів буде властива інтернальність. Курсанти, які мають виражену внутрішню мотивацію та переживають значимість своєї праці схильні брати відповідальність на себе. Вони впевнені в тому, що для досягнення позитивних результатів в майбутньому потрібно самому прикладати зусилля та проявляти потрібну активність. Окрім цього, можна зазначити таке: на формування конкретного рівня домагань впливає кількість вдалих дій і невдач, які зазнали курсанти у конкретному виді діяльності. Якщо рівень професійних домагань у досліджуваних осіб є занижений, то це зумовлює слабку вираженість прагнення до успіху, відмову від прийняття відповідальних рішень, невпевненість у собі, схильність перебільшувати свою роль і значення у професійних досягненнях. Якщо у курсантів наявний високий рівень професійних домагань, то у них буде виражена потреба у досягненні, прагнення покращити результати своєї діяльності, готовність до відповідальності, впевненість в успіху, наполегливість, прагнення до розумного ризику.

Наявність високих показників за шкалою інтернальності у сфері професійних досягнень свідчить про усвідомлення курсантами своєї значущості, власних зусиль і здібностей при виконанні службових завдань. Чим нижчі показники за даною шкалою, тим більше досліджувані будуть в процесі виконання службових завдань переживати труднощі у зв'язку з погано розвиненими навичками самостійного здійснення діяльності, надаючи великого значення не власній активності, а дії зовнішніх сил. Сформованість чітких життє-

вих цілей, планів та способів їх досягнення активізуватимуть їх до самостійної активної діяльності.

Щодо кореляції між професійною мотивацією та самооцінкою отримані результати вказують на їхню прямо-пропорційну залежність. Якщо курсанти є впевнені в собі, то це істотно підвищуватиме їхню загальну активність. Такі особи прагнуть до покращання своїх результатів діяльності, проявляють наполегливість, незадоволеність досягнутими результатами тощо. У них спостерігається чітко виражена тенденція до досягнення успіху у професійній та інших сферах, вони рішучі, наполегливі в досягненні поставлених цілей, упевнені в собі, не зупиняються на досягнутому, підтверджують свою ефективність справами, готові брати відповідальність на себе, отримують задоволення від розв'язання цікавих задач, не втрачають духу змагальності, проявляють впертість при зустрічі з перешкодами.

Для з'ясування рівня володіння управлінськими вміннями і навичками, а також спрямованістю курсантам було запропоновано розв'язати ряд конкретних управлінських завдань, які характеризуються невизначеністю, а в деяких випадках і суперечливістю умов. Внаслідок їх розв'язання було діагностовано домінуючий тип спрямованості: 1 – спрямованість на самого себе; 2 – спрямованість на психологічний клімат і взаємини у колективі; 3 – спрямованість на офіційну субординацію, дотримання інструкцій; 4 – спрямованість на інтереси справи (ділова).

За таблицею 5. можна вказати на те, що наявні кореляційні зв'язки між домінуючим типом спрямованості та професійною мотивацією. Зокрема, виявлено, що чим вищим є рівень домагань, тим більше буде виражена їхня орієнтація на справу. Тобто, курсанти з чітко вираженою тенденцією до успіху у професійній сфері, стійким прагненням до покращення результатів своєї діяльності, домінуванням внутрішньої мотивації характеризуватимуться здатністю самостійно приймати рішення, володітимуть особистісною продуктивністю та високим рівнем компе-

Таблиця 5

Кореляція між шкалами методик «Виробничі ситуації» та «Професійна мотивація»

	ОРП	ПД	ПД	ПІ	ЖЦ	СБ	ЗА
Спр. на себе	-,076	,005	,075	-,136**	-,093*	,086	-,059
Спр. на псих.кл	-,089	-,057	,001	-,005	,035	-,111*	-,040
Спр. на суборд.	-,026	-,028	-,028	-,449*	-,022	-,010	,008
Спр. на справу	,407*	,538*	-,007	,039	,069	,003	,058

тентності. Для курсантів, які рідше виявляють схильність приймати на себе будь-яку відповідальність та котрі переживають труднощі у поясненні причин і способів досягнення того чи іншого результату, домінуючою буде орієнтація на офіційну субординацію. Для них існує культ вищих керівників, фанатична віра в систему, що перешкоджає формуванню необхідних навичок забезпечення процесу професійної діяльності. Проявляється прагнення забезпечити власний авторитет, повна орієнтація на оцінку керівника, прояв несамостійності та безініціативності.

За результатами кореляції можна зробити висновок про те, що наявність у курсантів високої професійної мотивації будуть підвищувати їхню здатність до управління собою та іншими.

Висновки. Таким чином, аналіз результатів діагностування мотиваційного компонента управлінської компетентності майбутніх офіцерів НПУ дав можливість виявити такі психологічні особливості його розвитку.

Дослідження засвідчило, що професійна мотивація курсантів та поліцейських знаходяться на середньому рівні та є дещо вищою у курсантів та полісменів-чоловіків; мотива-

ційні реакції курсантів на 1-му курсі є найвищими, далі спостерігаються незначні тенденції щодо їх зниження. Внаслідок цього, рівень професійних домагань та зацікавленість до професійної діяльності також знижується.

За результатами кореляції з'ясовано, що: 1) курсанти, які високо оцінюють результати своєї праці проявляють краще вміння впливати на інших та налагоджувати групову роботу; 2) курсанти з високим рівнем професійних домагань прагнуть до покращання результатів своєї діяльності, проявляючи наполегливість та рішучість; 3) курсанти, які володіють високою активністю демонструють хороші навички керівництва, вміння «повести за собою» та вміння приймати ефективні оперативні рішення; 4) домінування у курсантів внутрішнього типу локусу контролю значно підвищує рівень їхньої активності та професійної мотивації; 5) курсанти, які відчують впевненість в собі мають чітко виражену тенденцію до досягнення успіху у професійній сфері; 6) курсанти з домінуванням внутрішньої мотивації характеризуються здатністю самостійно приймати рішення, володіють особистісною продуктивністю та високим рівнем компетентності.

Список використаних джерел:

1. Осьодло В.І. Психологія професійного становлення офіцера: монографія. Київ: ПП Золоті Ворота, 2012. 463 с.
2. Шебанова В.І., Нікітенко Г.О. Особливості мотивації військовослужбовців до військово-професійної діяльності. *Інсайт: психологічні виміри суспільства*. 2019. № 2. С. 31–36.
3. Борисюк О.М. Психологічні особливості розвитку управлінської компетентності у майбутніх офіцерів Національної поліції України: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.09. Харків, 2017. 315 с.
4. Мацевко Т.М. Особливості мотивації майбутніх офіцерів запасу до службово-педагогічної діяльності. *Молодий вчений*. 2018. № 1(53). С. 353.
5. Борисюк О. М. Методологія емпіричного дослідження управлінської компетентності майбутніх офіцерів ОВС. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна: збірник наукових праць*. Львів: ЛьвДУВС, 2016. Вип. 1. С. 117–128.

6. Осодло В. І. Методика діагностики професійної мотивації. *Вісник Національної академії оборони України*. 2007. № 2 (4). С. 142–151.

References:

1. Osodlo, V.I. (2012). *Psykhologhiia profesiinoho stanovlennia ofitsera [Psychology of professional development of an officer]*: monohrafiia. Kyiv: PP Zoloti Vorota. 463 s. [in Ukrainian].
2. Shebanova, V.I., & Nikitenko, H.O. (2019). Osoblyvosti motyvatsii viiskovosluzhbovtziv do viiskovo-profesiinoi diialnosti [Features of motivation of the military personnel for military professional activities]. *Insait: psykhologichni vymiry suspilstva*. № 2. S. 31–36 [in Ukrainian].
3. Borysiuk, O.M. (2017). Psykhologichni osoblyvosti rozvytku upravlinskoi kompetentnosti u maibutnikh ofitseriv Natsionalnoi politsii Ukrainy [Psychological peculiarities of administrative competence development of future officers of the National Police of Ukraine]. *Candidate's thesis*. Kharkiv, 315 s. [in Ukrainian].
4. Matsevko, T.M. (2018). Osoblyvosti motyvatsii maibutnikh ofitseriv zapasu do sluzhbovo-pedahohichnoi diialnosti [Features of motivation of future reserve officers for service and teaching activities]. *Molodyi vchenyi*. № 1(53). S. 353 [in Ukrainian].
5. Borysiuk, O.M. (2016). Metodolohiia empyrychnoho doslidzhennia upravlinskoi kompetentnosti maibutnikh ofitseriv OVS [Methodology of empirical research of management competence of the future internal affairs officers]. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav. Seriia psykhologichna: zbirnyk naukovykh prats*. Lviv: LvDUVS, Vyp. 1. S. 117–128 [in Ukrainian].
6. Osodlo, V.I. (2007). Metodyka diahnostyky profesiinoi motyvatsii [Methodology for determining professional motivation]. *Visnyk Natsionalnoi akademii oborony Ukrainy*. № 2 (4). S. 142–151 [in Ukrainian].

УДК 159.9-049.5.

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-3>

Заграй Лариса Дмитрівна,

доктор психологічних наук, професор,
декан факультету психології,
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника,
вулиця Шевченка, 57, Івано-Франківськ, 76018, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2823-8179>

Пілецька Любомира Сидорівна,

доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри соціальної психології,
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника,
вулиця Шевченка, 57, Івано-Франківськ, 76018, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4011-6433>

ЕМОЦІЙНА БЕЗПЕКА В ЕКЗИСТЕНЦІЇ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ ОСОБИСТОСТІ

У статті розкрито психологічні концепції емоційної безпеки особистості, розкрита структура та умови цього феномену. Автори розкривають місце емоційної безпеки в екзистенції життєвого шляху особистості, її зв'язок з прив'язаністю. Констатовано, що психологічна безпека має наступну структуру: емоційна реактивність, яка виявляється у страху або стресі при зустрічі з потенційно небезпечними ситуаціями, що призводить до підвищеної пильності або прихованої агресії; регулювання поведінки, яке проявляється в здатності впливати на взаємодію з навколишнім середовищем та мінімізувати потенційні загрози; внутрішні уявлення, що базуються на свідомих або несвідомих схемах щодо потенційно небезпечних ситуацій. Стаття носить теоретико-емпіричний зміст, у ній представлено результати дослідження зв'язків у діадах безпеки–небезпеки та залежності–незалежності, а також таких психологічних характеристик як оптимізм–песимізм, співчуття–байдужість, автономія–залежність, спокій–тривожність, толерантність–агресивність. Результати дослідження показали, що емоційна безпека викликає різні переживання і характеризується різноманітним набором станів, що часто мають протилежні смисли. Наявність почуття безпеки свідчить про наявність у людини внутрішніх ресурсів для протистояння новим загрозам та небезпечним ситуаціям. Важливою умовою безпеки є можливість покладатися на значущих інших (сім'ю, сексуальних партнерів тощо). Люди з почуттям емоційної безпеки позитивно ставляться до життя і залежать від вузького кола значущих людей. Автори приходять до висновку, що емоційна безпека формує різноманітні за модусом переживання та стани, відображає часом протилежні екзистенційні змістовні наповнення, яку особистість набуває упродовж життя.

Ключові слова: особистісна безпека, емоційна безпека, емоційні стани, екзистенція, залежність, прив'язаність, життєвий шлях особистості.

Zahrai Larysa, Piletska Liubomyra. Emotional security in the existence of the life path of personality

The article reveals the psychological concepts of emotional security of the individual, the structure and conditions of this phenomenon. The authors reveal the place of emotional security in the existence of an individual's life path, its connection with attachment. It was established that psychological safety has the following structure: emotional reactivity, which manifests itself in fear or stress when encountering potentially dangerous situations, which leads to increased vigilance or hidden aggression; regulation of behavior, which is manifested in the ability to influence interaction with the environment and minimize potential threats; internal representations based on conscious or unconscious schemas regarding potentially dangerous situations. The article has a theoretical-empirical content, it presents the results of the study of the relationships in the dyads of safety-danger and dependence-independence, as well as such psychological characteristics as optimism-pessimism, compassion-indifference, autonomy-dependence, calmness-anxiety, tolerance-aggressiveness. The results of the study showed that emotional safety causes different experiences and is characterized by a diverse set of states that often have opposite meanings. The presence of a

sense of security indicates that a person has internal resources to face new threats and dangerous situations. An important condition for security is the ability to rely on significant others (family, sexual partners, etc.). People with a sense of emotional security have a positive attitude towards life and depend on a narrow circle of significant people. The authors come to the conclusion that emotional security forms a variety of modes of experience and states, reflects sometimes opposite existential content that a person acquires throughout life.

Key words: *personal safety, emotional safety, emotional states, existence, dependence, attachment, personal life path.*

Вступ. Разом з появою людини на світ з'являється і її потреба у безпеці. Вона супроводжує її упродовж життя. Відтак людині вкрай необхідно відчуття зв'язку з оточуючого її світу та іншими людьми, а також відчувати власну приналежність до відповідних соціальних груп та структур в соціумі. Людина починає відчувати безпеку тільки в тому випадку, коли вона стає частиною її емоційної сфери, відображується та закріплюється в ній.

Канадський психолог Вільям Е. Блатц є один з перших вчених, що розробляв питання концепції емоційної безпеки. Він стверджував, що поведінка людини у всіх сферах життя її може бути пояснена через призму почуття безпеки. Згідно з його теорією, мета кожної людини, незалежно від віку, статусу або рівня доходу, – досягнути почуття безпеки. Здійснюючи постійно свій вибір, людина повсякчас прагне досягнути безпеки.

В.Е. Блатц характеризував безпеку як почуття, позаяк людина, яка відчуває себе в безпеці, переконується, що звільнена від небезпеки. Він вважав, що безпека є суб'єктивним відчуттям, що складається з двох основних елементів: досвіду адекватної поведінки у конкретній ситуації, коли сама особа відчуває, що здатна впоратися з цією ситуацією; адекватна оцінка майбутніх наслідків, яка дає змогу передбачати та прогнозувати їх в подальшому [1].

Отож, почуття безпеки визначає сприйняття як сьогодення, так і майбутнього. В. Блатц розглядав безпеку як впевненість та ефективність, хоча почуття ефективності більшою мірою залежить від умов і впливу оточуючих людей. Професор Едуард А. Ботт у 1939 році пояснював, що термін «безпека» (secure) походить від латинського «securum»,

що означає «безпечно», «без тривоги», «без страху», «вільний від невпевненості» [2].

Упродовж понад п'ятдесяти років емоційна безпека була відведена на другий план, але у 1994 році ця концепція знову з'явилася завдяки статті П. Девіса та Е.М. Каммінгса «Сімейні конфлікти та дитина: емоційна гіпотеза безпеки», що була опублікована у Психологічному бюлетені. Вони показали, що негативний зв'язок між батьком і дитиною може бути основною причиною відчуття невпевненості. Сімейні конфлікти також можуть спричинити відчуття загрози для безпеки. Коли люди відчувають, що безпека порушена, вони активізують свої внутрішні ресурси для відновлення емоційної безпеки. Саме тому емоційну безпеку можна розглядати як впевненість особистості у здатності подолати нові загрози та складні ситуації [3].

Процеси інтерналізації та екстерналізації впливають на емоційну безпеку [4]. Дослідження Дж. Фелпса та його однодумців показали, що дорослі, які самі не відчувають емоційної безпеки, можуть передавати свої емоційні проблеми своїм дітям [5]. Мішель Літл і Роджер Кобак виявили, що діти, які відчувають емоційну безпеку, менше схильні до конфліктів з учителями та однолітками в школі. Відсутність безпеки також впливає на рівень самоповаги [6] та соціальну компетентність [7].

Структурними елементами емоційної безпеки є:

- емоційна реактивність, яка виявляється у страху або стресі при зустрічі з потенційно небезпечними ситуаціями, що призводить до підвищеної пильності або прихованої агресії;

- регулювання поведінки, яке проявляється в здатності впливати на взаємодію з навколишнім середовищем та мінімізувати потенційні загрози;

– внутрішні уявлення, що базуються на свідомих або несвідомих схемах щодо потенційно небезпечних ситуацій.

З самого народження формується відповідний стан безпеки людини. Після народження дитині потрібно почуття енергетичну та емоційну єдність з матір'ю через годування. Дослідники, такі як Л. Ріхард з колегами, вказують на інстинктивну здатність новонароджених ссавців знаходити груди матері та смоктати. Якщо новонародженого помістити на голий живіт матері відразу після пологів протягом двадцяти хвилин він самостійно лине до грудей, і рухається таким чином близько п'ятдесяти хвилин, завершуючи цей шлях. Відчуття емоційної безпеки під час народження сприяє соматичному, неврологічному та психологічному розвитку дитини [8].

Когнітивні процеси особистості теж формуються на основі безпеки. Вже з дитинства люди цікавляться змінами в світі, що їх оточує, часто створюючи ці зміни самостійно. Це прагнення до змін веде до активного дослідництва, навчання та набуття знань і навичок. Розуміння своїх та чужих бажань, емоцій, жалю, переконань, цінностей та мети загалом розвивається від раннього віку через афективний досвід дитини. Цей потенціал не може розвиватися у дитини, якщо її батьки не створили відповідних умов. У дитини, яка відчуває емоційну безпеку, розвиваються наступні якості [9]: терпимість до невизначеності та непередбачуваності; активна пошукова діяльність; відмова від жорстких переконань; відкритість до нової інформації та прагнення до інтеграції нових фактів; позитивна самооцінка; довіра до світу та оптимістичне ставлення до життя; стійкість до стресу; висловлення емоційності через радість та смуток.

Емоційна безпека, яка формується у дитинстві через близькі стосунки з батьками, має велике значення для подальшого життя. Люди з високим рівнем емоційної безпеки мають більше можливостей для формування гармонійних стосунків, як показали дослідження [10], проведені Клер Гамільтон, Мері Майн та Еверетом Вотерсом. Згідно з цими дослідженнями, велика частка людей (68–75%)

демонструє зв'язок між рівнем емоційної безпеки у дитинстві та їхньою поведінкою в дорослому житті. Цей зв'язок виявляється у різних аспектах життя, таких як особисті стосунки, професійна діяльність, сексуальність та подружні відносини, дружба, хобі, інтереси та філософія життя.

Безпеки потребують також і дорослі особи. Наприклад, за дослідженнями В. Блатца, ніхто не може почувати себе повністю безпечно лише завдяки власній незалежності. Безпека в дорослому житті частково ґрунтується на принципі взаємної підтримки, що є одним з основних принципів усього суспільства. Це взаємовідносини, в яких обидва партнери можуть створювати безпеку один одному на основі своїх знань та навичок. Ці стосунки характеризуються взаємозалежністю від безпеки, при цьому кожен з партнерів має свою власну незалежну безпеку.

Особистісну безпеку можна визначати також і як впевненість у власних здібностях впоратися з проблемами на основі своїх навичок та знань, а також у переконанні, що є підтримка та захист у випадку потреби (наприклад, від батьків чи партнера). Наявність або відсутність почуття безпеки в дорослому віці особливо яскраво проявляється в стресових ситуаціях, коли доросла людина, боячись втратити підтримку та безпеку, шукає підтримку у важливих для неї людях.

Безумовно, взаємодія у міжособистісних відносинах у дорослих відрізняється від тих, що мають місце у дітей. Тільки тоді, коли доросла людина починає відчувати значну тривогу або стикається з травмами, хворобами, емоційними потрясіннями, коли страх втрати стає реальністю, вона починає активно шукати близькості, як це роблять діти, і також тестує стосунки на міцність. До прикладу, шлюб чи романтичне кохання самі по собі є процесом створення безпеки [11].

Одним з проявів потреби в безпеці є залежність, яка може виявлятися у різних формах емоційної залежності, таких як від ліків, їжі, грошей, алкоголю, а також від здобуття чийсь уваги, схвалення чи любові. У таких випадках почуття безпеки прямопропорційно зале-

жити від кількості одержання любові, уваги та схвалення інших.

Клаус Гросман з однодумцями визначають безпеку як оптимальний баланс між прихильністю та прагненням до пізнання, що досягається через відкритість. Основою емоційно безпечних стосунків є довіра. Коли емоційна безпека відсутня, партнери часто шукають можливі загрози у словах та діях один одного [12].

Емоційна безпека також тісно пов'язана зі соціальною та психологічною ідентичністю зі спільнотою, яка включає у себе почуття приналежності та відповідальності перед спільнотою. Якщо людина відчуває, що сприяла створенню спільноти, вона нерідко ідентифікує себе з нею [13].

Система загальних символів також впливає на формування емоційної безпеки. До прикладу, військові емблеми, футболки, значки, наклейки спортивні команди, які одягають однакові уніформи, і т. ін. – усе це є символами приналежності до різноманітних спільнот. Вони сприяють об'єднанню людей у суспільстві та забезпечують їм емоційну безпеку. Національні свята, прапори та мова також відіграють інтегруючу роль у національному рівні, надаючи громадянам почуття емоційної безпеки. У ширшому аспекті – загальні архетипи, що об'єднують людство, також відіграють важливу роль [14].

Емоційна безпека навіть впливає на такий феномен, як ставлення до смерті. Зазвичай люди, які відчувають емоційну безпеку, менше бояться смерті, ніж ті, хто не відчуває її. Тим часом, люди, які не відчувають емоційної безпеки, можуть пригнічувати свій страх перед смертю та не розвивати почуття символічного безсмертя.

Метою нашого дослідження є вивчення взаємозв'язку між емоційною безпекою/небезпекою та залежністю/незалежністю, а також психологічними характеристиками, такими як байдужість/співчуття, песимізм/оптимізм, тривожність/спокій, агресія/толерантність, залежність/автономія.

Матеріали та методи. Вивчення емоційної безпеки ускладнюється кількома факторами.

По-перше, у соціальній психології наразі відсутні методики, які б детально вивчали цей феномен. По-друге, люди з емоційною безпекою або без неї не мають чіткої соціальної локалізації або певних соціальних маркерів, тому для оцінки їхньої емоційної безпеки доводиться розраховувати на їх суб'єктивні враження.

З метою дослідження емоційної безпеки ми створили опитувальник, який опирався на концепцію В. Блатца. Учасники оцінили власний рівень безпеки/небезпеки та залежності/незалежності за п'ятибальною шкалою (від +2 до -2) у різних аспектах життя, таких як родина (батьки, партнер), робота (професія, колеги, кар'єра), навчання (професійна освіта, саморозвиток), хобі/дозвілля (захоплення, інтереси, подорожі) та друзі, а також щодо тимчасової перспективи.

Ключовими показниками емоційної стабільності використовувалися біполярні шкали, які включали наступні незалежні риси:

Залежність – автономія (до прикладу: «Ви волієте частіше перебувати на самоті»).

Байдужість – співчуття (до прикладу: «Ви зазвичай переймаєтеся проблемами своїх друзів»).

Агресія – толерантність (до прикладу: «Жебраки та волоцюги самі винні у своїх проблемах»).

Тривога – спокій (до прикладу: «Ви частіше винятково впевнені й холоднокровні»).

Песимізм/оптимізм (до прикладу: «Ви зазвичай вірите у невизначених ситуаціях, що все буде добре»).

Учасники дослідження розглядали твердження за п'ятибальною шкалою, виражаючи свою згоду на них на шкалі від «завжди» до «ніколи». У дослідженні брали участь 234 особи, які були підібрані за віком та рівнем освіти. Всі учасники були здобувачами вищої освіти міста Івано-Франківська.

Для обробки та аналізу результатів використовувалися методи описової статистики, кореляційного аналізу та факторного аналізу. Вся вибірка була розділена на дві групи за двома критеріями в діадах ступінь безпеки – небезпеки та залежності – незалеж-

ність. Порівняння цих критеріїв утворювало простір із вертикальною (ступінь залежності) та горизонтальною (ступінь безпеки) компонентами, що утворював чотири квадранти.

Кожен з цих базових критеріїв мав два протилежні значення – мінімальне та максимальне. За допомогою поєднання цих значень утворювалася матриця із чотирма «осередками». Після цього всі учасники були класифіковані до однієї з чотирьох підгруп в залежності від характеристик, якими вони володіли.

Результати. Отже, результати дослідження вказують на існування чотирьох підгруп респондентів:

Підгрупа I – люди, які відчуються незалежними та мають почуття безпеки (19,5%); підгрупа II – люди, які залежні та відчуються в безпеці (51,7%); підгрупа III – люди, які залежні, але відчують небезпеку (14,9%); підгрупа IV – люди, які незалежні, але відчують небезпеку (13,5%).

Для оцінки кореляційних зв'язків між шкалами опитувальника використовувався коефіцієнт кореляції Спірмена. У першій підгрупі спостерігався значний позитивний зв'язок між почуттям безпеки в різних сферах життя. У другій та третій підгрупах значущих кореляційних зв'язків не виявлено. У четвертій підгрупі спостерігався негативний зв'язок між почуттям безпеки в теперішньому із почуттям безпеки із сексуальним партнером.

Дані про емоційну стабільність ми піддали факторному аналізу для визначення зв'язків між ними у чотирьох підгрупах. Найсильніший фактор, виявлений у респондентів, які відчуються в безпеці, – це «оптимізм». Оптимізм є ключовим елементом щасливого сприйняття життя і вирізняє щасливих людей від нещасних. Взагалі, оптимістичне ставлення до життя є важливою частиною базової довіри до світу [15].

Незалежні особи з почуттям емоційної безпеки, що складають першу субгрупу (19,5%), переважно асоціюють свою безпеку з близькими та родиною, відчують впевненість у собі та в майбутньому, і мають довіру до інших, що є важливим чинником для них. Вони оцінюють свої здібності та навички як

достатні для досягнення важливих цілей і задоволення потреб. Такі особи менше приділяють уваги груповим нормам і стандартам і, можливо, володіють навичками з побудови міжособистісних стосунків. Наявність тісного зв'язку між самоідентифікацією та сімейним оточенням дозволяє їм відчувати себе незалежними від зовнішнього світу та впевненими в майбутньому.

Більшість учасників дослідження (51,7%) потрапили до другої підгрупи, де вони відчуються в безпеці, але є емоційно нестійкими. Неутвердженість їхнього життя породжує почуття хисткості та нестійкості, і для того, щоб зберегти почуття безпеки, вони шукають приналежності (до групи, команди) та визначеності (влада, гроші, кохання). Це супроводжується страхом втрати, високим рівнем тривожності, потребою в адаптації до світу та його передбачуваності. На зовнішньому рівні вони можуть проявляти соціальну ввічливість, але всередині їх може турбувати пригнічена потреба в агресивному спілкуванні. Ймовірно, їм необхідні зовнішні обмеження для забезпечення внутрішньої безпеки.

Третя та четверта підгрупи характеризуються відсутністю почуття безпеки та захищеності, що відображається в поведінковому регулюванні, емоційній реактивності та внутрішніх уявленнях. Вони сприймають майбутнє як джерело дискомфорту.

Третя підгрупа характеризується як чутлива та сензитивна, яка часто пристосовується до зовнішніх впливів. Ці особи бояться вживати дії через сумніви у своїх можливостях та імовірності досягнення успіху, оскільки мають страх провалу. Вони прагнуть до підтримки та збільшення щастя оточуючих, з якими вони взаємодіють, і сильно прагнуть сподобатись іншим. Ці люди завжди мають страхи (хвороба, фінансові труднощі, тощо), що може вказувати на їхню велику чутливість до впливів середовища, з тенденцією до зміцнення своєї позиції через прив'язаність до інших людей та очікування захисту з їхнього боку. Це породжує потребу в афіліації – формуванні довірливих, теплих, емоційно важливих стосун-

ків з іншими людьми. Таким чином, людина прагне «захистити себе» від реальних або «негативних умов існування» (зберегти стабільність свого внутрішнього емоційного стану через активне прагнення до безпеки) та пошуку близькості зі значущими іншими для підтримки власної впевненості. Особистісна тривожність обумовлює відсутність почуття базової безпеки, що розширює коло індивідуально важливих стресорів і знижує стійкість до них. Це призводить до того, що кожна звичайна ситуація стає стресогенною, що ускладнює її ефективне подолання.

У респондентів четвертої підгрупи відсутнє почуття безпеки і немає яскраво вираженого об'єкта прихильності. Вони характеризуються відчутною відстороненістю від життя та інших людей і проявляють автономію. Для них характерне прагнення до самотності, незалежності та самодостатності. Цю позицію можна описати як «втечу від безпеки», готовність «зазнати» інформаційної невизначеності, прагнення до постійних випробувань себе, що може призвести до ризикованих дій та прагнення до небезпеки.

Отже, результати дослідження показали, що в залежності від рівня безпеки та залежності можна виділити чотири групи учасників дослідження:

група 1: люди, які відчують себе незалежними та у безпеці, проявляють оптимізм та толерантність;

група 2: особи, які залежать від інших та відчують себе у безпеці, мають оптимістичне ставлення, але відчують тривогу;

група 3: люди, які залежать від інших та відчують небезпеку, проявляють толерантність та тривогу;

група 4: особи, які відчують себе незалежними, але відчують небезпеку, характеризуються автономією та спокоєм.

Висновки. Почуття безпеки впливає на сприйняття майбутнього, зокрема для тих, хто не відчуває емоційної безпеки, майбутнє сприймається як джерело дискомфорту. Коли людина відчуває, що вона в безпеці і може правильно прогнозувати події, вона буде робити вибір, що сприятиме розширенню своєї системи, навіть з ризиком помилитися, але за тим настане період, протягом якого вона буде робити вибір, що знижує ймовірність помилки і служить підкріпленням.

Отже, отримана картина свідчить про те, що емоційна безпека викликає різні переживання і характеризується різноманітним набором станів, що часто мають протилежні смисли. Наявність почуття безпеки свідчить про наявність у людини внутрішніх ресурсів для протистояння новим загрозам та небезпечним ситуаціям. Важливою умовою безпеки є можливість покладатися на значущих інших (сім'ю, сексуальних партнерів тощо). Люди з почуттям емоційної безпеки позитивно ставляться до життя і залежать від вузького кола значущих людей.

Подальші наукові дослідження будуть спрямовані на пошук шляхів оптимізації емоційних ресурсів в контексті особистісної безпеки.

Список використаних джерел:

1. Blatz W.E. Human security: Some reflectijns. Toronto: University of Toronto press. 1966.
2. Salter-Ainsworth M.D. Security and Attachment. In: The Secure Child: Timeless Lessons in Parenting and Childhood Education. Ed. by Richard Volpe. Toronto: University of Toronto Press, 2010. p. 46.
3. Davies P., Cummings E.M. Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*. 1994. P. 116, 387–411.
4. Davies P.T., Forman E.M. Children's patterns of preserving emotional security in the interparental subsystem. *Child Development*. 2002. P. 73, 1880–1903.
5. Phelps J.L., Belsky J., Crnic K. Earned security, daily stress, and parenting: A comparison of five alternative models. *Development & Psychopathology*. 1998. P. 10, 21–38.
6. Little M., Kobak R. Emotional security with teachers and children's stress reactivity: A comparison of special-education and regular-education classrooms. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. 2003. P. 32, 127–138.

7. Helson R., Wink P. Two conceptions of maturity examined in the findings of a longitudinal study. Personality processes and individual differences. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1987. P. 53, 531–541.
8. Righard L., Franz K. Delivery Self Attachment (Video). Sunland, CA: Geddes Productions. 1995.
9. Mikulincer M., Florian V. The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. In Simpson, J., Rholes, S. (eds.) Attachment theory and close relationships. New York: Guilford, 1998. p. 143–165.
10. Kobak R. R., Hazan, C. Parents and Spouses: Attachment Strategies and Marital Functioning, University of Delaware, Newark. 1991.
11. Grossmann K.E., Grossmann K., Zimmermann P. A Wider View of Attachment and Exploration: Stability and Change During the Years of Immaturity. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.) Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications. New York: Guilford Press, 1999. p. 768.
12. Sarason S.B. The psychological sense of community: Prospects for a community psychology. San Francisco: Jossey-Bass, 1974. p. 157.
13. McMillan D.W., Chavis D.M. Sense of community: A definition and theory. *Journal of Community Psychology*, 14(1), 1986. p. 6–23.
14. Jung C.G. The psychology of the unconscious. Leipzig, Germany: Franz Deuticke. 1912.
15. Шамне А. В. Особистісні та міжособистісно-стильові детермінанти копінг-поведінки студентів у стресових ситуаціях / Психологія стресостійкості студентської молоді: монографія / За заг. ред. В. Шмаргуна. К.: НУБіП України, 2019. С. 66–82.

References:

1. Blatz, W.E. (1966). Human security: Some reflectiōns. Toronto: University of Toronto press.
2. Salter-Ainsworth, M.D. (2010). Security and Attachment. In: The Secure Child: Timeless Lessons in Parenting and Childhood Education. Ed. by Richard Volpe. Toronto: University of Toronto Press, p. 46.
3. Davies, P., & Cummings, E.M. (1994). Marital conflict and child adjustment: An emotional security hypothesis. *Psychological Bulletin*. P. 116, 387–411.
4. Davies, P.T., & Forman, E.M. (2002). Children's patterns of preserving emotional security in the interparental subsystem. *Child Development*. P. 73, 1880–1903.
5. Phelps, J.L., Belsky, J., & Crnic, K. (1998). Earned security, daily stress, and parenting: A comparison of five alternative models. *Development & Psychopathology*. P. 10(1), 21–38.
6. Little, M., & Kobak, R. (2003). Emotional security with teachers and children's stress reactivity: A comparison of special-education and regular-education classrooms. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*. P. 32, 127–138.
7. Helson, R., & Wink, P. (1987). Two conceptions of maturity examined in the findings of a longitudinal study. Personality processes and individual differences. *Journal of Personality and Social Psychology*. P. 53, 531–541.
8. Righard, L., & Franz, K. (1995). Delivery Self Attachment (Video). Sunland, CA: Geddes Productions.
9. Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. In Simpson, J., Rholes, S. (eds.) Attachment theory and close relationships. New York: Guilford, p. 143–165.
10. Kobak, R.R., & Hazan, C. (1991). Parents and Spouses: Attachment Strategies and Marital Functioning, University of Delaware, Newark
11. Grossmann, K.E., Grossmann, K., & Zimmermann, P. (1999). A Wider View of Attachment and Exploration: Stability and Change During the Years of Immaturity. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.) Handbook of Attachment: Theory, Research, and Clinical Applications. New York: Guilford Press, p. 768.
12. Sarason, S.B. (1974). The psychological sense of community: Prospects for a community psychology. San Francisco: Jossey-Bass, p. 157.
13. McMillan, D.W., & Chavis, D.M. (1986). Sense of community: A definition and theory. *Journal of Community Psychology*, 14(1), p. 6–23.
14. Jung, C.G. (1912). The psychology of the unconscious. Leipzig, Germany: Franz Deuticke.
15. Shamne, A.V. (2019). Osobystisni ta mizhosobystisno-stylovi determinanty kopinh-povedinky studentiv u stresovykh sytuatsiiakh / Psykholohiia stresostiikosti studentskoi molodi: monohrafiia [Personal and interpersonal style determinants of coping behavior of students in stressful situations / Psychology of stress resistance of student youth: monograph]. (Shmarhun, V., Eds.). K.: NUBiP Ukrainy. S. 66–82 [in Ukrainian].

УДК 159.9-316.46

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-4>**Ковальчук Зоряна Ярославівна,**

доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри теоретичної психології,
Інститут управління, психології та безпеки
Львівського державного університету внутрішніх справ,
вулиця Городоцька, 26, Львів, 79000, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2355-2129>

ЛІДЕРСТВО ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ СОЦІО-КУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА

У статті проаналізовано феномен лідерства та психологічні аспекти особистості, яка здійснює лідерську діяльність. Здійснено теоретичне дослідження прояву особистісних психологічних особливостей лідерів, які впливають на здійснення ними певної діяльності. Кожний соціум має свої правила існування, які сформувались у контексті соціо-культурного середовища. Різноманіття поглядів на життя та співіснування продукують певні особливості того, як люди бачать своїх лідерів, та як їх сприймають. У даному контексті важливо розглядати саме індивідуальні психологічні аспекти лідерів, та феномену лідерства як важливого елементу соціального конструкту. Адже вони впливають на те, як лідер сприймає себе у соціумі, як розуміє рівень своєї відповідальності перед суспільством. Саме загальноприйняті в першу чергу, культурні цінності та традиції впливають на особистість, її розвиток, суспільство може як слідувати сталим трендам співіснування, так і продукувати нові ідеї, у тому числі і через сприйняття лідерства, його вагомості та форм прояву. Унікальність лідерства в соціо-культурній площині полягає в унікальності даного феномену, який можливий виключно через соціальну площину, взаємозв'язок цінностей та традицій, індивідуальних психологічних особливостей лідера та колективної психіки. Феноменологічна особливість лідерства виражається у тому, що воно поєднує як індивідуальні психічні особливості індивіда, так і соціо-культурні установки та ціннісні орієнтації, які сприяють орієнтації на формування його діяльності. Також, психологічні аспекти, індивідуального та соціального характеру є різноманітними, їхня специфіка полягає насамперед в тому, що і ті і ті аспекти впливають на формування індивіда як лідера, та його взаємодію в соціумі, у такому статусі. Загалом, формуванню лідерства передують ряд певних ознак особистості, які виражають його мотиваційну сферу та професіоналізм, їхнє різноманіття також і виражає спрямованість особистості на певний тип прояву лідерських якостей та орієнтації на лідерство в тій чи іншій групі чи ситуації.

Ключові слова: лідер, політичне лідерство, особистість лідера, соціо-культурне середовище, мотиваційна сфера, особистісні властивості лідера.

Kovalchuk Zoriana. Leadership through the prism of psychological aspects socio-cultural environment

The article analyzes the phenomenon of leadership and psychological aspects of a personality engaged in leadership activities. A theoretical study of the manifestation of personal psychological characteristics of leaders that affect their performance of certain activities is carried out. Each society has its own rules of existence, which were formed in the context of the socio-cultural environment. The diversity of views on life and coexistence produce certain features of how people see their leaders and how they are perceived. In this context, it is important to consider the individual psychological aspects of leaders and the phenomenon of leadership as an important element of the social construct. After all, they affect how a leader perceives himself or herself in society, how he or she understands the level of his or her responsibility to society. It is primarily the generally accepted cultural values and traditions that influence the individual and his or her development, and society can either follow the established trends of coexistence or produce new ideas, including through the perception of leadership, its importance and forms of manifestation. The uniqueness of leadership in the socio-cultural plane lies in the uniqueness of this phenomenon, which is possible only through the social plane, the interconnection of values and traditions, individual psychological characteristics of the leader and the collective psyche. The phenomenological feature of leadership is expressed in the fact that it combines both individual mental characteristics of an individual and socio-cultural attitudes and value orientations that contribute to the orientation to the formation of his or her activities. Also,

psychological aspects, both individual and social, are diverse, and their specificity lies primarily in the fact that both aspects influence the formation of an individual as a leader and his or her interaction in society in this status. In general, the formation of leadership is preceded by a number of certain personality traits that express his or her motivational sphere and professionalism, and their diversity also expresses the personality's orientation towards a certain type of leadership qualities and orientation towards leadership in a particular group or situation.

Key words: leader, political leadership, leader's personality, socio-cultural environment, motivational sphere, personal qualities of the leader.

Вступ. Постать лідера – це важлива фігура кожного соціуму, на яку орієнтуються люди, слідують за нею. Вагомим феноменом будь-якого суспільства чи групи людей є те, що їм властиво віднайти собі того, кого вони будуть наслідувати. Разом з тим, кожна верства суспільства ототожнює себе зі своїм обраним лідером як взірцем своїх інтересів та ціннісно-моральних напрямів.

Сам феномен лідерства беззаперечно займає вагоме місце у приватному та публічному житті людей як такий, що може вказувати на соціальну значущість того чи іншого індивіда або його соціальну слабкість. Також, насамперед варто зазначити, що сутність лідерства розвивається та проявляється, насамперед, в індивідуальних особливостях індивіда.

Значна кількість соціально-культурних аспектів впливають на формування, розвиток чи деградацію особистісних характеристик, що безпосередньо впливають на особистість, її комфорт, взаємодію в суспільному житті з собі подібними особами.

У структурі особистості є диференціації типового та індивідуального, де типове – це те, що найбільш загальне та властиве кожній людині і загалом характеризує особистість, її свідомість, активність, розумові та вольові прояви, тощо. Індивідуальне – те, що характеризує окрему людину, її фізичні та психічні особливості, спрямованість, здібності, риси характеру, тощо. Іншими словами, – те, що вирізняє людину серед інших [1].

Саме окремі аспекти типового та індивідуального в структурі особистості впливають на становлення індивіда як лідера, соціально-значущою особою, яка має відповідальність не лише перед своїм життям, а й перед суспільством.

Також, особливу увагу варто звернути на мотиваційно-вольову сферу особистості, як, мабуть, найвагоміших чинник формування лідерських якостей через призму індивідуальної та соціальної площини.

Отже, мотиваційна сфера є доволі важливою для формування лідерських якостей та особистості загалом. Беручи до уваги соціальну сторону мотивації як аспекту особистості, варто зазначити соціальну мотивацію як особливість суб'єктивного ставлення до навколишнього середовища та взаємодії з ним.

Отже, в контексті соціальної мотивації можемо стверджувати, що в її основу є не вроджені, а набуті потреби [2]. Тобто такі, що визначаються особливо гострими цінностями соціуму. Певною мірою, тут можна стверджувати про вагомість соціального, яке формується на основі соціо-культурного контексту, його особливостей, та визначає чи має вплив на визначення діяльності індивіда.

Однією з вагомих набутих потреб є прагнення до визнання, яке, у свою чергу, детермінує потребу індивіда в його лідерській діяльності. Адже, як нам відомо, поведінка та діяльність особистості визначаються та регулюються сукупністю мотивів, які мають ієрархічну модель та становлять потребнісно-мотиваційну сферу індивіда [3].

У контексті мотивації важливим є поняття мотивування особистості. Воно є важливим чинником формування спрямованості, що спонукає прояв активності індивіда, джерелом якої є мотив. Насамперед, до певних видів діяльності людину спонукають її бажання, інтереси, захоплення, установки, прагнення, тобто все, що визначає особистісну спрямованість щодо тої чи іншої ситуації [4].

Мета статті – проаналізувати лідерство через призму психологічних аспектів соціо-культурного середовища.

Матеріали та методи. Реалізуючи основні концептуальні положення лідерства через призму психологічних аспектів соціо-культурних середовищ, варто, насамперед, звернутись до ґрунтовних підходів в площині наукової психології, соціології та політології, які визначають сукупність характеристик лідера як особистості як соціо-культурного продукту, а також його психічних ознак, які впливають на формування лідерства та прагнень до нього самою особистістю.

Феномен лідерства розглядався в багатьох наукових працях. Серед вчених варто приділити увагу таким, як Дуглас Мак Грегор, К. Левін, Р. Лайкерт, Гарольд Дженін, Л. Сергєєва, В. Кондратьєва, М. Хромей, Р. Стогділл та інші.

Результати дослідження. Психологічні особливості особистості лідера в цілому цікавлять сучасних вчених насамперед через те, що лідерство – це важливий конструкт у структурі міжособистісних стосунків. Кожен індивід має набір унікальних психічних властивостей, різноманіття яких проявляється саме в його діяльності та зв'язку з навколишнім світом, його суб'єктивним баченням та сприйняттям.

Загалом, існує багато чинників, які впливають як на індивіда, так і на особистість, яка виконує певну соціальну функцію у ролі лідера. Варто зауважити, що лідеру, в першу чергу, важливо орієнтуватися на соціум, який наділив його таким статусом, адже у даному контексті мова йде про те, що феномен лідерства визначає зміну певних орієнтирів у сприйнятті особистістю навколишнього середовища через систему соціальних норм та принципів.

Якщо ж взяти до уваги індивідуальні психічні особливості індивіда, то вони спрямовані, насамперед, на реалізацію прагнень до лідерства та становлення як суспільно-значима фігура. Не кожен індивід здатен до лідерства як особистісної спрямованості загалом, на що вказує ряд індивідуальних особли-

востей людини, до прикладу, пам'ять, уява, здібності, мислення і т.п.

Загалом частина певних особистісних рис переважає над іншими та має визначений характер, який реалізується, орієнтуючись на морально-етичні соціо-культурні особливості суспільства та ціннісні орієнтири самої особистості. Іншими словами, окремий індивід може мати розвинуту здатність до мислення, але набагато гірше розвинуту уяву. Відтак можемо говорити про те, що дана особа перебувала в певному соціо-культурному середовищі, де для виживання необхідні були аналітичні здібності (до прикладу, Японія), здатність мислити.

Саме соціальні чинники окреслюють тенденцію до розвитку певних індивідуальних психічних аспектів індивіда-лідера. Таким чином, ми можемо простежити певний зв'язок між соціальним впливом та тим, які саме якості в лідера мають бути більш розвинутими, щоб соціум сприймав певного члена своєї групи, класу професії як потенційного лідера. Адже лідерство передбачає наявність в колективі бажання наслідувати комусь, а в окремого індивіда-лідера – прагнення повести за собою колектив.

Аналізуючи проблему лідерства та його психологічних аспектів соціо-культурних середовищ, варто зупинитись на сучасних теоріях, які підсвічують різні аспекти бачення цього феномену.

1. Теорія «соціального обміну» Дж. Хоманса вказує на те, що соціальним відносинам характерний постійний процес обміну, оборот в якому здійснюється не лише матеріальними речами, а й почуттями та емоціями. У цих обмінних процесах індивід схильний на своєрідне «очікування винагороди». З чого випливає те, що виникнення лідерства вбачається саме як результат своєрідного психологічного обміну цінностями між учасниками взаємодії [5].

2. Харизматична концепція (М. Вебер) пояснює лідерство через здатність окремих людей притягувати до себе, викликати захоплення своєю особистістю [6]. Концепцію харизматичного лідерства, в основі якого стоїть

феномен харизми, розроблену М. Вебером, доповнила науковець Пірен М., зазначивши, що харизматична особистість має реальні або ж приписувані їй надзвичайні якості і певну виняткову обдарованість [7].

3. Теорія людських ролей Р. Бейлса розкриває роль «професіонала»-лідера, що орієнтований на вирішення ділових проблем, і «соціально-емоційного фахівця», який вирішує проблеми людських стосунків.

4. Прибічники інтерактивної теорії (С. Кові та ін.) вважають, що лідерство притаманне будь-якій людині, яка посідає відповідне місце в системі міжособистісних стосунків. У питанні того, хто саме прийме на себе лідерство, враховуються індивідуальні особливості кандидата в лідери, особистісні характеристики інших членів групи, наявної ситуації і завдання для виконання [7].

5. Синтетична (або комплексна) теорія розглядає лідерство як процес організації міжособистісних стосунків у групі, а лідера – як суб'єкта управління цим процесом; її особливістю є те, що сам феномен лідерства розглядається в контексті спільної групової діяльності.

6. Ситуативна теорія визначає лідерство як продукт ситуації. Вимоги ситуації диктують вибір адекватних засобів і прийомів поведінки, відповідної комбінації особистісних рис, що здатні максимально зважити на можливі зміни у її розвитку [8].

Загалом вищевказані теорії лідерства дають кращу можливість зрозуміти цей феномен і його важливість у соціальній площині, адже існування лідера без соціуму неможливе, як, зрештою, і неможливе існування соціуму без лідера. Такими основними лідерськими якостями можуть бути здатність організувати робочий процес, привертати до себе увагу, проявляти себе різними способами.

У феномені лідерства також важливу роль відіграє саме здатність лідера на орієнтацію до активної інтеграції в групі, соціумі. Важко уявити людину, яка представляє певну категорію або ж групу людей, і яка не намагається привернути на себе увагу і утримувати завдяки особливостям особистісних власти-

востей та характеристик, які інші особи вбачають цінними.

Лідер має відповідати очікуванням своїх послідовників, адже люди надають перевагу таким особистісним властивостям як чесність, аналітична здатність, компетентність та здатність притягувати. Саме так має виглядати лідер. Проте в даному контексті варто доповнити опис лідера важливими ознаками, цінними також і в політичному контексті.

Політики уособлюють своєю особистістю певні цінності та мають у своїй діяльності орієнтуватись на потреби та запити соціуму. Саме індивідуальна здатність до розвинутого мислення, та, наприклад, уяви, дає змогу краще провадити свою політичну кампанію та утворювати потрібний політику імідж, який йому вигідний, задля легітимізації своєї лідерської позиції як представника певних ідей або певної групи населення. Лідерська позиція також утверджується здатністю проявляти твердість своїх намірів та переконань. Людям властиво цим захоплюватись, адже в основі цього процесу вбачається впевненість у собі.

Загалом важливо говорити також і про здатність лідера вести за собою та притягувати і виражати інші цінності. У даному контексті варто згадати про роботу Дж. Кузеса та Б. Познера «Виклик лідерства», яка викликала ажіотаж серед осіб, що цікавляться питаннями лідерства та управлінської діяльності. У даній роботі ключова увага приділялась ролі цінностей у лідерстві та розкриті механізми досягнення успіху на основі їх залучення в діяльність організації та відносини з клієнтами. Цитуючи тих авторів, зразковий лідер у своїй діяльності має орієнтуватись на 5 основних стратегій, а саме:

- вказувати напрям;
- пробуджувати інтерес до спільного бачення;
- стимулювати процес;
- надавати іншим можливість діяти;
- надихати серця [9, ст.94].

Отже, узагальнюючи вищевказані стратегії, на які має опиратись зразковий лідер, варто приділити увагу тому, що вони, насам-

перед, націлені саме на рису ініціативності у формуванні відносин між людьми. Дана риса відіграє важливу роль у соціумі, та має позитивний відгук у суспільстві, адже вона спрямована на те, щоб проявитись у групі та, таким чином, вказати на власну домінуючу позицію і відсутність страху.

Існування лідерства як феномену цікаве також і тим, що в психології суспільства воно може проявлятися через концепти формального та неформального лідерства, що відчувається оточенням. Людям властиво підмічати для себе риси певної особистості та аналізуючи їх давати свою оцінку щодо неї. Відповідно, для того, щоб середовище сприймало індивіда як лідера, тобто наділяло його певним неформальним статусом, він має відображати впевненість та, що важливо, ефективність, яка підмічає сильну аналітичну сторону особистості, її стресостійкість та інші фактори, наявність яких може бути не дуже поширеною або розкритою достатньо.

Даний принцип виражається через неформальне лідерство, основною характеристикою якого є те, що особа здійснює свій вплив, застосовуючи власні навички та вміння, та її ресурси, в яких люди вбачають потребу. На противагу цьому, формальне лідерство вира-

жається через вплив з позиції сформованої соціальної ієрархії, тобто з позиції посади [10].

У даному контексті також особливу роль варто приділити питанню психологічної відповідальності, яка займає важливе місце у структурі особистості лідера, адже сам феномен відповідальності насправді не є простим та односкладним. Він включає в себе багато аспектів свого прояву та форм взаємодії. У загально-психологічному підході відповідальність характеризується як окрема психологічна категорія, основою якої є відповідна особистісна риса, або іншими категоріями, такими як почуття відповідальності, готовність (установки) до відповіді тощо [11].

Висновки. Лідерська позиція підкріплюється здатністю такої людини сприймати власну відповідальність, у разі чогось, проявити лідерство через вольову сферу, яка підкріплена певним обов'язком та певним очікуванням соціуму. Загалом, можна говорити про те, що дана особистісна риса є вкрай важливою для лідера, та припускаємо, що основоположною для сприйняття цілісності вольових, лідерських рис особистості.

Отже, сам феномен лідерства неможливий без наявності особистості лідера, або тієї, що сприймається неформально як лідер.

Список використаних джерел:

1. Максименко С.Д., Соловієнко В.О. Загальна психологія. К.: Форум, 2000, 543 с.
2. Алексеева А.І. Деякі складові змісту громадянської свідомості студентів. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ: Вид-во «Плай» Прикарпатського університету, 2000. Вип. 5. С. 3–7.
3. Шахова О.Г. Соціальна психологія особистості: навч. посіб. Харків: Контраст, 2019. 116 с.
4. Александров Ю. В. Психологічні аспекти лідерства. Лідери ХХІ століття. Формування особистості харизматичного лідера на основі гуманітарних технологій: Матеріали наук. конф. (м. Харків, 21–22 верес. 2017 р.). Харків: НТУ «ХПІ», 2017. С. 152–154.
5. Рудь О.Л., Рудь Ю.Л. Неформальне лідерство в організації: взаємодія керівника та неформального лідера. Нові технології. *Науковий вісник КУЕІТУ*. Кременчук, 2009. № 1 (23). С. 204–209.
6. Малигіна Г.С. Відповідальність особистості як загальнопсихологічна проблема. *Наука і освіта*, 2013. № 7. С. 52–55.
7. Пірен М. І. Основи політичної психології. Київ: Міленіум. 2003. 413 с.
8. Колосович О.С. Психологічні особливості виникнення та функціонування лідерства у професійній сфері. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*. Львів : ЛьвДУВС, 2012. Випуск 2(1). С. 391–400.
9. Нестуля С. І. Ціннісні аспекти сучасних концепцій лідерства. *Вища освіта України*. 2017. № 2. Дод. 1. Вип. «Університет і лідерство». С. 93–96.
10. Гродецька М. Неформальне лідерство як фактор управлінської діяльності. Матеріали II Міжнародної студентської науково-технічної конференції «Природничі та гуманітарні науки. Актуальні питання». 2019. С. 221–221.

11. Самко А.М. Особливості харизматичного лідерства: Матеріали міжнародної науково-практичної конференції «Лідери XXI століття. Формування особистості харизматичного лідера на основі гуманітарних технологій для управління соціальними системами». Харківський політехнічний інститут, м. Харків, Україна, 2020. С. 67–70.

References:

1. Maksymenko, S.D., & Solovienko, V.O. (2000). *Zahalna psykholohiia [General psychology]*. K.: Forum. 543. 98 p. [in Ukrainian].
2. Alekseeva, A.I. (2000). *Deiaki skladovi zmistu hromadianskoi svidomosti studentiv [Some components of the content of students' civic consciousness]*. Zbirnyk naukovykh prats: filosofii, sotsiologii, psykholohiia. Ivano-Frankivsk: Vyd-vo «Plai» Prykarpatskoho universytetu. 5. Pp. 3–7 [in Ukrainian].
3. Shakhova, O.G. (2019). *Sotsialna psykholohiia osobystosti: navch. posib. [Social psychology of personality: a textbook]*. Kharkiv: Kontrast. 116 p. [in Ukrainian].
4. Aleksandrov, Y.V. (2017). *Psykholohichni aspekty liderstva [Psychological aspects of leadership]*. *Lidery KhKhI stolittia. Formuvannia osobystosti kharyzmatychnoho lidera na osnovi humanitarnykh tekhnolohii: Materialy nauk. Konf. – Leaders of the XXI century. Formation of the personality of a charismatic leader on the basis of humanitarian technologies: materials of the scientific conference (Kharkiv, September 21–22, 2017)*. Kharkiv: NTU «KHPI». Pp. 152–154 [in Ukrainian].
5. Rud, O.L., & Rud, Y.L. (2009). *Neformalne liderstvo v orhanizatsii: vzaiemodiia kerivnyka ta neformalnoho lidera [Informal leadership in the organization: interaction of the leader and the informal leader]*. *Novi tekhnolohii. Naukovyi visnyk KUEITU. Kremenchuk – New technologies. Scientific Bulletin of KUEITU. Kremenchuk*. 1 (23). Pp. 204–209 [in Ukrainian].
6. Malygina, G.S. (2013). *Vidpovidalnist osobystosti yak zahalnopsykholohichna problema [Personal responsibility as a general psychological problem]*. *Nauka i osvita – Science and Education*. (7), pp. 52–55 [in Ukrainian].
7. Piren, M.I. (2003). *Osnovy politychnoi psykholohii [Fundamentals of political psychology]*. Kyiv: Milenium. 413 p. [in Ukrainian].
8. Kolosovych, O.S. (2012). *Psykholohichni osoblyvosti vynyknennia ta funktsionuvannia liderstva u profesiinii sferi [Psychological features of the emergence and functioning of leadership in the professional sphere]*. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav. Seriiia psykholohichna. Lviv : LvDUVS – Scientific Bulletin of Lviv State University of Internal Affairs. Psychological series*. 2(1). Pp. 391–400 [in Ukrainian].
9. Nestulia, S.I. (2017). *Tsinnisni aspekty suchasnykh kontseptsii liderstva [Value aspects of modern concepts of leadership]*. *Vyscha osvita Ukrainy. 2017. № 2. Dod. 1. Vyp. «Universytet i liderstvo» – Higher education of Ukraine. № 2. Supplement 1. Issue «University and Leadership»*. Pp. 93–96 [in Ukrainian].
10. Grodetska, M. (2019). *Neformalne liderstvo yak faktor upravlinskoï diialnosti [Informal leadership as a factor of managerial activity]*. *Materialy II Mizhnarodnoi studentskoi naukovykh tekhnichnoi konferentsii «Pryrodnychi ta humanitarni nauky. Aktualni pytannia» – Materials of the II International Student Scientific and Technical Conference «Natural Sciences and Humanities. Topical Issues»*. Pp. 221–221 [in Ukrainian].
11. Samko, A.M. (2020). *Osoblyvosti kharyzmatychnoho liderstva [Features of charismatic leadership]*. *Materialy mizhnarodnoi naukovykh praktychnoi konferentsii «Lidery KhKhI stolittia. Formuvannia osobystosti kharyzmatychnoho lidera na osnovi humanitarnykh tekhnolohii dlia upravlinnia sotsialnymy systemamy»*. *Kharkivskiy politekhnichnyi instytut, m. Kharkiv, Ukraina – In: Materials of the international scientific and practical conference «Leaders of the XXI century. Formation of the personality of a charismatic leader on the basis of humanitarian technologies for the management of social systems»*. Kharkiv Polytechnic Institute, Kharkiv, Ukraine. Pp. 67–70 [in Ukrainian].

УДК 159.95

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-5>**Компанович Маріанна Станіславівна,**

кандидатка психологічних наук, доцентка,
завідувачка кафедри психології,
Львівський інститут Приватного акціонерного товариства
«Вищий навчальний заклад
«Міжрегіональна Академія управління персоналом»,
вулиця Мазепа, 29, Львів, 79059, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7670-1714>

Треф'як Костянтин Любомирович,

аспірант кафедри психології,
Приватне акціонерне товариство «Вищий навчальний заклад
«Міжрегіональна Академія управління персоналом»,
вулиця Фрометівська, 2, Київ, 03039, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-2413-0781>

СКЛАДОВІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ В ПРАКТИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГІВ-ПСИХОТЕРАПЕВТІВ

Стаття присвячена теоретичному дослідженню складових стресостійкості в психолого-психотерапевтичній діяльності, які є суттєвими елементами, що впливають на ефективність роботи практикуючих психологів-психотерапевтів. Стрес є неминучою складовою діяльності психологів-психотерапевтів, яка виникає через емоційне навантаження, спричинене різноманітними чинниками. На сьогоднішній день зростає важливість розгляду питання стресостійкості у психолого-психотерапевтичній практиці, оскільки фахівці зіштовхуються зі зростаючим психологічним тиском через складнощі сучасного життя та різноманітність психічних проблем. Забезпечувати стресостійкість і дбати про особисту психологічну гігієну є значним викликом для професійної діяльності психологів-психотерапевтів, особливо в умовах війни. Це може мати значні наслідки для професійної продуктивності та психологічного здоров'я психологів-психотерапевтів. Тому дана стаття присвячена різноманітним компонентам стресостійкості, які в свою чергу впливають на здатність психолога-психотерапевта ефективно опрацьовувати стрес. Серед таких складових можуть бути особисті характеристики психолога-психотерапевта, рівень професійних навичок, кількість проведених психотерапевтичних сесій на тиждень, конфігурація практики, ступінь підтримки колег та наявність та частота супервізійного супроводу. Розглядається додатково когнітивно-рефлексивна та емоційна складові. Через когнітивно-рефлексивну складову фахівець оцінює стрес та його чинники та формує власні методи його подолання. Водночас емоційна складова визначається реакцією особистості на стресові події, включаючи здатність справлятися із своїми емоціями під час або після впливу стресорів. Дослідження перелічених складових допомагає вдосконалити підготовку психологів-психотерапевтів, розробляти програми підтримки для практикуючих фахівців та створювати сприятливі умови для психолога-психотерапевтичної практики, що підвищує якість надання послуг та рівень задоволеності роботою у цій сфері.

Ключові слова: стресостійкість, психотерапія, саморегуляція, психологічне благополуччя, самопізнання, емпатія, стресові ситуації, складові стресостійкості.

Kompanovich Marianna, Trefiak Kostiantyn. Components of stress resilience in the psychological-psychotherapeutic practice

This article is dedicated to the theoretical exploration of the components of stress resilience in psychotherapeutic practice, which are essential elements influencing the effectiveness of practicing psychologists-psychotherapists. Stress is an inevitable part of the work of psychologists-psychotherapists, arising from emotional strain caused by various components. The importance of stress resilience in psychotherapeutic practice is growing today, as professionals face increasing psychological pressure due to the complexities of modern life and the diversity of mental health issues. Ensuring stress resilience and caring for personal psychological hygiene is a significant

challenge for the professional activity of psychologists-psychotherapists, especially in times of war. This can have significant consequences for professional productivity and the psychological health of psychologists-psychotherapists. Therefore, this article is dedicated to various components of stress resilience, which in turn affect the ability of a psychologist-psychotherapist to effectively manage stress. Among these components can be the personal characteristics of the psychologist-psychotherapist, the level of professional skills, the number of psychotherapeutic sessions conducted per week, the configuration of practice, the degree of colleague support, and the presence and frequency of supervisory support. The cognitive-reflexive and emotional components are also considered. Through the cognitive-reflexive component, the specialist evaluates stress and its components and forms their own methods of overcoming it. At the same time, the emotional component is determined by the individual's reaction to stressful events, including the ability to cope their emotions during or after the impact of stressors. The research of components helps to improve the training of psychologists-psychotherapists, develop support programs for practicing professionals, and create favorable conditions for psychotherapeutic practice, which enhances the quality of services provided and the level of job satisfaction in this field.

Key words: stress resilience, psychotherapy, self-regulation, psychological well-being, self-awareness, empathy, stressful situations, components of stress resilience.

Вступ. В Україні вищі навчальні заклади готують спеціалістів у галузі психології та психіатрії (Постанова кабінету міністрів, від 29 квітня 2015 р. № 266). Однак, якщо психолог або психіатр бажає стати психотерапевтом, він повинен пройти додаткове навчання, тривалість якого може варіюватися від 3 років в залежності від обраного напрямку психотерапії [1; 2; 3]. До цього додається кілька років досвіду індивідуальної та/або групової психотерапії, яку майбутній психотерапевт повинен пройти.

Наразі регулюванням навчання та практичної діяльності психотерапевтів в Україні є компетенцією психотерапевтичних асоціацій, які встановлюють стандарти навчання, сертифікують та акредитують спеціалістів. Однак, в Україні ще немає чіткого законодавчого регулювання в цій сфері. Проте, на даний момент розробляється проект закону 9433 від 28.06.2023, який має на меті регулювати діяльність психологів-психотерапевтів [4].

В цьому контексті, важливим є дослідження специфіки роботи психологів-психотерапевтів в різних інституціях, щоб допомогти узгодити університетське навчання та вимоги професійних спільнот. В Україні значна кількість наукових досліджень зосереджена на вивченні професій психолога та психіатра. Така тенденція обумовлена не лише важливістю цих сфер у суспільстві, але й вимогами професійних спілок до освітнього рівня майбутніх фахівців. Зокрема, в багатьох

випадках вимагається наявність вищої освіти в галузі психології або психіатрії [1; 2; 3; 5]. У зв'язку з цим, в даній статті будуть використані джерела, що відносяться до вказаних професій, адже вони мають безпосереднє відношення до проблематики дослідження.

Дана стаття присвячена складовим стресостійкості в психолого-психотерапевтичній діяльності, які є суттєвими елементами, що впливають на ефективність практикуючих психологів-психотерапевтів.

Стрес є необхідною складовою діяльності психотерапевтів, яка часто виникає у зв'язку з емоційним навантаженням, спричиненим різноманітними чинниками. У сучасному світі психотерапевтична практика стикається зі значними викликами, які можуть впливати на ефективність роботи та психологічне самопочуття фахівців [6]. Проте дослідження чинників, що сприяють витривалості до стресу у психотерапевтичній практиці, має велике значення для розвитку цієї галузі.

На сьогодні зростає важливість розгляду питання стресостійкості у психолого-психотерапевтичній практиці, оскільки фахівці зіштовхуються зі зростаючим психологічним тиском через складнощі сучасного життя та різноманітність психічних проблем. Забезпечувати стресостійкість і дбати про особисту психологічну гігієну є значним викликом для професійної діяльності психологів-психотерапевтів, особливо в умовах війни. Відсутність даних навиків може викликати емоційне вигорання, яке виникає через тривалий стрес

або неперервне фізичне чи емоційне виснаження. Це може мати значні наслідки для професійної продуктивності та психологічного здоров'я психологів-психотерапевтів [7].

Дослідження та розуміння складових, що сприяють стресостійкості серед психологів-психотерапевтів, дозволить розробити більш ефективні методи підготовки фахівців, покращити умови праці та підвищити якість психотерапевтичних послуг. Таке розуміння дозволить сприяти подальшому розвитку психотерапії та забезпечити якісну допомогу клієнтам. Розвиток стресостійкості майбутнього психолога, як відзначає Б. Бедник, є ключовим елементом підготовки кваліфікованих та конкурентоспроможних кадрів у галузі психології [6].

Мета статті – полягає у теоретичному вивченні та аналізі складових, що впливають на стресостійкість психологів-психотерапевтів у їхній професійній діяльності. Основною метою є розкриття індивідуальних, соціальних та організаційних аспектів, які сприяють або заважають ефективному копінгу зі стресом у цій професійній галузі. Шляхом систематизації та аналізу наукових досліджень, визначити складові, які впливають на стресостійкість практикуючих фахівців та розробці рекомендацій щодо підвищення їхньої стресостійкості та психологічного благополуччя.

Матеріали та методи. У даному дослідженні було використано комбінацію науково-теоретичного аналізу та огляду літератури. Використання цих методів дозволило зосередитися на теоретичних концепціях, моделях та підходах, що визначають складові стресостійкості в психотерапевтичній практиці.

Огляд літератури також включав аналіз сучасних тенденцій у підходах до управління стресом у психотерапії, виявлення важливих практичних інструментів та ресурсів, які можуть допомогти психотерапевтам підвищити свою стресостійкість та психологічне благополуччя.

Результати. Дослідники Г. Лазос та Л. Дворніченко [7; 8] вважають, що профе-

сія психотерапевта є доволі вразливою. Вони ідентифікують ряд стресогенних чинників, які негативно впливають на психоемоційний стан практикуючих психологів-психотерапевтів та викликають емоційне вигорання: відсутність супервізійного супроводу, обмежені ресурси, недостатній рівень освіти та практичного досвіду, неадекватні професійні очікування щодо критеріїв ефективності та успішності, екстремальні ситуації в психотерапевтичній практиці. До цих стресових складових слід також віднести: занадто велика кількість сесій в тиждень для фахівця, широкий спектр психологічних проблем у вирішенні яких може допомогти фахівець, кількість клієнтів з малопомітною динамікою терапії або клієнти з потребою в підтримуючій терапії, недосконалість нормативно-правових актів, недостатня заробітна плата, брак часу для вирішення конкретних професійних завдань. Важливо підкреслити, що чинники з перерахованих вище складових стресу взаємопов'язані [9].

Згідно з теоретичною моделлю стресу Р. Лазаруса [10], у якій враховуються як перцептивні, так і когнітивні процеси, ключове значення у розвитку стресостійкості відводиться оцінці стресу людиною, що полягає в тому, щоб визначити індивідуальне значення різних елементів ситуації та їх вплив на людські здібності у подоланні стресу.

Отже, перш за все, завдяки когнітивним процесам відбувається рефлексивна діяльність стосовно особливостей стресу та власних методів його подолання. Це, у свою чергу, викликає певні емоції, які впливають на мотивацію систематично регулювати свою поведінку для подолання стресу. Таким чином, з урахуванням послідовності характеристик психологічної реакції на стрес та розвиток стресостійкості особистості, структура стресостійкості повинна включати перший когнітивний, другий емоційний і третій поведінковий компоненти [11].

Когнітивна складова стресостійкості базується на знаннях, які сприяють розвитку власної та чужої рефлексії, а також на навичках, які формують основу для здійснення практич-

них дій та рефлексивної діяльності. Оптимістичне мислення є складовою когнітивно-рефлексивної складової здатності практикуючого фахівця подолати стрес, оскільки оптимізм, як особистісна якість, стимулює мотивацію, спрямовану на розвиток позитивного ставлення до людей і обставин. Оптимістичне мислення є необхідним для психолога-психотерапевта через специфіку його роботи, що передбачає створення особливої атмосфери в роботі з різними стресовими ситуаціями, що є додатковим навантаженням. Це важливо для збереження стійкості психолога-психотерапевта в спілкуванні з клієнтами, які опинилися в складних життєвих обставинах і потребують психологічної підтримки, оскільки оптиміст може не тільки передбачити позитивний вирішення будь-якої складної ситуації, але і викликання довіри. Неактивне прийняття оптимістичного підходу психологом-психотерапевтом може деморалізувати клієнта, створюючи атмосферу недовіри, що, в свою чергу, негативно впливає на результати професійної діяльності [12].

Як надмірно завищена, так і надто занижена самооцінка психологів-психотерапевтів можуть призвести до хронічного стресу у професійній діяльності, тому адекватна самооцінка є важливим елементом когнітивно-рефлексивного компонента стресостійкості. Ще одним аспектом цього компонента є внутрішній зовнішній локус контролю, який може значно впливати на розвиток стресостійкості у фахівців, таких як практикуючі психологи-психотерапевти. Згідно з Г. Дубчаком [13] та О. Дмишко [14], фахівці з вираженням внутрішнім локусом контролю проявляють більшу самокритичність і самостійність у відповідальних діях, що сприяє конструктивній поведінці в стресових ситуаціях. Вони демонструють менший рівень тривожності у стресових ситуаціях під тиском громадськості, проявляють менше тривожності, що є характерним для професій, де необхідно вирішувати конфліктні ситуації, включаючи роботу психологів-психотерапевтів. Це зумовлено їхньою більшою впевненістю, самовпевненістю, відчуттям оптимізму, терплячістю та

збалансованістю. Внутрішня установка психологів-психотерапевтів сприяє збереженню стійкості їхньої самооцінки, підтримує їх актуалізацію та визначає їхні обов'язки у творенні життєвої стратегії та особистісно-професійному розвитку [15].

Отже, основні елементи когнітивно-рефлексивного аспекту стресостійкості психолога-психотерапевта включають в себе внутрішнє відчуття оптимізму, правильне уявлення про себе та здатність до саморегуляції. Згідно з моделлю емоційної складової стресостійкості М. Кудінова [16], низький рівень тривожності є нормальною реакцією на стресори, яка адаптується до змінних умов, але постійна особистісна тривожність може впливати на продуктивність роботи психологів-психотерапевтів, оскільки вона характеризується стійкими проявами тривоги у різних ситуаціях і негативно впливає на їхню ефективність.

Емоційний компонент стресостійкості визначається реакцією особистості на стресові події, включаючи здатність контролювати свої емоції під час або після впливу стресорів. Деякі науковці відносять емоційну стійкість до складової стресостійкості. Наприклад, за концепцією Н.О. Кордунова та Н.С. Дмитріюк, Н. С. емоційна стійкість визначається як інтегративна, полісистемна якість особистості, що включає в себе взаємодію емоційного, інтенційного, інтелектуального та мотиваційного компонентів психічної діяльності особистості. Це сприяє досягненню мети в умовах складних емоційних ситуацій. Емоційна стійкість у деяких людей виникає через низький рівень їхньої емоційної чутливості [17].

Низький рівень емоційності та повільна зміна емоцій не є властивими рисами особистості, які були б ідеальними для сфери, як людина-людина, включаючи психологів-психотерапевтів. Їхня професійна діяльність переважно пов'язана зі спілкуванням, що, в свою чергу, вимагає високого рівня співчуття та здатності свідомо адаптуватися до емоційного стану клієнтів. Тому ми вважаємо, що для формування навичок психолога-психо-

терапевта у перенесенні стресу слід приділяти увагу не емоційній стійкості, а вмінню свідомо регулювати свій емоційний стан залежно від ситуації.

Психотерапевтична практика часто супроводжується значним рівнем напруги і стресу. Це обумовлено не лише емоційним навантаженням та почуттям відповідальності за ефективність роботи, а й потенційним ризиком вигорання. Здатність психолога-психотерапевта до емоційної саморегуляції стає важливим фактором для досягнення його професійних цілей та збереження психічного благополуччя [18].

Складові, що впливають на стресостійкість психотерапевтів:

1) особистісні характеристики та навички емоційного інтелекту (стресостійкість, гнучкість та здатність адаптуватися до мінливих умов, оптимізм, самопідтримка та вміння піклуватися про себе) [8];

2) професійні складові, такі як, освіта та підготовка, ідентифікація з професійною спільнотою, практичний досвід роботи з різними категоріями клієнтів, відсутній значного прогресу в терапії клієнта, наявність та частота супервізії, сприятлива соціальна підтримка, чіткі психологічні межі між робочим та особистим контекстом [8; 19];

3) організаційні складові, комфортний та безпечний робочий простір [7].

Стресостійкість психолога-психотерапевта не є лише його приватною справою, а й важливим фактором, який впливає на якість та екологічність його роботи в сфері ментального здоров'я [20].

Чинники стресостійкості в психотерапевтичній діяльності є ключовими аспектами, визначаючими успішність і добробут практикуючих психотерапевтів. Ці складові включають різноманітні аспекти, такі як особисті

характеристики психолога-психотерапевта, рівень професійних навичок, підтримка колег та супервізія, а також організаційна культура та робоче середовище. Дослідження цих складових допомагає вдосконалити підготовку психотерапевтів, розробляти програми підтримки для фахівців і створювати сприятливі умови для їхньої практики. Врахування цих аспектів сприяє підвищенню якості послуг і підвищенню задоволеності від професійної діяльності у цій сфері [9].

Висновки. Складові стресостійкості в психолого-психотерапевтичній діяльності визначаються комплексністю і включають в себе різноманітні аспекти, таких як особистісні характеристики психолога-психотерапевта, комфортний гомеостаз в професійній діяльності. Розуміння та управління цими складовими є важливим для покращення ефективності та благополуччя практикуючих психотерапевтів. Дослідження цих аспектів допомагає не лише у вдосконаленні підготовки фахівців, а й у розробці програм ментальної підтримки та створенні сприятливих умов для практики, що підвищує якість надання послуг та підвищує рівень задоволеності роботою.

Ретельне вивчення та управління складовими стресостійкості є ключовими для забезпечення якісної та ефективної психолого-психотерапевтичної діяльності. Розвиток стресостійкості у психолого-психотерапевтичній галузі сприяє підвищенню рівня професійної компетентності та здатності психологів-психотерапевтів ефективно працювати в умовах стресу, що невід'ємно супроводжує їхню роботу. Дослідження цих складових слід продовжувати з метою подальшого набуття розуміння практичних інструментів, що в свою чергу сприятиме результативності психотерапії.

Список використаних джерел:

1. Національна Асоціація Гештальт Терапевтів – України. Навчання на першому та другому ступені [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://gestalt.org.ua/navchannya-na-pershomu-ta-drugomu-stupeni/> (дата звернення 23.03.2024).
2. Львівський психоаналітичний інститут ментального здоров'я. Питання/Відповіді [Електронний ресурс]. Режим доступу: https://psy.lviv.ua/?page_id=942 (дата звернення 23.03.2024).

3. Український інститут когнітивно-поведінкової терапії. Когнітивно поведінкова терапія, базовий навчальний проєкт [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://i-cbt.org.ua/cbtpro/> (дата звернення 23.03.2024).

4. Проект Закону України «про внесення змін до деяких законодавчих актів щодо системи охорони психічного здоров'я та послуг у сфері психічного здоров'я» від 28.06.2023 № 9433. Верховна Рада України [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://itd.rada.gov.ua/billInfo/Bills/Card/42173> (дата звернення 23.03.2024).

5. Український інститут когнітивно-поведінкової терапії. Стандарти акредитації у когнітивно-поведінковій терапії на рівні фахівця, супервізора та викладача методу КПТ [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2022/09/STANDARTY-AKREDYTATSIYI-UAKP4.pdf>.

6. Бедник Б. Дослідження стресостійкості особистості майбутнього практичного психолога в процесі професійної підготовки у ВНЗ. *Вісник післядипломної освіти*. 2009 № 11(2). С. 19–28.

7. Dvornichenko L. Personality of consultant during the war: challenges and expectations [Електронний ресурс]. 2022. Режим доступу: <http://dir.upsc.md:8080/xmlui/handle/123456789/3912>.

8. Lazos G. «Professional risks of volunteer psychologists/psychotherapists working with trauma patients». *EUREKA: Social and Humanities*. 2016. № 1. С. 54–59.

9. Білова М.Е. Психологічні особливості осіб з різним рівнем стресостійкості (на прикладі працівників стресогенних професій): автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.01 «Загальна психологія, історія психології». Південноукр. держ. пед. ун-т ім. К.Д. Ушинського. Одеса, 2007. С. 20.

10. Lazarus R., Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York. Springer Publishing Company, 1984. С. 456.

11. Морозов Д. Мотиваційні чинники стресостійкості випускників вищих навчальних закладів: дис. канд. психол. наук 19.00.07. Ялта, 2011. С. 249.

12. Вірна Ж. П. Мотиваційно-сміслова регуляція у професіоналізації психолога : [монографія]. Волин. держ. ун-т ім. Лесі Українки. Луцьк: Вежа, 2003. С. 320.

13. Дубчак Г. М. Психологія становлення професійної стресостійкості майбутніх фахівців соціономічних професій. Київ, 2018. С. 460.

14. Дмишко О. Детермінанти та психологічні особливості локусу контролю особистості. *Наука і освіта : наук.-практ. журнал*. 2008. № 8–9. С. 47–51.

15. Фурман А.В. Психодіагностика особистісної адаптованості. Тернопіль: «Економічна думка». 2000. С. 197.

16. Кудінова М.С. Концепт стресостійкості у сучасному психологічному дискурсі. *Науковий вісник Харківського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. Випуск 6. Том 2. С. 48–53.

17. Кордунова, Н. О., Дмитріюк, Н. С. Емоційна стійкість як важлива складова особистості у період фахової підготовки. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України*. 2020, 6. С. 129–138.

18. Овсяннікова Я.О. Теоретико-методологічні підходи до аналізу понять емоційної, психологічної стресостійкості. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. Харків, 2009. Вип.6. С. 85–94.

19. Ballenger-Browning K. K., Schmitz K. J., Rothacker J. A., Hammer P. S., Webb-Murphy J. A., Johnson D. C. Predictors of burnout among military mental health providers. *Military medicine*. 2011. № 176(3). С. 253–260.

20. Folkman S., Lazarus R. S. If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1985. № 48(1). С. 150–170.

References:

1. Natsionalna Asotsiatsiia Heshtalt Terapevtiv – Ukrainy. Navchannia na pershomu ta druhomu stupeni [National Association of Gestalt Therapy of Ukraine – Training at the first and second stages of Gestalt Therapy] [Electronic resource]. Retrieved from: <https://gestalt.org.ua/navchannya-na-pershomu-ta-drugomu-stupeni/> (date of access 23.03.2024) [in Ukrainian].

2. Lvivskiy psykhoanalitichnyi instytut mentalnoho zdorovia. Pytannia/Vidpovidi [Lviv Psychoanalytic Institute of Mental Health, Questions/Answers] [Electronic resource]. Retrieved from: https://psy.lviv.ua/?page_id=942 (date of access 23.03.2024) [in Ukrainian].

3. Ukrainskiy instiut kohnityvno-povedinkovoi terapii. Kohnityvno povedinkova terapiia, bazovyi navchalnyi proekt [Cognitive behavioral therapy, basic training project] [Electronic resource]. Retrieved from: <https://i-cbt.org.ua/cbtpro/> (date of access 23.03.2024) [in Ukrainian].

4. Proekt Zakonu Ukrainy «Pro vnesennia zmin do deiakykh zakonodavchykh aktiv shchodo systemy okhorony psykhichnoho zdorovia ta posluh u sferi psykhichnoho zdorovia» vid 28.06.2023 № 9433 [Draft

Law of Ukraine «On Amendments to Some Legislative Acts on the Mental Health Protection System and Services in the Field of Mental Health» from 28.06.2023 № 9433]. Verkhovna Rada Ukrainy [Supreme Council of Ukraine] [Electronic resource]. Retrieved from: <https://itd.rada.gov.ua/billInfo/Bills/Card/42173> (date of access 23.03.2024) [in Ukrainian].

5. Ukrainskyi instytut kohnityvno-povedinkovoi terapii. Standarty akredytatsii u kohnityvno-povedinkovii terapii na rivni fakhivtsia, supervizora ta vykladacha metodu KPT [Standards of accreditation in cognitive-behavioral therapy at the level of a specialist, supervisor and teacher of the CBT method] [Electronic resource]. Retrieved from: <https://i-cbt.org.ua/wp-content/uploads/2022/09/STANDARTY-AKREDYTATSIYI-UAKPT4.pdf> [in Ukrainian].

6. Bednyk, B. (2009). Doslidzhennia stresostiikosti osobystosti maibutnoho praktychnoho psykholoha v protsesi profesiinoi pidhotovky u VNZ [Research of stress resistance of the personality of a future practical psychologist in the process of professional training in higher education]. *Visnyk pislidyplomnoi osvity*. № 11 (2). pp. 19–28 [in Ukrainian].

7. Dvornichenko, L. (2022). Personality of consultant during the war: challenges and expectations [Electronic resource]. 2022. Retrieved from: <http://dir.upsc.md:8080/xmlui/handle/123456789/3912>.

8. Lazos, G. (2016). «Professional risks of volunteer psychologists/psychotherapists working with trauma patients». *EUREKA: Social and Humanities*. № 1. pp. 54–59.

9. Bilova, M.E. (2007). Psykholohichni osoblyvosti osib z riznym rivnem stresostiikosti (na prykladi pratsivnykiv stresohennoi profesi) [Psychological features of individuals with different levels of stress resistance (on the example of workers in stressogenic professions)]. *Extended abstract of Candidate's thesis*. Pivdenno-ukr. derzh. ped. un-t im. K.D. Ushynskoho. Odessa. p. 20 [in Ukrainian].

10. Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). Stress, appraisal and coping. New York: Springer Publishing Company. p. 456

11. Morozov, D. (2011). Motyvatsiini chynnyky stresostiikosti vypusknivkiv vyshchych navchalnykh zakladiv [Motivational factors of stress resistance of graduates of higher educational institutions]. *Candidate's thesis*. Yalta. p. 249 [in Ukrainian].

12. Virna, Zh.P. (2003). Motyvatsiino-smyslova rehuliatsiia u profesionalizatsii psykholoha [Motivational and semantic regulation in the professionalization of a psychologist] : [monograph] / Zh. P. Virna ; Volyn. derzh. un-t im. Lesi Ukrainky. Lutsk : Vezha. p. 320 [in Ukrainian].

13. Dubchak, H.M. (2018). *Psykholohiia stanovlennia profesiinoi stresostiikosti maibutnikh fakhivtsiv sotsionomichnykh profesi* [Psychology of formation of professional stress resistance of future specialists of socionomic professions]. Kyiv. p. 460 [in Ukrainian].

14. Dmyshko, O. (2008). Determinanty ta psykholohichni osoblyvosti lokusu kontroliu osobystosti [Determinants and psychological features of the locus of control of the personality]. *Nauka i osvita : nauk.-prakt. zhurnal*. № 8–9. pp. 47–51 [in Ukrainian].

15. Furman, A.V. (2000). *Psykhodiagnostyka osobystisnoi adaptovanosti* [Psychodiagnostics of personal adaptability]. Ternopil: «Ekonomichna dumka». p. 197 [in Ukrainian].

16. Kudinova, M.S. (2016). Kontsept stresostiikosti u suchasnomu psykholohichnomu dyskursi [The concept of stress resistance in modern psychological discourse]. *Naukovyi visnyk Kharkivskoho derzhavnoho universytetu. Seriia «Psykholohichni nauky»*. Vypusk 6. Tom 2. pp. 48–53 [in Ukrainian].

17. Kordunova, N.O., & Dmytriuk, N.S. (2020). Emotsiina stiikist yak vazhlyva skladova osobystosti u period fakhovoi pidhotovky [Emotional resilience as an important component of personality during professional training]. *Aktualni problemy psykholohii. Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni G.S Kostiuka NAPN Ukrainy*. 6, pp. 129–138 [in Ukrainian].

18. Ovsyannikova, Ya.O. (2009). Teoretyko-metodolohichni pidkhody do analizu poniat emotsiinoi, psykholohichnoi stresostiikosti [Theoretical and methodological approaches to the analysis of the concepts of emotional, psychological stress resistance]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psykholohii*. Vyp. 6. pp. 85–94 [in Ukrainian].

19. Ballenger-Browning, K.K., Schmitz, K.J., Rothacker, J.A., Hammer, P.S., Webb-Murphy, J.A., & Johnson, D.C. (2011). Predictors of burnout among military mental health providers. *Military medicine*. № 176 (3). pp. 253–260.

20. Folkman, S., & Lazarus, R.S. (1985). If it changes it must be a process: Study of emotion and coping during three stages of a college examination. *Journal of Personality and Social Psychology*. № 48 (1). pp. 150–170.

УДК 159.96:616.89

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-6>

Нянько Людмила Юріївна,

старший викладач кафедри обліку та фінансів,
Університет економіки і підприємництва,
вулиця Героїв Майдану, 13, Хмельницький, 29013, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0763-487X>

Нянько Валерія Віталіївна,

здобувач вищої освіти
ОП «Право» за спеціальністю 081 Право юридичного факультету,
Хмельницький університет управління та права імені Леоніда Юзькова,
вулиця Героїв Майдану, 8, Хмельницький, 29013, Україна,
здобувач вищої освіти
ОП «Політологія» за спеціальністю 051 Політологія філософського факультету,
Київський національний університет імені Тараса Шевченка,
вулиця Володимирська, 60, Київ, 01033, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8821-4342>

ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА В УМОВАХ ВІЙНИ

У зв'язку зі складними геополітичними та соціальними викликами, з якими стикається Україна та сучасний світ, тема психологічної підтримки в умовах війни набуває особливої актуальності. Військові конфлікти, терористичні акти та збройні протистояння створюють непередбачувані обставини для громадян та вимагають комплексного підходу до забезпечення їхнього психічного благополуччя та стабільності. Психологічна підтримка в умовах війни включає в себе широкий спектр дій та заходів, спрямованих на підтримку і забезпечення психічного здоров'я населення, військовослужбовців, волонтерів та всіх, хто опинився у зоні конфлікту. Ця тема стає особливо важливою в контексті військових дій, адже вони можуть призвести до травматичних наслідків, посттравматичного стресового розладу та інших психологічних проблем. дослідити особливості психологічної підтримки в умовах війни.

Психологічна підтримка в умовах війни має свої особливості, які обумовлені специфікою ситуації, у якій перебувають постраждалі. Основні аспекти психологічної підтримки в таких умовах включають кризову інтервенцію (негайна допомога, техніки стабілізації); психоедукацію (інформування, навчання); підтримку травмованих (терапія травми, групова терапія); підтримку дітей та підлітків (адаптовані методи роботи; робота з родинами); профілактика та довготривала підтримка (профілактика ПТСР, тривала терапія); соціальна підтримка (спільноти та організації, реінтеграція), робота з військовими та ветеранами (специфічні програми, психосоціальна підтримка).

Психологічна допомога жертвам військових конфліктів може здійснюватися через різні психотерапевтичні чи психологічні парадигми, що включають такі підходи: когнітивно-поведінкова терапія (КПТ); десенсибілізація і репроцесуалізація рухом очей (EMDR); психодинамічна терапія; гуманістична терапія; екзистенційна терапія; арт-терапія; групова терапія; сімейна терапія; травма-фокусована когнітивно-поведінкова терапія (ТФ-КПТ); медикаментозна підтримка. Кожен з цих підходів може бути адаптований для роботи з жертвами військових конфліктів залежно від їхніх конкретних потреб і ситуації. Часто найефективнішим є комбінування кількох методів для досягнення оптимальних результатів.

Психологічна підтримка в умовах війни є багатовимірною і потребує комплексного підходу, враховуючи як індивідуальні потреби постраждалих, так і колективні виклики.

Ключові слова: психологічна підтримка, психологічна допомога, війна, Гештальт-терапія, посттравматичний стресовий розлад, психотерапія.

Nianko Liudmyla, Nianko Valeriia. Psychological support in times of war

In view of the complex geopolitical and social challenges faced by Ukraine and the modern world, the issue of psychological support in times of war is of particular relevance. Military conflicts, terrorist attacks and armed confrontations create unpredictable circumstances for citizens and require a comprehensive approach to ensuring

their mental well-being and stability. Psychological support in times of war includes a wide range of actions and measures aimed at maintaining and ensuring the mental health of the population, military personnel, volunteers and everyone who finds themselves in the conflict zone. This topic becomes particularly important in the context of military operations, as they can lead to traumatic consequences, post-traumatic stress disorder and other psychological problems. To explore the specifics of psychological support in war.

Psychological support in wartime has its own peculiarities, which are determined by the specifics of the situation in which the victims are. The main aspects of psychological support in such settings include crisis intervention (immediate assistance, stabilisation techniques); psychoeducation (information, training); support for traumatised people (trauma therapy, group therapy); support for children and adolescents (adapted methods of work; work with families); prevention and long-term support (PTSD prevention, long-term therapy); social support (communities and organisations, reintegration), work with military personnel and veterans (specific programmes, psychosocial support).

Psychological assistance to victims of military conflicts can be provided through various psychotherapeutic or psychological paradigms, including the following approaches Cognitive Behavioural Therapy (CBT); Eye Movement Desensitisation and Reprocessing (EMDR); Psychodynamic Therapy; Humanistic Therapy; Existential Therapy; Art Therapy; Group Therapy; Family Therapy; Trauma-Focused Cognitive Behavioural Therapy (TF-CBT); and Medication Support. Each of these approaches can be adapted to work with victims of military conflict depending on their specific needs and situation. It is often most effective to combine several methods to achieve optimal results.

Psychological support in wartime is multidimensional and requires a comprehensive approach, taking into account both the individual needs of victims and collective challenges.

Key words: *psychological support, psychological assistance, war, Gestalt therapy, post-traumatic stress disorder, psychotherapy.*

Вступ. Вивчення проблеми надання психологічної допомоги та підтримки постраждалим в умовах війни стало актуальним завданням для фахівців психолого-соціальних служб, пов'язаних із захистом здоров'я людей у непередбачуваних та екстремальних умовах. Зміцнення психічного та психологічного здоров'я українців як фактор збереження української сім'ї, нації та України на сьогоднішній день є основною основою реалізації суспільно-ціннісних завдань, спрямованих на захист і збереження людства на території України.

Матеріали та методи. Військові дії надзвичайно психологічно травмують як дорослих, так і дітей, оскільки призводять до втрати здоров'я та життя, руйнування їхніх потреб у безпеці, зниження базової довіри до світу, зміни соціальних уявлень тощо. Цінності та сенс життя, інтенсивність і раптовість травматичних подій (чим менш очікувана подія, тим більша шкода для душі), виснаження фізичного та психічного здоров'я внаслідок тривалого перебування в екстремальних умовах, бойових дій чи війни. Травматичні події, часто пов'язані з фактом або загрозою смерті, серйозними фізичними ушкодженнями або сексуальним насильством, дають людині

абсолютно нову інформацію, яку необхідно інтегрувати в попередній життєвий досвід.

Психологічні наслідки військової травми є поширеними і навіть можуть бути пов'язані з психічними вадами. Тому важливо зосередитися на внутрішніх ресурсах — на тому, що постраждалі можуть зробити, щоб допомогти собі впоратися. На додаток до спеціалізованого лікування, яке може знадобитися в окремих випадках, є багато кроків, які можна вжити на індивідуальному рівні та на рівні громади, щоб допомогти постраждалим відновити впевненість і відчуття контролю. Зокрема, необхідно краще розуміти та заохочувати роль осіб, які пережили травму, у самоуправлінні своїм психічним здоров'ям [2].

Саме тому психологічна підтримка за таких обставин має включати: забезпечення швидкої психологічної допомоги для тих, хто постраждав від бойових дій чи переживає травматичні події; використання технік стабілізації, таких як дихальні вправи, техніки заземлення, спрямовані на зниження рівня тривоги і стресу; роз'яснення постраждалим природи їхніх емоційних реакцій на стрес та травму; навчання людей методам самопомоги, управління стресом, технікам релаксації та основним прийомам збереження

психічного здоров'я; використання методик, спрямованих на обробку травматичних переживань, таких як EMDR (десенсибілізація і репроцесуалізація рухом очей), когнітивно-поведінкову терапію; підтримку через групи взаємодопомоги, де люди можуть ділитися своїм досвідом і отримувати підтримку від інших, хто переживає схожі ситуації; використання адаптованих методів роботи з дітьми, таких як ігрова терапія, арт-терапія, які допомагають дітям виражати свої емоції та справлятися з травмою; підтримка батьків і вихователів у розумінні і допомозі дітям, які переживають стрес і травму; роботу щодо запобігання розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР) через ранню інтервенцію та підтримку; забезпечення тривалої психотерапевтичної підтримки для тих, хто потребує довгострокової допомоги через складність пережитих травм; важливість підтримки через соціальні структури, волонтерські організації, що надають психологічну допомогу; допомогу у поверненні до нормального життя, адаптацію до нових умов після закінчення бойових дій; розробку програм психологічної реабілітації для військових, які повертаються з зони бойових дій; підтримку в адаптації до мирного життя, допомогу у вирішенні психологічних проблем, що виникають після служби.

Психологічна допомога жертвам військових конфліктів може здійснюватися через різні психотерапевтичні чи психологічні парадигми практики: наприклад, у логотерапії В. Франкла психотерапевти чи клінічні психологи зосереджуються на смислоутворюючих механізмах подолання психологічної травми, від яких залежить виживання в екстремальних ситуаціях. на здатність людини знаходити сенс навіть у болі, когнітивна модель стресу Бека та Х. Емері базується на когнітивній оцінці психологічно травмуючої ситуації жертви, яка визначає її адаптаційні, дезадаптивні когнітивно-поведінкові стратегії [1].

Тобто, у цій сфері використовуються:

1. Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ). Суть методу: Орієнтується на виявлення

і зміну негативних думок і поведінкових шаблонів. Застосування: Допомагає жертвам війни зрозуміти і змінити деструктивні мисленнєві патерни, які можуть спричиняти тривогу, депресію або посттравматичний стресовий розлад (ПТСР).

2. EMDR (Десенсибілізація і репроцесуалізація рухом очей). Суть методу: Використання специфічних рухів очей або інших форм стимуляції для обробки травматичних спогадів. Застосування: Ефективна для обробки травматичних переживань і зменшення симптомів ПТСР.

3. Психодинамічна терапія. Суть методу: Фокус на вивченні підсвідомих процесів і минулих переживань, що впливають на поточний стан. Застосування: Допомагає жертвам війни зрозуміти глибинні причини їхніх емоційних проблем та вплив дитячих або минулих травм на теперішнє життя.

4. Гуманістична терапія. Суть методу: Підкреслює важливість особистого зростання і самореалізації. Застосування: Підтримує жертв війни у виявленні власних внутрішніх ресурсів і потенціалу для подолання травматичних переживань.

5. Екзистенційна терапія. Суть методу: Фокус на пошуку сенсу і мети життя, особливо в умовах кризи та втрат. Застосування: Допомагає жертвам війни знайти новий сенс життя і справитися з екзистенційними питаннями, такими як смерть, свобода і відповідальність.

6. Арт-терапія. Суть методу: Використання творчих процесів (малювання, ліплення, музика) для вираження і обробки емоцій. Застосування: Ефективна для роботи з дітьми та дорослими, які мають труднощі з вербальним вираженням переживань.

7. Групова терапія. Суть методу: Використання групової динаміки для підтримки і взаємодії між учасниками. Застосування: Створює простір для жертв війни, де вони можуть ділитися досвідом, отримувати підтримку і навчатися від інших, хто має подібний досвід.

8. Сімейна терапія. Суть методу: Робота з сім'ями для поліпшення комунікації і

взаєморозуміння. Застосування: Допомагає родинам жертв війни справлятися з наслідками травми та зміцнювати сімейні зв'язки.

9. Травма-фокусована когнітивно-поведінкова терапія (ТФ-КПТ). Суть методу: Спеціалізований підхід, орієнтований на роботу з травмою, який включає елементи КПТ, психоедукацію і техніки релаксації. Застосування: Ефективний для роботи з дітьми, підлітками і дорослими, які пережили травматичні події.

10. Медикаментозна підтримка. Суть методу: Використання психотропних ліків для зменшення симптомів тривоги, депресії, ПТСР. Застосування: Допомагає стабілізувати стан пацієнтів, коли психологічні методи самі по собі недостатні.

Кожен з цих підходів може бути адаптований для роботи з жертвами військових конфліктів залежно від їхніх конкретних потреб і ситуації. Часто найефективнішим є комбінування кількох методів для досягнення оптимальних результатів.

Гештальт-терапія в поєднанні з груповими формами роботи часто успішно використовується для лікування розладів сну, невротичних і психосоматичних захворювань, депресивних станів, суїцидальної поведінки. Терапевтичні методики, розроблені П. Сміт, У. Юле [5], базуються на когнітивно-поведінкових методах лікування посттравматичних переживань і успішно впроваджуються в багатьох країнах для ефективного подолання психологічної травми у дітей та батьків, пов'язаних з війною.

Основні з них містять такі напрямки психологічної роботи: дослідження емоційних реакцій на стреси війни; створення відчуття безпеки; техніки роботи в уяві; техніки подвійного фокусу уваги; робота зі снами; робота з думками; робота з емоціями (особлива увага при цьому приділяється тим емоціям, які пов'язані з психічним станом збудливості та його корекції, а також з переживаннями втрати близьких людей); експозиція до травматичних спогадів: малювання, листи і проговорювання; надання рекомендацій щодо батьківської допомоги дітям та подолання власних

проблем батьків; ведення щоденника для планування діяльності на кожен день тижня [3].

У структурі готовності психолога до надання психологічної допомоги особам у воєнній ситуації та членам їхніх сімей як складного особистісного утворення можна виділити такі елементи: когнітивний (сукупність знань про зміст, чинники, методи) та методичний. надання психологічної допомоги учасникам військових дій (антитерористичної операції, комплексу заходів, спрямованих на попередження, попередження та припинення терористичних актів) та членам їх сімей, що суттєво знижує ризик розвитку деструктивних тенденцій у цьому процесі, зокрема некоректних сприйняття професійно завантаженої інформації та її спотворення); афективний (позитивне ставлення до надання психологічної допомоги, сукупність мотивів, що визначають відповідне позиціонування психолога); конативний (сукупність практичних умінь і навичок, зокрема з надання психологічної допомоги); конструктивний діалог з клієнтами, виявляти самоконтроль у складних ситуаціях професійної діяльності. Тільки високий ступінь розвитку цих компонентів може сприяти підготовці психологів до надання якісної психологічної допомоги людям, які постраждали від кризових психотравмуючих подій [1].

Залежно від інтенсивності та складності життєвих ситуацій, спричинених війною, пропонуємо виокремити наступні види психологічної допомоги для підтримки людей під час військових дій: кризове втручання в ситуацію, спрямоване на усунення або зменшення наслідків цієї ситуації, що пов'язане з психологічною допомогою (неадекватні емоційні реакції, зменшення ознак шоку та кризових станів, підвищення ресурсних можливостей для виходу з важких кризових ситуацій шляхом відповідного управління особистою поведінкою) та з соціальною підтримкою (довгострокова терапевтична, психосоціальна, корекційна та реабілітаційна робота зі спеціалістами), спрямована на відновлення психосоціального благополуччя та психічного здоров'я пацієнтів, які пережили військову

агресію, та в процесі вирішення важливих для них психологічних проблем); самодопомога (здатність людини підтримувати себе психологічно залежить від потенціалу віри, надії та любові у її ставленні до себе, як потенціалу адаптації до найскладніших ситуацій у житті кожного). Якщо у жертви війни недостатньо внутрішніх ресурсів, її стресовий стан, що триває більше місяця, може бути пов'язаний з посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), детермінованою реакцією на травматичний стрес, яка може призвести до психічних розладів у будь-кого [2].

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) може супроводжуватися депресивним станом, при якому практичні психологи відзначають негативне ставлення клієнта до себе (інтенсивні негативні емоційні переживання – сором, провина, недовіра до оточуючих і навіть правда, страх і т.д.), неприйняття себе, негативне ставлення до майбутнього та теперішньої ситуації, негативне мислення, можливий надмірний контроль, поганий настрій, втома, низька активність, відсутність змін на краще [2].

Уникнення ситуацій і людей, схожих на клієнта, засноване на суб'єктивних переконаннях клієнта про ситуацію, пов'язане з психологічною травмою і навіть перешкоджає повному переживанню тих емоцій, які не мають відношення до поточної ситуації жертви під час війни. Саме завдяки когнітивно-поведінковим психотерапевтичним методам у консультаціях та груповій взаємодії з експертами чи групами, які надають йому психологічну та соціальну підтримку та обмінюються досвідом, можна поступово усвідомити вплив травми на цей психічний та психологічний прояв. Кризові ситуації, пов'язані з війною. Під впливом когнітивно-поведінкової психотерапії підвищується соціальна адаптація та стресостійкість до важких воєнних ситуацій, з'являються позитивні думки та емоції, об'єктивніше аналізуються плюси та мінуси життєвих подій, знижується емоційне напруження [4].

Професійний досвід кризового консультанта виключно в когнітивно-поведінковому

підході як основі терапії ПТСР не завжди може бути достатнім у клінічних випадках, коли особистісна та ситуативна тривожність жертви досягає високого рівня після кількох терапевтичних сеансів, неадекватне бачення ситуації зберігається, загальна ситуація і узагальнення переконань, низька толерантність до психотравми в цілому. Тому при наданні психологічної допомоги ефективним є використання інтегративного психотерапевтичного підходу або комплексного психологічного підходу на основі екзистенціально-гуманістичної психотерапії Дж. Бьюєнтала, логотерапії В. Франкла, гештальт-терапії Ф. Перлза, соматичної терапії психологічних травм. П. Левіна, особистісно-орієнтована психотерапія К. Роджерса, тілесно-орієнтована психотерапія. Арт-терапія, нейропсихологічні дихальні та релаксаційні техніки є одними з важливих елементів комплексної психотерапії емоційних, когнітивних та поведінкових розладів під впливом психотравмуючого фактора [1; 2].

Для діагностики посттравматичного стресового розладу (ПТСР) психолог повинен знати, які методи використовувати на початкових етапах, наприклад, обстеження військовослужбовців у зоні проведення військових дій на лінії розмежування (швидка діагностика актуального психологічного стану емоційного стану), для перевірки військовослужбовців, які вибули із зони бойових дій (відновлювальний етап) та використовуються для перевірки демобілізованих військовослужбовців [3].

Для надання кваліфікованої психологічної допомоги важливо провести діагностику стану фізичного здоров'я потерпілого шляхом виявлення його групи ризику, віку та стану психічного та психологічного здоров'я, вивчити можливості соціальної підтримки в його оточенні, вплив психологічної травми події Характеристика осіб, які переживають гостру емоційну реакцію, і наявність внутрішніх ресурсів для її подолання допоможуть у розробці ефективних психолого-корекційних або реабілітаційних програм медичної психотерапії для відновлення психічного та психо-

логічного благополуччя постраждалих в умовах війни [4].

Безумовно, важливою складовою такої програми є груповий підхід до навчання (тренування) адаптивних взаємодій учасників психологічного проекту в системі соціальних відносин. Групова робота в тренінговій групі в поєднанні з індивідуальним консультуванням може допомогти зменшити вираженість симптомів уникання, побудувати позитивні стосунки з іншими, підвищити відчуття контролю над своїм життям [3].

В умовах війни важливим є виживання, збереження ресурсів у боротьбі за життя, пошук нових стратегій подолання психологічно травмуючих ситуацій, прийняття власних різноманітних емоційних реакцій та усвідомлення їх як належних, об'єктивна оцінка психологічно травмуючих ситуацій та інцидентів установка на завчасне вирішення ситуації перед початком небезпечних дій.

Результати. Психологічна допомога надається в різних парадигмах психотерапевтичної чи психологічної практики. Психологічний супровід постраждалих від військових дій повинен здійснюватися з урахуванням теоретико-методологічних і методичних засад психологічного кризового консультування, враховуючи специфіку психологічних підходів та їх інтеграцію при використанні

психотерапевтичних методів; специфіка пережитої травми і складність суб'єктивно значущої ситуації; стан фізичного здоров'я потерпілого із зазначенням його групи ризику, віку та рівня психічного та психічного здоров'я; особливості переживання гострих емоційних реакцій на психотравматичну подію та внутрішні ресурси її подолання як рівень і фактор стійкості особистості до стресу; Ефективними в подоланні психотравм, що виникають під час військових дій, є методи когнітивно-поведінкового підходу до терапії посттравматичних переживань, успішно впроваджені в багатьох країнах, що постраждали від війни.

Висновки. Досвід роботи кризових консультантів базується виключно на когнітивно-поведінковому підході, який не завжди може бути достатнім в окремих клінічних випадках. Тому, в кризовому консультуванні, доцільно застосовувати методи інтегративної психотерапії або комплексної психології, засновані на екзистенціально-гуманістичній психотерапії, гештальт-терапії, позитивній психотерапії, особистісно-орієнтованій та тілесно-орієнтованій психотерапії. Арт-терапія, нейропсихологічні методи дихання та релаксації також є важливими компонентами комплексної психотерапії емоційних, когнітивних та поведінкових розладів, уражених травмою.

Список використаних джерел:

1. Бондарчук О. І. Соціально-психологічні проблеми готовності практичних психологів до надання психологічної допомоги особам, які беруть участь в АТО, та членам їх сімей: *матеріали міжвідом. наук.-практ. конф.* Київ, 2016. С. 11 – 14.
2. Зливков В. Л., Лукомська С. О. Особливості використання тренінгу життестійкості у психологічній реабілітації учасників бойових дій. *Вісник Національного університету оборони України*. Київ. 2022. № 1 (65). С. 24 – 30.
3. Кісарчук З. Г., Лазос Г. П., Омельченко Я. М., Царенко Л. Г., Литвиненко Л. І. Психологічна допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: методичний посібник. Київ. Видавництво «Логос», 2015. 207 с.
4. Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Агаєв Н. А. Основи психологічних знань про психічні розлади для військового психолога. Методичний посібник. Київ: НДЦ ГП ЗСУ. 2018, 310 с.
5. Сміт П., Дирегров Е., Юле У. Діти та війна: навчання технік зцілення. Посібник. Львів, 2016. 98 с.

References:

1. Bondarchuk, O.I. (2016). Sotsialno-psykholohichni problemy hotovnosti praktychnykh psykholohiv do nadannia psykholohichnoi dopomohy osobam, yaki berut uchast v ATO, ta chlenam yikh simei [Socio-psychological problems of the readiness of practical psychologists to provide psychological assistance

to persons participating in ATO and their family members]: *materialy mizhvidom. nauk.-prakt. konf.* Kyiv. p. 11–14 [in Ukrainian].

2. Zlyvko, V.L., & Lukomska, S.O. (2022). Osoblyvosti vykorystannia treninhu zhyttiistiikosti u psykholohichnii reabilitatsii uchasykiv boiovykh dii [Peculiarities of the use of resilience training in the psychological rehabilitation of combatants]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy*. Kyiv. No 1 (65). p. 24–30 [in Ukrainian].

3. Kisarchuk, Z.H., Lazos, H.P., Omelchenko, Ya.M., Tsarenko, L.H., & Lytvynenko, L.I. (2015). Psykholohichna dopomoha postrazhdalym vnaslidok kryzovykh travmatychnykh podii [Psychological assistance to victims of crisis traumatic events]. Kyiv. Vydavnytstvo «Lohos». 207 p. [in Ukrainian].

4. Kokun, O.M., Pishko, I.O., Lozinska, N.S., & Ahaiev, N.A. (2018). Osnovy psykholohichnykh znan pro psykhični rozlady dlia viiskovoho psykholoha [Basics of psychological knowledge about mental disorders for a military psychologist]. Kyiv: NDTs HP ZSU. 310 p. [in Ukrainian].

5. Smit, P., Dyrehrov, E., & Yule, U. (2016). Dity ta viina: navchannia tekhnik ztsilennia [Children and War: Teaching Healing Techniques]. Lviv. 98 p. [in Ukrainian].

УДК 159.99

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-7>**Пономаренко Іван Володимирович,**

ад'юнкта,

Національний університет цивільного захисту України,

вулиця Чернишевська, 94, Харків, 61023, Україна

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4780-3209>

МОТИВАЦІЙНІ ЧИННИКИ ПРОФЕСІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПРАЦІВНИКІВ ДЕРЖАВНОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ

У статті представлено результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження проблеми мотиваційних чинників професійного благополуччя працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій (ДСНС). Встановлено, що проблема професійного благополуччя фахівців цієї категорії досліджена недостатньо, як вітчизняними, так і зарубіжними науковцями. Вчені, що вивчають проблему професійного благополуччя, фокусуються в тому числі на факторах, які його обумовлюють, ризиках його порушення, що виникають у зв'язку із специфікою професійної діяльності. Основними рисами діяльності працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій є велика відповідальність, робота в складних умовах, необхідність швидкого реагування та ухвалення рішень, командна співпраця, фізичні та емоційні навантаження, а також необхідність постійного навчання. Ці особливості роботи вимагають від працівників високого рівня психологічної готовності, професійної компетентності та відчуття професійного задоволення.

Емпіричне дослідження професійного благополуччя та мотивації показало, що працівники ДСНС мають середньо-високий рівень професійного благополуччя та переважно автономний тип мотивації. Це означає, що працівник виконує свої обов'язки та досягає цілей за власним бажанням та переконаннями, а не через зовнішній тиск чи очікування винагороди. Основні ознаки автономної мотивації включають внутрішню самоорганізацію, самомотивацію і бажання досягати успіху. Вона сприяє підвищенню задоволення від роботи, ефективності та самореалізації, оскільки працівник відчуває контроль над своїми діями та приймає рішення відповідно до власних потреб і цінностей. Результати кореляційного аналізу дозволяють констатувати, що мотиваційними чинниками професійного благополуччя працівників ДСНС України є внутрішня, інтегрована, ідентифікована та автономна професійна мотивація.

Ключові слова: професійна мотивація, професійне благополуччя, працівники Державної служби України з надзвичайних ситуацій.

Ponomarenko Ivan. Motivational factors of professional well-being of emergency services workers in Ukraine

The article presents the results of theoretical analysis and empirical research on the motivational factors of professional well-being of emergency services workers in Ukraine. It is established that the problem of professional well-being of this category of specialists is insufficiently studied by both domestic and foreign scientists. Scholars investigating the issue of professional well-being focus on factors that influence it, as well as the risks of its violation associated with the specificity of professional activities. The main features of the activities of emergency services workers in Ukraine include high responsibility, work in challenging conditions, the need for quick response and decision-making, teamwork, physical and emotional stress, and continuous learning. These job characteristics require them to have a high level of psychological readiness, professional competence, and a sense of professional satisfaction. Research on the problem of professional well-being focuses on identifying psychological and other resources for professional and personal growth, maintaining health, and effectively performing professional duties. Professional well-being is considered a key element of productivity, support for productivity, and professional longevity.

The study of professional motivation showed that emergency services workers can be conditionally attributed to the autonomous type of employees, meaning they are predominantly autonomously motivated. This means that employees perform their duties and achieve goals based on their own desires and convictions, rather than external pressure or reward expectations. The main characteristics of autonomous motivation include internal self-

organization, self-motivation, and a desire to achieve success. It contributes to increased job satisfaction, efficiency, and self-realization, as employees feel in control of their actions and make decisions according to their own needs and values. The results of correlation analysis allow us to state that the motivational factors of professional well-being of emergency services workers in Ukraine include internal, integrated, identified, and autonomous professional motivation.

Key words: *professional motivation, professional well-being, emergency services workers in Ukraine.*

Вступ. Сучасна психологія активно досліджує проблему гармонійного функціонування особистості, її благополуччя та позитивної взаємодії в різних соціальних контекстах, включаючи професійний аспект. Аналізуючи проблему благополуччя в професійній сфері, науковці зосереджуються на чинниках, які на нього впливають, особливо на ризиках його порушення у зв'язку із специфікою професійної діяльності. Зокрема, працівники Державної служби України з надзвичайних ситуацій зіштовхуються з інтенсивними стресовими впливами та постійним напруженням, що вимагає від них адаптивних зусиль і може негативно впливати на професійне благополуччя.

Дослідження проблеми професійного благополуччя особистості фокусується на пошуку психологічних та інших ресурсів для професійного та особистісного розвитку, збереження здоров'я та успішного виконання професійних завдань. Професійне благополуччя визнається ключовим фактором працездатності та досягнення тривалої успішної кар'єри особистості.

У сучасній вітчизняній психології проведено багато досліджень у контексті психологічного супроводу професійної діяльності працівників ДСНС України, а саме: індивідуально-психологічних особливостей рятувальників (С. М. Мордюшенко, Ю. О. Приходько, Є. М. Рядинська, А. В. Титаренко), особистісно-професійного розвитку фахівців екстремальних видів діяльності (В. Лефтеров), інтелектуально-емоційного ресурсу копінг-поведінки рятувальника (В. Ф. Боснюк), соціально-психологічних чинників збереження психологічного здоров'я працівників ДСНС (Н. О. Світлична), становлення професійної саморегуляції та ефективності професійної діяльності (Г. С. Грибенюк,

В. Р. Цокота), детермінації професійної деформації у рятувальників (В. А. Магда), психологічних особливостей прояву набутої безпорадності у працівників ДСНС України (В. М. Попов), професійних стереотипів та їх впливу на успішність діяльності рятувальників (К. Ю. Крещук), психопрофілактики та психокорекції професійного відчуження у працівників ДСНС України (О. О. Сергієнко), соціально-психологічних передумов виникнення помилкових дій у професійній діяльності рятувальників (Д. В. Лебедев), професійно-особистісних деструкцій та девіацій працівників ДСНС України (Т. Ю. Довбій, В. Д. Тогобицька), надання екстренної психологічної допомоги постраждалим в умовах надзвичайної ситуації (Н. В. Оніщенко), психокорекції ірраціональної дезадаптивної поведінки рятувальників (О. С. Іванченко), професіографічний аналіз діяльності фахівців піротехнічних підрозділів ДСНС (В. М. Платонов) та інші.

Але змістовного дослідження професійного благополуччя працівників ДСНС України дотепер представлено не було. Воно, в першу чергу, потребує врахування специфіки професійної діяльності, яка є складним соціальним явищем та охоплює матеріальні, емоційні та цільові аспекти захисту населення від наслідків різноманітних надзвичайних ситуацій: природних, техногенних, соціальних та/або воєнних. Специфіка професійної діяльності працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій полягає в їхній постійній готовності до реагування на екстремальні ситуації. Основними особливостями професійної діяльності є: висока відповідальність, екстремальні умови роботи, необхідність швидкого реагування та прийняття рішень у критичних ситуаціях, командна співпраця, фізичні та емоційні навантаження, необхід-

ність постійного навчання. Ця специфіка професійної діяльності працівників ДСНС вимагає від них високого рівня психологічної готовності, професійної компетентності та відчуття професійного благополуччя [1; 2].

Важливим завданням сучасної психології є визначення чинників, які сприяють розвитку професійного благополуччя фахівців. Аналіз наукових психологічних досліджень дозволив ідентифікувати основні чинники професійного благополуччя та умовно класифікувати їх наступним чином: регуляторний фактор включає систему керування емоційною сферою, здатність до самоорганізації та особливості її виявлення, що впливають на спрямованість професійної діяльності особистості (К. Ріфф, О. Войтенко); когнітивний фактор включає комплекс переконань та навичок, які сприяють успішній реалізації професійної діяльності та відчуттю успіху в ній (Ю. Кашлюк, Б. Пахоль); соціально-психологічний – охоплює позитивне емоційне ставлення до себе як суб'єкта міжособистісної взаємодії та настановлення на побудову позитивних стосунків із соціальним оточенням (О. Войтенко, Б. Пахоль); реактивний фактор включає симптоми порушень у емоційній сфері, дезадаптаційні психоемоційні явища, що формуються відповідно до специфіки професійної діяльності (Е. Дінер) [3; 4; 5; 6; 7].

Виділення не вирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується дана стаття. При всьому різноманітті досліджень у галузі психології діяльності в особливих умовах, поза увагою науковців дотепер залишається проблема благополуччя працівників ДСНС України, зокрема, професійного благополуччя.

Мета статті – представити результати дослідження мотиваційних чинників професійного благополуччя працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій.

Матеріали та методи. У дослідженні брали участь 207 працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій, віком від 19 до 55 років, які працюють на різних посадах: рятувальники-пожежники (99 осіб), рятувальники спеціального при-

значення (38 осіб), фахівці з забезпечення діяльності (33 особи), та керівники підрозділів (37 осіб). Дослідження проводилося у 2023 році у дистанційному форматі, за допомогою електронної адресної розсилки опитувальників учасникам та посилання на форми опитувальників у сервісі Google Forms.

Для визначення рівня професійного благополуччя працівників ДСНС використовувалася адаптована до української вибірки «Методика оцінки професійного благополуччя» (МОПБ) (Є. І. Рут, 2016), що включає 36 тверджень та шість шкал: автономність у професійній діяльності, професійні цілі, професійне зростання, задоволеність рівнем компетентності, задоволеність професійними досягненнями та позитивні відносини у колективі. Загальний показник професійного благополуччя визначається як сума балів за всіма шкалами.

Для дослідження особливостей професійної мотивації працівників ДСНС застосовувався «Опитувальник професійної мотивації» Є. Осіна, Г. Горбунової, Т. Гордєєвої, Т. Іванової, Н. Кошелевої, О. Овчинникової, який дозволяє діагностувати мотиваційний континуум респондентів згідно метатеорії самодетермінації особистості, які об'єднуються у два загальні фактори автономної та контролюючої мотивації.

Результати. Отримані результати представлені в таблицях 1, 2.

Найвищі оцінки були отримані за такими показниками: «Професійні цілі» ($24,73 \pm 2,39$ балів), «Позитивні відносини в колективі» ($24,55 \pm 2,23$ балів), «Професійне зростання» ($24,22 \pm 2,43$ балів). Загальний показник професійного благополуччя становив 143,16 балів з 180 можливих, що вказує на його середньо-високий рівень. Це свідчить про те, що професійне благополуччя працівників ДСНС залежить від наявності чітких цілей у роботі, позитивного психологічного клімату у колективі та можливості розвитку та самореалізації.

Отримані результати представлені в таблиці 2.

Результати дослідження дають можливість отримати якісно-кількісне уявлення про ієрар-

Таблиця 1

Показники професійного благополуччя працівників ДСНС (у балах)

Шкали	M±SD
Автономність в професійній діяльності	22,17±2,29
Задоволеність рівнем компетентності	23,79±2,40
Задоволеність професійними досягненнями	23,69±2,68
Професійне зростання	24,22±2,43
Професійні цілі	24,73±2,39
Позитивні відносини в колективі	24,55±2,23
Професійне благополуччя	143,16±11,49

Таблиця 2

Показники професійної мотивації працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій (у балах)

Шкали	M±SD
Внутрішня мотивація	7,2±2,1
Інтегрована мотивація	6,5±1,6
Ідентифікована мотивація	7,4±2,3
Інтроєктована мотивація	4,9±1,4
Екстернальна мотивація	5,1±1,5
Амотивація	4,6±1,3
Автономна мотивація	21,1±5,2
Контрольована мотивація	14,6±4,7

хію базових типів професійної мотивації досліджуваних, а саме: найвищі показники мають ідентифікована мотивація (7,4±2,3 балів), внутрішня мотивація (7,2±2,1 балів); найнижчі – екстернальна мотивація (5,1±1,5 балів), інтроєктована мотивація (4,9±1,4 балів), амотивація (4,6±1,3 балів), тобто працівники ДСНС можуть бути умовно віднесені до автономного типу співробітників, що вказує на переважання внутрішньої та автономної регуляції професійної діяльності. Для працівників з таким мотиваційним профілем робота є результатом власного вибору, вони більшою мірою задоволені життям та працею, залучені до процесу діяльності, більш лояльні до організації, оцінюють своє балансування між роботою та особистим життям як гармонійне.

Наступним етапом дослідження було визначення особливостей взаємозв'язку між параметрами професійного благополуччя та професійної мотивації. Отримані результати представлені в таблиці 3.

Наявність позитивного кореляційного зв'язку виявлена між такими параметрами:

«Автономність в професійній діяльності» та внутрішня мотивація ($r=0,360$, $p < 0,001$), інтегрована мотивація ($r=0,308$, $p < 0,001$), ідентифікована мотивація ($r=0,251$, $p < 0,001$), автономна мотивація ($r=0,330$, $p < 0,001$); «Задоволеність рівнем компетентності» та внутрішня мотивація ($r=0,513$, $p < 0,001$), інтегрована мотивація ($r=0,448$, $p < 0,001$), ідентифікована мотивація ($r=0,405$, $p < 0,001$), автономна мотивація ($r=0,493$, $p < 0,001$); «Задоволеність професійними досягненнями» та внутрішня мотивація ($r=0,499$, $p < 0,001$), інтегрована мотивація ($r=0,466$, $p < 0,001$), ідентифікована мотивація ($r=0,403$, $p < 0,001$), автономна мотивація ($r=0,495$, $p < 0,001$); «Професійне зростання» та внутрішня мотивація ($r=0,441$, $p < 0,001$), інтегрована мотивація ($r=0,456$, $p < 0,001$), ідентифікована мотивація ($r=0,462$, $p < 0,001$), автономна мотивація ($r=0,498$, $p < 0,001$); «Професійні цілі» та внутрішня мотивація ($r=0,534$, $p < 0,001$), інтегрована мотивація ($r=0,532$, $p < 0,001$), ідентифікована мотивація ($r=0,478$, $p < 0,001$), автономна мотивація

Таблиця 3

Взаємозв'язок параметрів професійного благополуччя працівників ДСНС з показниками професійної мотивації (r)

Змінні	Внутрішня мотивація	Інтегрована мотивація	Ідентифікована мотивація	Інтросктована мотивація	Екстернальна мотивація	Амотивація	Автономна мотивація	Контрольована мотивація
Автономність в професійній діяльності	,360***	,308***	,251***	-,065	-,301***	-,289***	,330***	-,268***
Задоволеність рівнем компетентності	,513***	,448***	,405***	,074	-,317***	-,233**	,493***	-,182**
Задоволеність професійними досягненнями	,499***	,466***	,403***	,071	-,319***	-,260***	,495***	-,194**
Професійне зростання	,441***	,456***	,462***	,081	-,297***	-,316***	,498***	-,199**
Професійні цілі	,534***	,532***	,478***	,143*	-,283***	-,318***	,561***	-,160*
Позитивні відносини в колективі	,471***	,384***	,299***	-,049	-,359***	-,227**	,412***	-,263***
Професійне благополуччя	,591***	,545***	,483***	,056	-,392***	-,344***	,586***	-,263***

Примітка: нулі перед комою пропущені: *p < 0,05; **p < 0,01; ***p < 0,001.

(r=0,561, p < 0,001); «Позитивні відносини в колективі» та внутрішня мотивація (r=0,471, p < 0,001), інтегрована мотивація (r=0,384, p < 0,001), ідентифікована мотивація (r=0,299, p < 0,001), автономна мотивація (r=0,412, p < 0,001); «Професійне благополуччя» та внутрішня мотивація (r=0,591, p < 0,001), інтегрована мотивація (r=0,545, p < 0,001), ідентифікована мотивація (r=0,483, p < 0,001), автономна мотивація (r=0,586, p < 0,001).

Негативний кореляційний зв'язок виявлено між такими параметрами: «Автономність в професійній діяльності» та екстернальна мотивація (r=-0,301, p < 0,001), амотивація (r=-0,289, p < 0,001), контрольована мотивація (r=-0,268, p < 0,001); «Задоволеність рівнем компетентності» та екстернальна мотивація (r=-0,317, p < 0,001), амотивація (r=-0,233, p < 0,01), контрольована мотивація (r=-0,182, p < 0,01); «Задоволеність професійними досягненнями» та екстернальна мотивація (r=-0,319, p < 0,001), амотивація (r=-0,260, p < 0,001), контрольована мотивація (r=-0,194, p < 0,01); «Професійне зростання» та екстернальна мотивація (r=-0,297, p < 0,001), амотивація

(r=-0,316, p < 0,001), контрольована мотивація (r=-0,199, p < 0,01); «Професійні цілі» та екстернальна мотивація (r=-0,283, p < 0,001), амотивація (r=-0,318, p < 0,001), контрольована мотивація (r=-0,160, p < 0,05); «Позитивні відносини в колективі» та екстернальна мотивація (r=-0,359, p < 0,001), амотивація (r=-0,227, p < 0,01), контрольована мотивація (r=-0,263, p < 0,001); «Професійне благополуччя» та екстернальна мотивація (r=-0,392, p < 0,001), амотивація (r=-0,344, p < 0,01), контрольована мотивація (r=-0,263, p < 0,001).

Отримані результати дозволяють констатувати, що мотиваційними чинниками професійного благополуччя працівників ДСНС України є внутрішня, інтегрована, ідентифікована та автономна професійна мотивація. Тобто, якщо працівник має внутрішні стимули до виконання певних дій та досягнення цілей без зовнішнього тиску чи винагороди; внутрішню потребу, задоволення від самого процесу діяльності або від досягнення результату, самомотивацію та наполегливість у вирішенні поставлених завдань; зацікавленість і задоволення від виконання певної

діяльності або досягнення цілей; має глибоке переконання у важливості власних дій, цілей для особистого самовизначення та цінностей; гармонійне поєднання зовнішніх та внутрішніх мотивів; високий рівень професійної ідентифікації; усвідомлення значущості певних дій, цілей для особистого розвитку, цінностей або ідентичності; задоволення від досягнення цілей, оскільки вони відповідають його внутрішнім потребам і прагненням він, скоріш за все, буде мати відчуття професійного благополуччя. Працівник з автономним типом професійної мотивації виконує свої дії не через зовнішній тиск або очікування винагороди, а через внутрішній стимул, власні цінності, інтереси і особисті переконання. Він має внутрішню потребу і задоволення від самого процесу виконання завдання або досягнення цілі, незалежно від зовнішніх факторів. Основними характеристиками автономного типу професійної мотивації є внутрішня самоорганізація, самомотивація і бажання здійснювати діяльність та досягати мети. Автономна професійна мотивація сприяє отриманню більшого задоволення від роботи, підвищенню продуктивності і самореалізації, оскільки працівник усвідомлює, що він контролює власні дії і приймає рішення, які відповідають його власним потребам, цілям і цінностям.

Розвиток продуктивних форм професійної мотивації та, відповідно, професійного благополуччя фахівців ДСНС, в значній мірі залежить від того, наскільки задоволені основні психологічні потреби працівників в автономії, повазі, визнанні та прийнятті. З погляду теорії самодетермінації для підтримки потреби в автономії необхідно надавати працівнику можливість проявляти ініціативу, давати вибір та свободу в межах конкретної зони відповідальності, забезпечувати йому зворотний зв'язок неконтролюючого характеру, давати можливість висловитися та відчути себе джерелом власної діяльності, її суб'єктом, а не об'єктом. Керівникам підрозділів бажано уникати контролюючого мовлення, необґрунтованих і не пояснених вимог, управління, що формує навчену безпорадність; не допускати випадків явної непродуктивної конкурен-

ції працівників між собою, загроз покарань та маніпуляцій за допомогою різноманітних матеріальних винагород. Бажано частіше вести відкриті дискусії, намагатися спільно вирішувати проблеми, що виникають на роботі, колективно розробляти різноманітні правила та рішення, застосовувати метод рефлексивного слухання працівників. Корисно підкреслювати самостійний вибір професійних завдань, способів їх вирішення, давати можливість визначати пріоритети, незалежно від тиску оточуючих.

З метою задоволення потреб працівників у повазі, визнанні та компетентності важливо, щоб професійні завдання відповідали їх потенціалу, вмінням та здібностям. Важливе значення має привселюдне визнання заслуг працівників, надання інформативного та конструктивного зворотного зв'язку, що дозволяє їм відчувати себе ефективними, а також створення умов для розвитку їх потенціалу та талантів.

Для задоволення потреби у конструктивному спілкуванні з іншими людьми важливо створювати сприятливу соціально-психологічну атмосферу, де працівники відчують взаємні довіру, прийняття та підтримку. Це може бути пов'язано з відмовою від систем ранжування та різних видів публічної оцінки, конкуренції та контролю, впровадженням різноманітних форм взаємодії та співпраці, організацією цікавого спільного відпочинку тощо.

Висновки та перспективи подальших розвідок у даному напрямку. В результаті теоретичного аналізу проблеми мотиваційних чинників професійного благополуччя фахівця з'ясовано необхідність врахування специфіки професійної діяльності та мотиваційного профілю особистості. У емпіричному дослідженні виявлено, що мотиваційними чинниками професійного благополуччя працівників Державної служби України з надзвичайних ситуацій є внутрішня, інтегрована, ідентифікована та автономна професійна мотивація. Перспективами подальших розвідок стане створення психологічної програми оптимізації професійного благополуччя працівників ДСНС України.

Список використаних джерел:

1. Боснюк В. Можливості розвитку суб'єктивного благополуччя у працівників ризиконебезпечних професій. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2022. № 2–4. С. 5–15.
2. Назаров О. Психологія діяльності рятувальника: зміст та проблеми для обговорення. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2022. № 2 (4). С. 30–38.
3. Войтенко О. В. Проблема суб'єктивного професійного благополуччя особистості у сучасній психології. *Вісник Національного університету оборони України*. 2022. № 5 (69). С. 12–20.
4. Кашлюк Ю. І. Основні чинники, які впливають на психологічне благополуччя особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2016. Вип. 34. С. 170–186.
5. Пахоль Б. Є. Ієрархія чинників професійного благополуччя в різних професійних групах. *Український психологічний журнал*. 2019. № 2 (12). С. 131–146.
6. Diener E. The remarkable changes in the science of subjective wellbeing. *Perspectives on Psychological Science*. 2013. № 8. P. 663–666.
7. Ryff C., Keyes C. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. № 69(4). P. 719–727. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>.

References:

1. Bosniuk, V. (2022). *Mozhlyvosti rozvytku subiektyvnoho blahopoluchchia u pratsivnykiv ryzykonebezpechnykh profesii* [Possibilities of development of subjective well-being among workers in risky occupations]. *Problems of extreme and crisis psychology*, 2–4, 5–15 [in Ukrainian].
2. Nazarov, O. (2022). *Psykhologhiia diialnosti riatsuvalnyka: zmist ta problemy dlia obhovorennia*. [Psychology of lifeguard activity: content and problems for discussion]. *Problems of extreme and crisis psychology*, 2 (4), 30–38 [in Ukrainian].
3. Voitenko, O.V. (2022). *Problema sub'iektyvnoho profesiinoho blahopoluchchia osobystosti u suchasni psykhologhii* [The problem of subjective professional well-being of the individual in modern psychology]. *Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 5(69), 12–20 [in Ukrainian].
4. Kashliuk, Yu.I. (2016). *Osnovni chynnyky, yaki vplyvaiut na psykhologichne blahopoluchchia osobystosti* [The main factors affecting the psychological well-being of the individual]. *Problems of modern psychology*, 34, 170–186 [in Ukrainian].
5. Pakhol, B.Ye. (2019). *Iierarkhiia chynnykiv profesiinoho blahopoluchchia v riznykh profesiinykh hrupakh* [Hierarchy of factors of professional well-being in different professional groups]. *Ukrainian Psychological Journal*, 2 (12), 131–146 [in Ukrainian].
6. Diener, E. (2013). The remarkable changes in the science of subjective wellbeing. *Perspectives on Psychological Science*, 8, 663–666.
7. Ryff, C., & Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited, *Journal of Personality and Social Psychology*, 69 (4), 719–727. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>.

УДК 159.96

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-8>

Сибірна Рома Іллінічна,

доктор біологічних наук, професор,
професор кафедри теоретичної психології,
Інститут управління, психології та безпеки
Львівського державного університету внутрішніх справ,
вулиця Городоцька, 26. Львів, 79000, Україна,
професор кафедри кримінального права і процесу,
Інститут права, психології та інноваційної освіти
Національного університету «Львівська політехніка»,
вулиця Князя Романа, 1, Львів, 79000, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5704-2004>

Сибірний Андрій Володимирович,

кандидат біологічних наук, доцент,
завідувач кафедри загальної гігієни з екологією,
Львівський національний медичний університет імені Данила Галицького,
вулиця Зелена, 12, Львів, 79005, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-001-9751-7556>

ПСИХОПРОФІЛАКТИКА СЕРЕД ОСІБ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ

У статті розкрито основні групи людей, які частіше за інших опиняються у незвичних для їх існування умовах, у яких відчувають психологічні та емоційні переживання. Зокрема, це військові, рятувальники, люди, які по роду своєї діяльності працюють в екстремальних умовах, мешканці тимчасово окупованих територій, всі, хто зазнає впливу попереджень про загрозу (повітряних тривог), а також подорожуючі у місця з екстремальними умовами природного середовища, або потрапляючи в умови з необхідністю автономного виживання. У них можуть з'являтися суїцидальні настрої як наслідок депресії, тривоги, соціальної ізоляції, втрати близьких, насильства чи зловживання певними речовинами.

Показано, що серед осіб, які опиняються в особливих умовах слід проводити психопрофілактичну роботу, яка є системою заходів для запобігання розвитку психічних розладів. Вона повинна включати освітні програми, тренінги з розвитку навичок самоуправління, психологічну підтримку, соціальну роботу та інші інтервенції, спрямовані на зміцнення психічного здоров'я та профілактику розладів. Психопрофілактика будує систему заходів, які спрямовані на зниження нервово-психічної захворюваності.

Розкрито провідну роль фахівців-психологів у наданні психопрофілактичної допомоги людям, які перебувають в особливих умовах, так як вони можуть передбачити можливі психологічні проблеми та ризики і, відповідно, розробити програми або інтервенції щодо їх запобігання.

Вказано на необхідність проведення роботи щодо розробки та вдосконалення програм і заходів з психопрофілактики для цільових груп людей, що перебувають у незвичних умовах. Доведено, що розуміння особливостей причин та механізмів порушення їх психічного стану, факторів ризику, що впливають на них та захисних факторів, а також надання своєчасної ефективної психологічної підтримки забезпечить запобігання або зведення до мінімуму виникнення психічних розладів.

Ключові слова: психіка, психопрофілактика, особливі умови, психічні розлади, ментальне здоров'я, психологічна підтримка.

Sybirna Roma, Sybirnyj Andriy. Psychoprophylaxis among persons who are in special conditions

The article reveals the main groups of people who, more often than others, find themselves in unusual conditions for their existence, in which they experience psychological and emotional experiences. In particular, these are military personnel, rescuers, people who, by nature of their activity, work in extreme conditions, residents of temporarily occupied territories, everyone who is affected by threat warnings (air alarms), as well as travelers to places with extreme environmental conditions, or falling into in conditions with the need for autonomous survival.

They may develop suicidal thoughts as a result of depression, anxiety, social isolation, loss of loved ones, violence or substance abuse.

It is shown that psychoprophylactic work, which is a system of measures to prevent the development of mental disorders, should be carried out among persons who find themselves in special conditions. It should include educational programs, self-management skills training, psychological support, social work and other interventions aimed at strengthening mental health and preventing disorders. Psychoprophylaxis builds a system of measures aimed at reducing neuropsychiatric morbidity.

The leading role of psychologists in providing psycho-prophylactic help to people in special conditions is revealed, as they can predict possible psychological problems and risks and, accordingly, develop programs or interventions to prevent them.

The necessity of conducting work on the development and improvement of psychoprophylaxis programs and measures for target groups of people in unusual conditions is indicated. It has been proven that understanding the specifics of the causes and mechanisms of their mental state disorders, risk factors affecting them and protective factors, as well as providing timely and effective psychological support will ensure the prevention or minimization of mental disorders.

Key words: *psyche, psychoprophylaxis, special conditions, mental disorders, mental health, psychological support.*

Вступ. Як відомо, люди постійно потрапляють у різноманітні складні ситуації, які спричиняють негативний вплив на їх ментальне здоров'я. Зокрема, це втрати близьких, розлучення, хронічні захворювання, фінансові проблеми, насильство, різноманітні травми тощо. Переважно такі ситуації зумовлюють стрес, викликають тривогу та депресивні стани.

На сьогоднішній день на психічне здоров'я людей в Україні серйозно впливає війна. Ситуації, у яких через це опиняються люди, супроводжуються стресами, травмами, небезпекою, втратою рідних і близьких, що часто призводить до ряду психічних розладів, депресії та тривожних станів. Відповідно, все це вимагає забезпечення психологічної підтримки і допомоги постраждалим з метою ліквідації тяжких наслідків та відновлення їх психічного здоров'я.

Аналіз останніх досліджень. На сьогоднішній день вивченню питань психологічної допомоги за різних життєвих ситуацій у різноманітних аспектах присвячено ряд наукових розробок. Так, дослідження Л.Д. Кизименка, О.В. Сенюри, Н.О. Михайлика присвячені соціально-психологічним аспектам здоров'я особистості при виживанні у кризовому суспільстві. Ряд вчених здійснюють вивчення негативного впливу на психіку молодих людей булінгу (Г.М. Лялюк, Н.С. Подвірна), а також наслідків перевантажень та розробляють прийоми підвищення адаптивних

ресурсів учасників розвивального освітнього процесу (Т. Надвинична, Т.М. Титаренко, Л.А. Лепіхова). О.Т. Шевченко, О.В. Тімченко, І.І. Приходько вивчали питання екстремальної психології та психології кризових станів людей. Цікаві дослідження щодо психопротекції і психокорекції у роботі з людьми з інвалідністю здійснено А.М. Львовичкіною. Питаннями саногенної і превентивної реабілітації, а також реадaptaційної роботи при психічних розладах займається В.Л. Підлубний. Складності життєвих ситуацій серед молодих людей та можливості корекції їх ментального здоров'я вивчають І.М. Галян та О.І. Галян. За умови війни в Україні вченими психологами почали широко вивчатися проблеми вимушених переселенців, які опинилися в складних життєвих умовах і потребують психологічної корекції свого здоров'я (Б. Прайтлер), а також людей, що неочікувано зазнають життєвих змін (Л.Й. Гуменюк, Л.С. Оришин-Буджиган, М.Шевців) чи розладів психічного здоров'я внаслідок воєнного стану (В.В. Богаченко, М.М. Марков). Оскільки надзвичайно важливим на даний час є збереження ментального здоров'я населення України, ряд науковців працюють над вивченням серйозних проблем реабілітації військових, психологічного супроводу поліцейських та саперів (О.Л. Христук, К.В. Митченко, А.В. Булайтіс та ін.).

В.В. Карпенком та Н.А. Карпенко розроблено заходи щодо ефективного вирі-

шення проблем, пов'язаних з посттравматичними стресовими розладами серед осіб, що постраждали внаслідок військових дій та членів їхніх сімей. У ряді робіт вивчено механізми подолання стресу у людей, що перебувають у надзвичайних ситуаціях чи екстремальних умовах (Н.В. Пророк, М.В. Задорожна, В.Г. Волович, І.В. Ващенко, Л.Є. Бегеза та ін.).

Разом з тим, все більшої уваги вимагають питання, які стосуються профілактичних заходів щодо людей, які можуть опинитися за різних обставин у неочікуваних особливих умовах.

Мета дослідження. Визначити особливі умови, які спричиняють негативний вплив на ментальне здоров'я людини та обґрунтувати необхідність застосування психопрофілактичних заходів щодо запобігання виникненню психічних розладів.

Виклад основного матеріалу. Впродовж всього існування людства завжди виникала необхідність пізнання та вивчення особливостей впливу на особистість середовища її перебування. Будучи могутньою рушійною силою прогресивного розвитку людського суспільства, дослідження психологічних особливостей поведінки під час перебування людини у особливих умовах та попередження можливих негативних наслідків щодо ментального здоров'я при цьому, призвело до формування нових напрямків медичних та психологічних наук. Саме вони покликані займатися питаннями виживання людини у надзвичайних ситуаціях та екстремальних умовах, у тому числі і автономного виживання.

У наш час люди постійно продовжують потрапляти у незвичні для їх існування умови, у яких відчувають психологічні та емоційні переживання. Зокрема, це військові, рятувальники, люди, які по роду своєї діяльності працюють в екстремальних умовах, мешканці тимчасово окупованих територій, всі, хто зазнає впливу попереджень про загрозу (повітряних тривог), а також подорожуючі у місця з екстремальними умовами природного середовища, або потрапляючи в умови з необхідністю автономного виживання. Крім того, існують фактори ризику, які сприяють розви-

тку психічних проблем. До них слід зарахувати:

- генетичну спадковість: деякі психічні проблеми можуть бути генетично детермінованими і передаватися від батьків до дітей;

- дитячий травматичний досвід: фізичне, емоційне або сексуальне насилля у дитинстві може підвищити ризик розвитку психічних проблем у подальшому житті;

- негативне соціальне середовище: недостатня підтримка у сім'ї, школі або спільноті може спричинити стрес та розвиток проблем з психікою;

- вживання наркотиків та алкоголю: їх використання може сприяти розвитку психічних проблем або ускладнити існуючі.

Так, люди які перебувають в особливих умовах, зазвичай відчувають унікальні психологічні та емоційні переживання, оскільки стикаються з підвищеним рівнем стресу, тривоги і травматичними ситуаціями. У них можуть з'являтися суїцидальні настрої як наслідок депресії, тривоги, соціальної ізоляції, втрати близьких, насильства чи зловживання певними речовинами. Загальна статистика свідчить, що люди, які перебувають у складних умовах, можуть бути більш схильними до суїцидальних думок та дій.

Інтенсивність психотравмуючого впливу визначає рівень розвитку посттравматичного стресового розладу. Як правило, він зумовлюється рядом факторів, серед яких: військові дії, терористичні атаки, природні катастрофи, насилля, тортури [1; 2]. Будучи тривалим психічним та емоційним стресом у результаті важкого психічного шоку внаслідок травматичних подій, посттравматичний стресовий розлад характеризується специфічними симптомами та синдромами. Крім того, існують певні відмінності його проявів у дітей, оскільки вони більш вразливі та мають менше психічних ресурсів для подолання кризової ситуації.

Статистика психічних розладів серед осіб, які перебувають у воєнних конфліктах, вказує на високу поширеність посттравматичних стресових розладів, тривожних розладів та депресії. Їх частка складає 20-30 відсотків. Ці

розлади характеризуються повторними спогадами про травматичні події, нав'язливими думками, поганим сном, емоційною відстороненістю та гострою реакцією на подразники. Можуть розвиватися панічні атаки [3; 4]. У зв'язку з цим, можна очікувати, що як наслідок війни, приблизно у кожній п'ятій людини в Україні з часом будуть негативні наслідки для психічного здоров'я, а кожна десята відчує їх на рівні середньої тяжкості або у вигляді важкої хвороби. Відтак, сьогодні, враховуючи надзвичайно несприятливі для ментального та фізичного здоров'я умови життя, Україна входить у перелік країн світу з найвищими темпами скорочення населення. Згідно прогнозам, до 2050 року населення країни може зменшитися на 20%, а населення у віці 25–64 роки – на третину.

Виходячи з цього, важливо усвідомлювати фактори ризику та знати особливості проблем із психікою, які можуть мати місце серед осіб, що перебувають в особливих умовах для своєчасного надання допомоги і підтримки таким людям. З огляду на це, серед осіб, які опиняються в особливих умовах слід проводити психопрофілактичну роботу, яка є системою заходів для запобігання розвитку психічних розладів. Вона включає освітні програми, тренінги з розвитку навичок самоуправління, психологічну підтримку, соціальну роботу та інші інтервенції, спрямовані на зміцнення психічного здоров'я та профілактику розладів [5, с. 78–83; 6, с. 11–15]. Тобто, це комплекс організаційних, правових, службових, просвітницьких, соціально-економічних, психологічних та медичних заходів, які спрямовані на підвищення рівня психологічної безпеки особистості, попередження виникнення та розвитку психічних розладів чи негативних психічних станів. Так, у матеріалах Міністерства оборони України діяльність з психологічної профілактики розглядається як її спеціальний вид, спрямований на збереження, відновлення та зміцнення соціально-психологічного благополуччя, ментального та фізичного здоров'я, запобігання виникненню соціально-психологічної та особистісної дезадаптації. Важливою особливістю

цієї роботи є її превентивний характер, що забезпечує запобігання виникненню проблем, пов'язаних із психічним здоров'ям людини.

Виходячи з наукових досліджень в області психогігієни, психопрофілактика будує систему заходів, які спрямовані на зниження нервово-психічної захворюваності. Вона передбачає три етапи роботи:

- первинну психопрофілактику, яка забезпечує специфічний захист та зміцнення здоров'я;

- вторинну психопрофілактику, яка покликана здійснювати ранню діагностику, своєчасне лікування та запобігати непрацездатності;

- третинну психопрофілактику, яка здійснюється шляхом реабілітації та попередження рецидивів нервово-психічних захворювань і відновлення працездатності.

Відповідно, провідна роль у наданні психопрофілактичної допомоги, у тому числі серед осіб, які перебувають в особливих умовах, належить фахівцям-психологам. Саме вони можуть передбачити можливі психологічні проблеми та ризики серед таких груп людей і, відповідно, розробити програми або інтервенції щодо їх запобігання. Так, професійний психолог покликаний правильно діагностувати і компетентно розрізняти посттравматичний стресовий розлад і гострий стресовий розлад, оскільки від цього залежить подальша тактика роботи з клієнтом. Разом з тим, клієнти такої категорії часто ігнорують необхідність звернення до психолога. За таких умов фахівець повинен вміло застосовувати різноманітні методи роботи. Зокрема, невербальне спостереження за реакцією клієнта під час спілкування, психодіагностичну розмову, аналіз висловлювань, проективну діагностику малюнка, спостереження за рухом очей, гру, як елемент діагностики та психокорекції [7, с. 976–978; 8, с. 117–122]. З метою оздоровлення психіки та зміцнення психологічної стійкості особистості крім способів психологічного впливу в безпосередньому або опосередкованому контакті психолога з клієнтом, можуть бути використані інші групи методів. Зокрема, ефективними методами психологіч-

ної підтримки зарекомендували себе когнітивно-поведінкова терапія, групова терапія, психодинамічна терапія, медитація, художня терапія, музикотерапія та ряд інших.

Разом з тим, слід зазначити, що існуючі методи не можуть бути універсальними [9; 10; 11]. Їх вибір повинен визначатися специфікою поставлених задач, домінуючими характеристиками людини та особливостями її стану. Крім того, психогігієнічна компетентність не може бути достатньою без власних зусиль індивіда, його самонавчання та умінь здійснювати психологічну самодопомогу.

Висновки. Зважаючи на холістичний підхід у науці про людину, психопрофілактика свідчить про необхідність та важливість гармо-

нійного розвитку всіх складових особистості з метою досягнення нею повного благополуччя. Вона відіграє важливу роль у підтримці та зміцненні ментального здоров'я осіб, які перебувають в особливих умовах. Відповідно, необхідно проводити роботи щодо розробки та вдосконалення програм і заходів з психопрофілактики для цільових груп людей, що перебувають у важких умовах.

Розуміння особливостей психіки осіб, які перебувають в особливих умовах, факторів ризику, які впливають на них та захисних факторів, а також надання своєчасної ефективної психологічної підтримки забезпечить запобігання або зведення до мінімуму виникнення психічних розладів.

Список використаних джерел:

1. Уварова С.Г., Бойченко Н.Г., Гришкан С.О., Улько Н.М. Психологічна допомога в кризових ситуаціях. Київ: ПВНЗ МІГП, 2016. С. 42–55.
2. Шевченко О.Т. Психологія кризових станів. Київ: Здоров'я, 2005. С. 18–29.
3. Підлубний В.Л. Медико-психосоціальна допомога при психічних розладах: навч. посіб. Запоріжжя, 2017. С. 14–23.
4. Пророк Н.В. Гібридна війна: вплив на психічне здоров'я особистості. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві* : зб. матер. IV Всеукр. наук.-практ. конф. (18 жовтня 2019 р.) /уклад. З.Р.Кісіль. Львів: ЛьвДУВС, 2019. С. 233–246.
5. Коробка І.В. Розробка програм групової психокорекції та індивідуальних психологічних консультацій працівників та членів їх сімей. *Актуальні проблеми психопрофілактичної роботи в органах внутрішніх справ щодо попередження фізичного та психічного травматизму, порушень дисципліни і законності серед особового складу* : матер. міжнар. наук.-практ. конф. (Харків, 14 квіт. 2011 р.) Харків : ХНУВС, 2011. С. 78–83.
6. Вавринів О.С., Христюк О.Л. Дослідження психоемоційних станів особистості під впливом стресогенних факторів. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Сер. психологічна*. 2023. № 2. С. 11–15.
7. Христюк О.Л. Психологічна реабілітація військових та цивільних осіб з фантомними болями після ампутації кінцівок: алгоритм роботи. *Війна в Україні: зроблені висновки та незасвоєні уроки*: зб. тез Міжнар. наук.-практ. конф. (22-23 лютого 2024 р.) /упор. У.О. Цмоць. Львів: ЛьвДУВС, 2024. С. 976–978.
8. Кизименко Л.Д. Підтримка психічного здоров'я населення при виживанні у кризовому суспільстві. *Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві* : зб. тез Всеукр. наук.-практ. конф. (18 жовтня 2019 р.) /упор. З.Р.Кісіль. Львів: ЛьвДУВС, 2019. С. 117–122.
9. Львовичкіна А.М. Екопсихологічні основи соціальної роботи із людьми з інвалідністю. Київ: КНУ ім. Т. Шевченка, 2020. С. 21–53.
10. Надвинична Т. Моделі і схеми профілактичної роботи психологічної служби університету. *Теорія і технології соціально-психологічної роботи*. 2016. № 1. С. 114–133.
11. Прайтлер Б. На їхньому боці: психосоціальна робота з травмованими біженцями. Львів: ВНТЛ-Класика, 2022. С. 33–44.

References:

1. Uvarova, S.H., Boichenko, N.H., Hryshkan, S.O., & Ulko, N.M. (2016). *Psykhologichna dopomoha v kryzovykh sytuatsiiakh* [Psychological assistance in crisis situations]. Kyiv: PVNZ MIHP. p. 42–55 [in Ukrainian].

2. Shevchenko, O.T. (2005). *Psykhohiia kryzovykh staniv [Psychology of crisis states]*. Kyiv: Zdorovia. p. 18–29 [in Ukrainian].
3. Pidlubnyi, V.L. (2017). *Medyko-psykhosotsialna dopomoha pry psykhiichnykh rozladakh: navch. posib [Medical and psychosocial assistance for mental disorders: textbook]*. Zaporizhzhia. S. 14–23 [in Ukrainian].
4. Prorok, N.V. (2019). Hibrydna viina: vplyv na psykhiichne zdorovia osobystosti [Hybrid war: impact on personality mental health. Mental health of personality in a crisis society: collection of materials]. *Psykhichne zdorovia osobystosti u kryzovomu suspilstvi : zb. mater. IV Vseukr. nauk.-prakt. konf. (18 zhovtnia 2019 r.) (Psychological Health of Personality in a Crisis Society: Collection of Materials of the IV All-Ukrainian Scientific and Practical Conference (October 18, 2019))* / uklad. Z.R. Kisil. Lviv: LvDUVS. S. 233–246 [in Ukrainian].
5. Korobka, I.V. (2011). Rozrobka prohram hrupovoi psykhotekorektsii ta indyvidualnykh psykholohichnykh konsultatsii pratsivnykiv ta chleniv yikh simei [Development of programs for group psychocorrection and individual psychological counseling for employees and their family members]. *Aktualni problemy psykhoprofilaktychnoi roboty v orhanakh vnutrishnikh sprav shchodo poperedzhennia fizychnoho ta psykhiichnoho travmatyzmu, porushen dystsypliny i zakonnosti sered osobovoho skladu : mater. mizhnar. nauk.-prakt. konf. (Kharkiv, 14 kvit. 2011 r.) (Current issues of psycho-preventive work in law enforcement agencies to prevent physical and mental trauma, discipline and legality violations among personnel: materials of international scientific-practical conference (Kharkiv, April 14, 2011))*. Kharkiv : KhNUVS. S. 78–83 [in Ukrainian].
6. Vavryniv, O.S., & Khrystuk, O.L. (2023). Doslidzhennia psykhoemotsiinykh staniv osobystosti pid vplyvom stresohennykh faktoriv [Study of personality psycho-emotional states under the influence of stress factors]. *Naukovyi visnyk Lvivskoho derzhavnoho universytetu vnutrishnikh sprav. Ser. Psykholohichna – Scientific Bulletin of Lviv State University of Internal Affairs. Series: Psychological*. № 2. S. 11–15 [in Ukrainian].
7. Khrystuk, O.L. (2024). Psykholohichna reabilitatsiia viiskovykh ta tsyvilnykh osib z fantomnymy boliamy pislia amputatsii kintsivok: alhorytm roboty [Psychological rehabilitation of military and civilian individuals with phantom limb pain after limb amputation: work algorithm]. *Viina v Ukraini: zrobleni vysnovky ta nezasvoieni uroky: zb. tez Mizhnar. nauk.-prat. konf. (22-23 liutoho 2024 r.) (War in Ukraine: drawn conclusions and unlearned lessons: collection of abstracts of the International scientific-practical conference (February 22-23, 2024))* / upor. U.O. Tsmots. Lviv: LvDUVS. S. 976–978 [in Ukrainian].
8. Kyzymenko, L.D. (2019). Pidtrymka psykhiichnoho zdorovia naselennia pry vyzhyvanni u kryzovomu suspilstvi [Support of mental health of the population in survival in a crisis society]. *Psykhichne zdorovia osobystosti u kryzovomu suspilstvi : zb. tez Vseukr. nauk.-prakt. konf. (18 zhovtnia 2019 r.) (Mental health of personality in a crisis society: collection of abstracts of All-Ukrainian scientific-practical conference (October 18, 2019))* / upor. Z.R. Kisil. Lviv: LvDUVS. S. 117–122 [in Ukrainian].
9. Lovochkina, A.M. (2020). Ekopsykholohichni osnovy sotsialnoi roboty iz liudmy z invalidnistiu [Ecopsychological foundations of social work with people with disabilities]. Kyiv: KNU im. T. Shevchenka. p. 21–53 [in Ukrainian].
10. Nadvynychna, T. (2016). Modeli i skhemy profilaktychnoi roboty psykholohichnoi sluzhby universytetu [Models and schemes of preventive work of the university psychological service]. *Teoriia i tekhnolohii sotsialno-psykholohichnoi roboty – Theory and technologies of socio-psychological work*. № 1. S. 114–133 [in Ukrainian].
11. Praitler, B. (2022). *Na yikhnomu botsi: psykhosotsialna robota z travmovanymy bizhentsiamy [On their side: psychosocial work with traumatized refugees]*. Lviv: VNTL-Klasyka. S. 33–44 [in Ukrainian].

УДК 159.922.7:616-006

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-9>

Скаковська Анастасія Володимирівна,
аспірант кафедри практичної психології,
Інститут управління, психології та безпеки
Львівського державного університету внутрішніх справ,
вулиця Городоцька, 26, Львів, 79000, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8103-3258>

ВИВЧЕННЯ ОБРАЗУ ХВОРОБИ В МАЛЮНКАХ ДІТЕЙ З ОНКОГЕМАТОЛОГІЧНИМ ДІАГНОЗОМ НА РІЗНИХ СТАДІЯХ ЛІКУВАННЯ З ВІДМІННИМ ДОСВІДОМ ХВОРОБИ

У статті представлено результати емпіричного дослідження уявлення про хворобу в малюнках дітей з онкогематологічними захворюваннями віком від 6–10 років на різних стадіях лікування, з відмінним досвідом хвороби. Встановлено статистично значущі відмінності в групі досліджуваних дітей, що була розділена на підгрупи, за тривалістю перебування на лікуванні, знанням про свій діагноз, за наявністю досвіду стосунку зі смертю, наявністю рецидивів, досвіду перебування в реанімації, наявністю родичів, які померли від онкологічного захворювання, досліджувані в тракті підготовки до трансплантації кісткового мозку та діти після проходження трансплантації кісткового мозку, досліджувані які, досягли ремісії та знаходяться на амбулаторному лікуванні в тракті підтримуючої терапії, пацієнти які знаходяться на термінальній стадії захворювання.

Виявлено домінантні образи хвороби у різних підгрупах дітей з онкологічними захворюваннями. Встановлено, що уявлення про хворобу у вигляді привида, скелета притаманне дітям з онкогематологічним захворюванням у кого родичі помирали від онкології, дітям які переживають рецидив онкогематологічної хвороби, дітям, які знаходяться на амбулаторному лікуванні, дітям які мають досвід реанімації, а також досвід стосунку зі смертю. Уявляти хворобу предметом медичних маніпуляцій найбільше схильні діти, які первинно знаходяться на лікуванні, та діти, у яких відсутній досвід реанімації. Зображають хворобу як людину в ліжку діти у яких відсутній досвід стосунку зі смертю. Схильність вважати хворобу соматичними реакціями та уявляти хворобу у вигляді стихії притаманна дітям, які не знають свого діагнозу. Уявлення про хворобу як про тварину притаманна для групи паліативних дітей-пацієнтів.

Ключові слова: дитячий малюнок, образ хвороби, онкогематологічні захворювання, рецидив, індивідуальний досвід хвороби.

Skakovska Anastasiia. Studying of the image of illness in the children's drawings which have the oncohematological diagnosis at different stages of treatment with different experience of illness

The article presents the results of an empirical study of the representation of the disease in the drawings of children with cancer aged 6–10 years at different stages of treatment, with different experiences of the disease. Statistically significant differences were found in the group of children studied, which was divided into subgroups, according to the duration of treatment, knowledge of their diagnosis, experience of dealing with death, relapses, experience of staying in intensive care, and relatives who died of cancer; subjects in the pathway of preparation for bone marrow transplantation and children after bone marrow transplantation, subjects who have achieved remission and are undergoing outpatient treatment in the pathway of maintenance therapy, patients at the terminal stage of the disease. The dominant images of the disease in different subgroups of children with cancer were identified. It has been established that the idea of the disease as a ghost, a skeleton, is inherent in children with onco-haematological disease whose friends and relatives died of cancer; children experiencing a relapse of onco-haematological disease, children on outpatient treatment, children with experience of resuscitation, and experience of dealing with death. Children who are primarily undergoing treatment and children who have no experience of resuscitation are most likely to imagine the disease as a subject of medical manipulation. Children who have no experience of dealing with death are more likely to portray the disease as a person in bed. Children who do not know their diagnosis tend to think of illness as somatic reactions and imagine the disease as a natural disaster. The idea of the disease as an animal is inherent in the group of palliative care children patients.

Key words: children's drawing, image of illness, oncohematological diseases, relapse, individual experience of illness.

Вступ. Ситуація онкологічної хвороби є травматичним досвідом, що спричиняє фрустрацію, тривогу, змінює психосоціальну ситуацію онкохворої дитини. Уявлення про хворобу дитиною молодшого шкільного віку може залежати від багатьох факторів, використання проєктивних методик в дослідженні даної проблематики дозволяє вивчити образ хвороби на невербальному рівні.

Мета статті – виявити домінантні образи хвороби у дітей, що хворіють на онкогематологічні захворюваннями, здійснити порівняльний аналіз образів хвороби у підгрупах дітей з відмінним досвідом онкологічного захворювання на різних стадіях лікування.

Внутрішня картина хвороби висвітлена у працях С. Максименка, психологічні особливості та гендерні особливості внутрішньої картини хвороби вивчала О. Лісова, психологічний портрет онкохворих вивчала Березянська В., психологічні реакції на симптоми в онкохворих досліджувала К. де Вальден-Галушко, уявлення про хворобу у дітей різної вікової категорії вивчався М. Рогевіч. Є. Гуральчик досліджувала самосприйняття онкохворої дитини, ставлення до лікування і госпіталізації онкохворих дітей окреслені в працях М. Самардакевич, Дж. Варні та інші дослідники описували, що травматичні переживання у дітей з діагностованою онкологією пов'язані зі зміною зовнішнього вигляду, образ хвороби в онкохворих дітей досліджував Й. Біннебесель.

Онкологічне захворювання та госпіталізація здійснює стресову та травматичну ситуацію в житті дитини. Дитина здатна створювати певні уявлення про хворобу з моменту госпіталізації та трансформувати їх протягом періоду лікування.

М. Rogiewicz зазначає, що сприйняття інформації про лікування і захворювання дитиною залежить від вікової категорії. На думку авторки до шестирічного віку дитина показує перші ознаки інтересу до лікування, дитину цікавлять предмети, що використовуються лікарями та медсестрам. Близько 3 років маленький пацієнт краще розуміє, що він хворий, помічаючи зміни, що відбува-

ються (набряки, висипання, алергії, блідість, виразки) [6, с. 49]. М. Rogiewicz підкреслює, що у віці від 2 до 6 років діти сприймають хворобу в деяких зовнішніх, але конкретних явищах (погода, вітер і т.д.). Діти віком від 7 до 10 років на міркування М. Rogiewicz бачать джерело захворювання в інфекції, а старші – у внутрішніх чинниках. Діти даної вікової категорії вважають, що хвороба знаходиться всередині тіла, але причина може бути зовнішньою, і хвороба може бути проковтнута шляхом вдихання. У цій віковій групі сутність мислення про хворобу – це магічне мислення, де крім дії інфекції, хвороба може бути як покарання за погані справи, думки, побажання тощо [4, с. 49].

Онкологічне захворювання крові для дитини молодшого шкільного віку може бути достатньо абстрактним поняттям до певного часу, адже маленький пацієнт часто не відчуває прояву будь яких симптомів до проведення хіміотерапії. Проте у тракті лікування ставлення до хвороби змінюється, адже в даному віці молодші школярі здатні самостійно шукати інформацію, намагаються систематизувати власні знання, ставлять запитання лікарю, також інформацію про хворобу передають інші пацієнти-діти які лікуються у лікарні. З проходженням лікування дитина молодшого шкільного віку починає розуміти ризики та наслідки захворювання. Хіміотерапія сприяє змінам в структурі тіла, наприклад випадіння волосся, зміна ваги, ці фактори впливають на самосприйняття тілесного Я-образу дитини.

А. Maciarz вказуючи на психосоціальний аспект онкологічної хвороби дитини, підкреслює, що не тільки сама хвороба, а й процес лікування піддає дитину ряду травматичних переживань. Зокрема ситуація ізоляції від природного середовища викликає у дитини сум і відчуття самотності, порушує емоційну сферу [4].

Отже, на образ хвороби онкохворої дитини також може впливати як і сам досвід госпіталізації, проведення медичних маніпуляцій так і довготривала ізоляція, відсутність соціальних ролей, зміна психосоціальної ситуації.

Образ хвороби в досвіді онкохворих дітей в різних вікових групах вивчав J.Binnebesel. З його досліджень майже 84% дітей 6–7 років, які знаходяться на хіміотерапії, зазначили, що хіміотерапія є основним джерелом їх страждань [4, с. 94].

Ще однією складовою ситуації онкологічної хвороби є проблема смерті, яка є важливим елементом «реальності» маленького пацієнта. Оппенгейм проаналізував малюнки дітей несприятливим прогнозом помираючих з приводу онкологічного захворювання. Символіка представлена в роботах відображала досвід маленьких художників. Найчастіше роботи інтерпретувались як вираження страху перед самотністю, анонімністю, сирітством батьків, не виправданням очікувань [4].

Здійснивши теоретичний аналіз досліджень присвячених, ми бачимо, що певна кількість досліджень присвячена образу хвороби у дітей з онкологічними захворюваннями, частина досліджень зосереджена на вікових переживаннях хвороби, проте недостатня кількість досліджень зосередженні саме на вивченні образу хвороби у дітей з онкогематологічними захворюваннями на різних стадіях лікування, з відмінним досвідом хвороби.

Матеріали і методи. Вибірку дослідження склали 152 дитини, 77 хлопчиків та 75 дівчаток віком 6–10 років, які лікувались з приводу онкогематологічних хвороб у відділенні гематології та інтенсивної хіміотерапії Західноукраїнського спеціалізованого медичного центру (м. Львів), Обласної дитячої клінічної лікарні (м. Рівне), дитячій клініці «Бамбіно Джезу» (м. Рим), Університетському дитячому шпиталі (м. Люблін).

Пацієнти, які проходили лікування у закордонних клініках були опитані нами під час перебування в Україні, у трактах перерви між хіміотерапією та під час перебування на амбулаторному лікуванні в тракті підтримуючої терапії.

У ході вивчення уявлення про хворобу у дітей з онкологічними захворюваннями була проведена проєктивна методика по дослідженню образу хвороби та анкетування бать-

ків. Дітям пропонувалось намалювати те, як вони уявляють свою хворобу. Нами були використані такі методи опрацювання результатів як: порівняльний аналіз (t-test Стюдента) та однофакторний дисперсійний аналіз (критерій Шеффе). Група дітей, які хворіють на онкологічні захворювання, була поділена на 3 підгрупи за тривалістю перебування на лікуванні. 1-а підгрупа складалася з 54 дітей, що первинно перебувають на лікуванні (від 1–3 тижнів), 2-а підгрупа з 87 дітей, що перебувають тривало в лікарні (більше 3 місяців), та 3-я підгрупа з 11 дітей, що перебувають на амбулаторному лікуванні в тракті підтримуючої терапії.

Результати. У ході однофакторного дисперсійного порівняльного аналізу встановлено, що досліджувані діти, які первинно перебувають на лікуванні характеризуються найвищим рівнем схильності зображати хворобу у вигляді «мікробу, вірусу», «ліків, крапанок, уколів» ($M_{\text{первинно}}=0,22$; $M_{\text{тривало}}=0,057$; $M_{\text{амбулаторно}}=0,09$), «лікарні» ($M_{\text{первинно}}=0,11$; $M_{\text{тривало}}=0,00$; $M_{\text{амбулаторно}}=0,00$), як «стихії», «болю» та «соматичних реакцій» (рис. 1) у порівнянні з досліджуваними з інших підгруп. Це може бути пов'язано з тим, що на початку лікування дитина ще не усвідомлює власну хворобу належним чином, а більше опирається на той досвід хвороби, який мала перед тим.

В той самий час для першої підгрупи дітей, які вперше поступили на лікування в найменшій мірі притаманно зображати хворобу, як «емоцію», «тварина» та «привид, скелет» ($M_{\text{первинно}}=0,11$; $M_{\text{тривало}}=0,49$; $M_{\text{амбулаторно}}=0,54$).

Особи, що тривало перебувають на лікуванні відрізняються найбільшою схильністю зображати хворобу, як «емоцію», «темряву» та найменш схильні до зображення хвороби у вигляді «ліків, крапанок, уколів», «лікарні», «стихії», «змін у зовнішності», «соматичних реакцій» та «людини в ліжку». Можна припустити, що поступово дитина починає сприймати власну хворобу більш небезпечною, загрозливою, оскільки зіштовхується з більшою кількістю інформації, досвідом інших пацієнтів у відділенні, з власними переживаннями стосовно хвороби.



Рис. 1. Малюнок «Образу хвороби» дівчинки, яка первинно поступила в лікарню

Досліджувані діти, що хворіють онкогематологічними захворюваннями та перебувають на амбулаторному лікуванні найбільше серед усіх досліджуваних виявили схильність зображати хворобу у вигляді «тварини», «привида, скелета», «зміни зовнішності» та «людини в ліжку».

Серед статистично значущих відмінностей в образі хвороби у дітей з різною тривалістю перебування на лікуванні (рис. 2) виявлені такі образи «хвороба – ліки, крапанки, уколи», «хвороба – це лікарня» та «хвороба – привид, скелет». Схильність зображати хворобу у вигляді предметів медичних маніпуляцій характерна для опитаних, які вперше потрапили на лікування. Також хвороба для них асоціюється з лікарнею. Саме ці опитані найменше схильні уявляти хворобу у вигляді скелета, привида. Останній образ найбільше виявлений у дітей з амбулаторного лікування.

Образ хвороби у досліджуваних, що тривало перебувають на лікуванні, сформований в більшій мірі, як привид, скелет та в меншій мірі, як асоціація з ліками, крапанками чи уколами, на відміну від осіб, що первинно перебувають на лікуванні (рис. 3).

Для вивчення уявлення про хворобу у дітей з онкологічними захворюваннями ми врахували знання дитиною свого діагнозу та встановили, що 140 опитаних знають про свій діагноз та 12 не знають. Порівняння осіб з цих двох підгруп дозволило встановити такі ста-

тистичні відмінності за схильністю зображати хворобу у вигляді «стихії» ($x_{\text{знає_діагноз}}=0,00$, $x_{\text{не_знає_діагноз}}=0,08$ відповідно при $t=-3,54$ $p=0,0005$), «привида, скелета» ($x_{\text{знає_діагноз}}=0,39$, $x_{\text{не_знає_діагноз}}=0,08$ відповідно при $t=2,1$ $p=0,04$) та «соматичних реакцій» ($x_{\text{знає_діагноз}}=0,007$, $x_{\text{не_знає_діагноз}}=0,08$ відповідно при $t=-2,25$ $p=0,03$). Таким чином з отриманих результатів (рис. 4) ми бачимо, що образ хвороби, як асоціація стихії в більшій мірі притаманний для опитаних, які не знають про свій діагноз, ніж дітям з іншої підгрупи. Також у дітей, які не знають на що вони хворіють, хвороба асоціюється з наявністю у людини соматичних реакцій в більшій мірі, ніж у інших опитаних.

Можна припустити, що знання дитиною свого діагнозу, дозволяє їй сформувати образ хвороби більш конкретно та усвідомлено, ніж дітей, які не знають про свій діагноз. Також для дітей, які знають про свій діагноз образ хвороби є більш пов'язаний з темою смерті.

Також у ході порівняльного аналізу були виявлені загальні відмінності у сприйнятті своєї хвороби та схильності зображати її певним малюнком. Так діти, які знають свій діагноз зображали хворобу, як «вірус, мікроб», «емоцію» та «наявність змін в тілі, зовнішності» в більшій мірі, ніж досліджувані хлопчики та дівчатка, що не знають свого діагнозу.

У ході порівняльного аналізу дітей з досліджуваної групи було поділено на 2 підгрупи. 141 дитина, яка не досягла ремісії та 11 дітей,

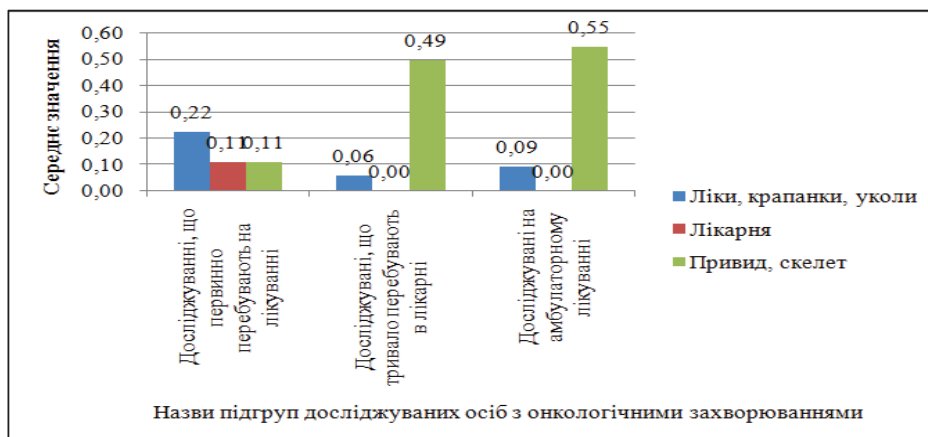


Рис. 2. Статистично значущі відмінності між досліджуваними з різною тривалістю лікування онкологічного захворювання (Критерій Шеффе)

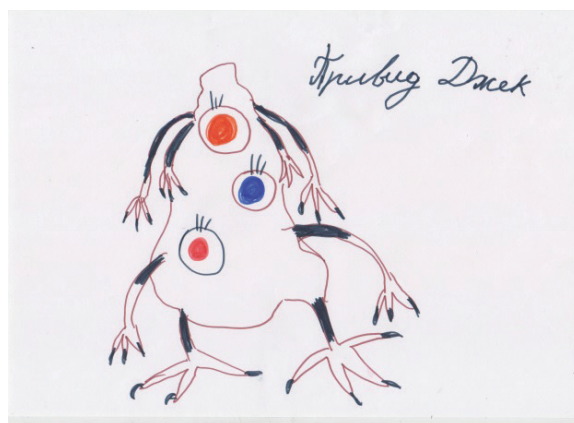


Рис. 3. Малюнок «Образу хвороби» хлопчика 10 р., який знаходився на тривалому лікуванні

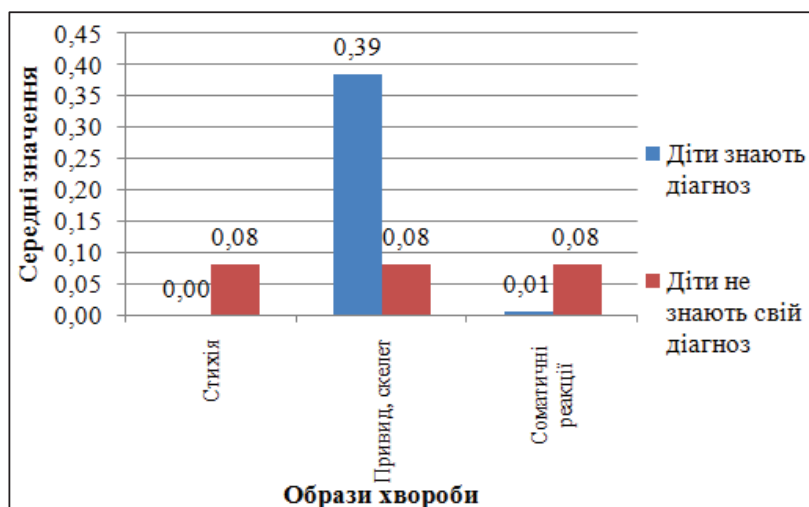


Рис. 4. Статистично значущі відмінності в уявленні про хворобу у дітей, що знають про свій діагноз та дітей, які не знають його (t-Ст'юдента)

які досягли ремісії. За допомогою порівняльного аналізу (t-Ст'юдента) цих 2 підгруп встановлені загальні відмінності за шкалами проєктивної методики «Образ хвороби». А саме опитані, які не досягли ремісії, характеризуються вищими рівнями схильності зображати хворобу, як «мікроб, вірус», «ліки, крапанки, уколи», «лікарня», «емоція», «темрява», «стихія», «біль» та «соматичні реакції», у порівнянні з дітьми, які досягли ремісії.

Серед опитаних дітей, що хворіють онкологічним захворюванням та прийняли участь у дослідженні 112 дітей, які мають досвід стосунку зі смертю та 40 дітей, які не мають такого досвіду. За допомогою порівняльного аналізу встановлені загальні відмінності між цими двома підгрупами опитаних за уявленнями про хворобу. А також виявлені статистично значущі відмінності даних підгруп за такими шкалами «хвороба – привид, скелет» ($x_{\text{досвід}}=0,43$, $x_{\text{відсут_досвід}}=0,189$ відповідно при $t=2,92$ $p=0,004$), «хвороба – людина в ліжку» ($x_{\text{досвід}}=0,01$, $x_{\text{відсут_досвід}}=0,08$ відповідно при $t=-2,26$ $p=0,03$). Так опитані, у кого наявний досвід стосунку зі смертю, більше схильні вважати хворобу як щось смертельне та зображати її в вигляді привида, скелета. А діти без відповідного досвіду схильні уявляти хворобу, як лежачу в ліжку людину (рис. 5).

Також досліджувану групу склали 29 дітей, у яких хтось з членів родини помер від онкології та 123 дитини без відповідного досвіду.

У порівняльному аналізі була виявлена статистично значуща відмінність у схильності дітей з різних підгруп до уявлення хвороби, як скелета, привида ($x_{\text{помирали_родичі}}=0,59$, $x_{\text{родичі_не_помирали}}=0,31$ відповідно при $t=2,9$ $p=0,005$).

В загальному діти, у яких хтось з членів родини помер від онкологічного захворювання, відрізняються уявленням про хворобу від інших дітей, хто прийняв участь в дослідженні. Так для них більш характерно уявляти хворобу як «лікарню» та «темряву». Досвід онкологічного пацієнта в родині може формувати уявлення у дитини про дану хворобу як таку, від якої можна померти, малюнки образу хвороби у вигляді темряви можуть інтерпретуватись як символічний страх перед смертю.

Досліджувана група була поділена на підгрупи за наявністю досвіду реанімації. Розподіл здійснено на 2 підгрупи. У 1-у ввійшло 114 осіб, які не мають досвіду реанімації та 38 осіб в 2-гу підгрупу, які мають досвід реанімації. Встановлено, що діти з досвідом реанімації характеризуються вищим рівнем схильності уявляти хворобу в образі скелету чи привида (рис. 6) ($x_{\text{відс_реанімація}}=0,32$, $x_{\text{досвід_реанімації}}=0,50$ відповідно при $t=-2,06$ $p=0,04$). В загальному опитуванні з наявним досвідом реанімації відрізняються більшою схильністю уявляти хворобу як «мікроб, вірус, «тварину», «емоцію» та «темряву».

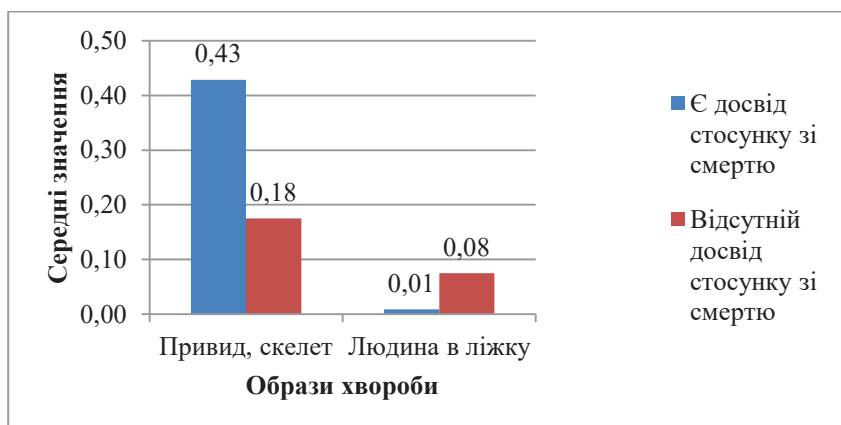


Рис. 5. Статистично значущі відмінності в уявленні про хворобу досліджуваних, поділених за наявністю досвіду стосунку зі смертю

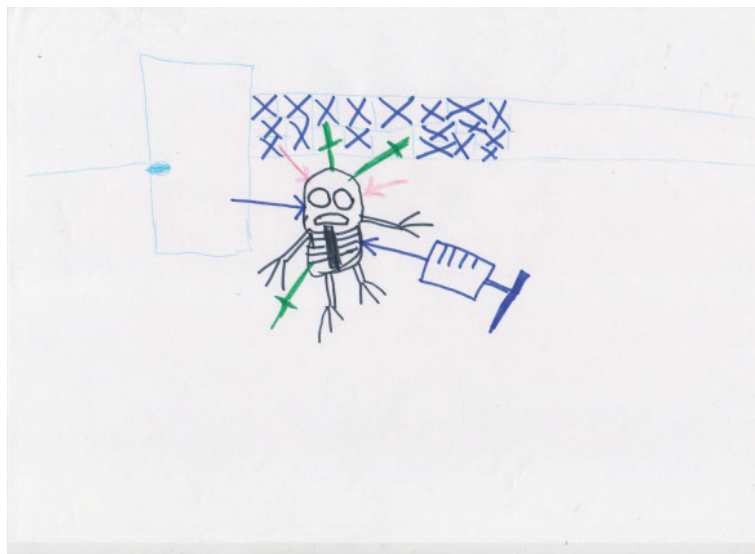


Рис. 6. Малюнок «Образу хвороби» хлопчика 7 р. з досвідом реанімації

Діти, які прийняли участь у дослідженні розподілились на 26 дітей з рецидивами та 126 дітей з відсутніми рецидивами. Завдяки порівнянню цих підгруп виявлено статистично значущу відмінність у схильності уявляти хворобу як скелет, привид ($x_{\text{рецидив}}=0,58$, $x_{\text{відс. рецидив}}=0,32$ відповідно при $t=2,54$ $p=0,001$) у дітей, які переживають рецидив. В той час останні характеризуються схильністю асоціювати хворобу з певною твариною. Можна припустити, що рецидив діти здатні переживати як більш небезпечний період захворювання ніж первинний досвід хвороби.

У дослідженні прийняли участь 144 дитини, які не знаходились на термінальній стадії та 8 дітей, які знаходились на термінальній стадії захворювання. Порівняння цих досліджуваних показало статистично значущу відмінність в уявленні хвороби, як тварини ($x_{\text{пацієнти_сприятл_прогнозом}}=0,13$, $x_{\text{термінальна_стадія}}=0,5$ відповідно при $t=-3,00$ $p=0,003$) дітьми на термінальній стадії захворювання. Також виявлено, що для цих дітей більш характерні домінування таких образів хвороби, як «хвороба – це темрява».

Дані образи можуть свідчити про те, що діти на термінальній стадії переживають танатичну тривогу, страх смерті, страх розлуки з батьками.

Серед досліджених дітей з онкологічними захворюваннями виявлено 139 дітей, які не готуються до трансплантації та 13 дітей, які готуються до неї. У ході порівняльного аналізу не були виявлені статистично значущі відмінності в образах хвороби між досліджуваними дітьми з різних підгруп. В загальному можна відмітити такі відмінності, як домінування таких уявлень у дітей, що готуються до трансплантації, як «хвороба – це тварина» та «хвороба – це привид, скелет». На відміну від них решта дітей більше схильні до таких образів хвороби, як «хвороба – це мікроб, вірус», «хвороба – це ліки, крапанки та уколи», «хвороба це лікарня», «хвороба – це емоція», «хвороба – це темрява», «хвороба – це стихія», «хвороба – це зміни в тілі», «хвороба – це біль», «хвороба – це соматичні реакції» та «хвороба – це людина в ліжку».

Досліджувану групу склали 5 дітей, які пройшли трансплантацію та інші діти досліджуваної групи з онкологічними захворюваннями. Діти, які пройшли трансплантацію більше схильні асоціювати хворобу з ліками, крапанками, уколами, а також твариною та привидом, скелетом.

Таким чином для образу хвороби у дітей з онкологічними захворюваннями нами були враховані такі фактори, як знання дитиною свого діагнозу, тривалість перебування

на лікуванні, наявність досвіду стосунку зі смертю, наявність рідних, які б помирили від онкологічних захворювань, наявність досвіду реанімації, опитаних, готування до трансплантації та період після трансплантації, термінальна стадія захворювання.

Контрольну групу нашого дослідження склали 152 дитини, без досвіду онкологічних захворювань. Серед них 88 дівчаток та 64 хлопчика віком 6–10 років, які проходили амбулаторне лікування у Західноукраїнському спеціалізованому дитячому медичному центрі (м. Львів), приватній поліклініці «Мініполіклініка» (м. Львів) з приводу таких хвороб як: ангіна, ГРВІ, гастрит, отит, бронхіт, захворювання ЖКТ, алергічний дерматит.

Опитуваним дітям з контрольної групи пропонувалось зобразити як вони уявляють хворобу. Аналіз цих малюнків дозволив виокремити наступний відсотковий розподіл дитячих уявлень про хворобу (рис. 7.)

Як видно з рисунку 7 досліджувані діти з контрольної групи найбільше схильні уявляти хворобу, як щось пов'язане з ліками, крапанками чи уколами (24,3% опитаних, це 37 дітей), а також образ хвороби пов'язаний з зображенням соматичних реакцій (температура, блювання) у 21,7% опитаних (33 дитини) та малюнку людини в ліжку у 20,4% досліджуваних (31 особи). Також у 15 дітей (9,9% опитаних) хвороба асоціюється з мікробом, вірусом. Ще аналіз малюнків визначив такі зображення хвороби, як «лікарня» (4,6% опитаних, це 7 дітей), «привид, скелет» (5,9% опитаних, це 9 дітей), «зміни в тілі та зовнішності» (4,6% опитаних, це 7 дітей) та зображення «болі» (7,9% опитаних, це 12 дітей). Отримані результати відрізняються від досліджених результатів дітей з онкологічними захворюваннями, що зображали хворобу у вигляді «скелету, привида».



Рис. 7. Відсотковий розподіл дітей з контрольної групи за проективною методикою «Образи хвороби»

Висновки. Підсумовуючи результати дослідження можна зробити наступні висновки: з усіх образів хвороби проективної методики найбільш частими в досліджуваній групі онкохворих дітей зустрічається образ хвороби як привида, скелету, образ хвороби, як ліки,

крапанки, уколи, а також, як людини в ліжку, соматичних реакцій, як тварини та стихії.

Так, найбільш схильними асоціювати хворобу з привидом, скелетом є діти, у кого родичі помирили від онкології, діти які переживають рецидив, діти, які знаходяться на

амбулаторному лікуванні, досліджувані, які мають досвід реанімації, а також досвід стосунку зі смертю.

Уявляти хворобу предметом медичних маніпуляцій найбільше схильні діти, які первинно знаходяться на лікуванні, та діти, у яких відсутній досвід реанімації.

Зображення хвороби на рисунку як людини в ліжку найбільш характерна для опитаних, у яких відсутній досвід стосунку зі смертю. Схильність вважати хворобу соматичними реакціями притаманна дітям, які не знають свого діагнозу. Уявлення про хворобу як про тварину притаманна для паліативних дітей. Уявлення хвороби, як

стихії, домінує у дітей, які не знають свого діагнозу.

Отже, уявлення про хворобу у дітей з онкогематологічними захворюваннями та уявлення про хворобу у дітей без досвіду онкологічного захворювання з контрольної групи різняться. На уявлення про хворобу в онкохворих дітей впливає індивідуальний досвід хвороби, досвіду стосунків зі смертю, знання дитиною про свій діагноз, час перебування в лікарні. Перспективою подальших досліджень ми вбачаємо у дослідженні організаційно-психологічних детермінат страхів у дітей з онкогематологічними захворюваннями.

Список використаних джерел:

1. Біннебезель Й., Католик Г. Паліативно-хоспісна опіка: позамедичні багатовимірні аспекти. Львів: Укр. кат. ун-т. 2018. Nowa Wies: Wydawnictwo Rolewski.
2. Біннебезель Й. Екзистенція страху життя і смерті в сучасних реаліях: мультимодальні та мультикультуральні аспекти (теоретичний та психотерапевтичний досвід). За ред. д. пс. н. проф. Г. Католик. Львів: "Місіонер", 2022. 352 с.
3. Католик Г., Біннебезель Й. Сприйняття страху смерті в контексті замісної реляційної терапії та танатопедагогіки. *Психологія і особистість*. 2015. № 2 (8), ч. 2. С. 208–222.
4. Binnebesel J. Opieka na dziećmi i młodzieżą z chorobą nowotworową w doświadczeniu pacjentów. Toruń: Wyd. Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, 2003. 333 s.
5. Скаковська А.В. Вивчення домінантних страхів у дітей з онкологічними захворюваннями на різних стадіях лікування. Волинський національний університет імені Лесі Українки, Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України, *науковий періодичний журнал «Психологічні перспективи»*. 2020. № 36. С. 189–207.

References:

1. Binnebezel, H., & Katolyk, H. (Ed.). (2018). *Paliatywno-khospisna opika: poza-medyczne bahatowymirni aspekty* [Palliative-hospice care: extra-medical multidimensional aspects]. Lviv: Ukrainian Catholic University. Nowa Wies: Wydawnictwo Rolewski [in Ukrainian].
2. Katolyk, H. (2022). *Ekzystentsiia strakhu zhyttia i smerti v suchasnykh realiiakh: multymodalni ta multykulturalni aspekty (teoretychnyi ta psykhoterapevtychnyi dosvid)* [Existence of the fear of life and death in modern realities: multimodal and multicultural aspects (theoretical and psychotherapeutic experience)]. Lviv: Misioner [in Ukrainian].
3. Katolyk, H., & Binnebezel, Y. (2015). *Spryniattia strakhu smerti v konteksti zamisnoi relatsiinoi terapii ta tanatopedagogiky* [Perception of fear in context of relational replacement therapy and thanatopaedagogy]. *Psykhohihiia I osobystist*. № 2 (8), ch. 2. S. 208–222 [in Ukrainian].
4. Binnebesel, Y. (2003). *Opieka na dzieciachmi i mlodziem z chorobom nowotworom v doshwiechieniu patsientuv*. Torun. Wyd. Uniwersytetu Mikolaia Kopernika. 333 s. [in Polish].
5. Skakovska, A. V. (2020). *Vyvchennia dominantnykh strakhiv u ditei z onkologichnymy zakhvoriuvanniamy na riznykh stadiakh likuvannia* [Study of dominant fears in children with cancer at different stages of treatment]. *Psykhologichni perspektyvy*. 36, 189–207 [in Ukrainian].

УДК 159.955

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-10>

Федчук Олександр Валерійович,
аспірант кафедри теоретичної психології,
Інститут управління, психології та безпеки
Львівського державного університету внутрішніх справ,
вулиця Городоцька, 26, Львів, 79000, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0922-6757>

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМПОНЕНТІВ ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ ФАХІВЦІВ

У статті висвітлено поняття особистісної безпеки, погляди науковців на особистісну безпеку в цілому. Визначено, що особистісна безпека багатокомпонентне поняття, яке включає в себе такі компоненти: когнітивно-поведінковий компонент, мотиваційно-ціннісний компонент та емоційно-вольовий компонент. Мета – емпірично дослідити компоненти особистісної безпеки особистості фахівця. Матеріали та методи. Для проведення емпіричного дослідження нами було використано методики: «Стратегії долаття стресових ситуацій (SACS)» С. Хобфол (Strategic Approach to Coping Scale, SACS), «Прогноз», «Діагностика рівня готовності до ризику» А. Шуберта, «Діагностика емоційного інтелекту» Н. Холла, «Вивчення мотиваційного профілю особистості» Ш. Річі і П. Мартіна та «Визначення життєвих цілей та цінностей особистості» П. Іванов, Є. Колобова. У дослідженні взяли участь 336 осіб, з них: 68 рятувальників, 102 військовослужбовців, 114 викладачів закладів вищої освіти, 52 психологів-практиків. Результати. Найбільш вираженими серед учасників дослідження середній та занижений рівні задоволеності потреби у безпеці, здатність до встановлення соціального контакту, обережні дії, асоціальні та агресивні дії, середні показники емоційного інтелекту, вміння управляти своїми емоціями і самомотивація. У досліджуваних виявлено такі потреби: у високій заробітній платі, в чіткому структуруванні роботи, у визнанні з боку інших людей, ставити складні цілі і досягати їх, в удосконаленні, зростанні і розвитку, у затребуваності. Висновки. Загалом, особистісна безпека має складний і багатовимірний характер, що враховує як внутрішні, так і зовнішні фактори, а також підкреслює важливість різноманітних аспектів життя для її досягнення.

Ключові слова: особистісна безпека, фахівці, емоційний інтелект, мотивація, стратегії подолання стресових ситуацій.

Fedchuk Oleksandr. Empirical study of the components of personal safety of specialists

The article highlights the concept of personal security, views of scientists on personal security in general. It was determined that personal security is a multicomponent concept that includes the following components: cognitive-behavioral component, motivational-value component, and emotional-volitional component. The goal is to empirically investigate the components of the personal safety of a specialist. Materials and methods. To conduct an empirical study, we used the following methods: "Strategic Approach to Coping Scale (SACS)" by S. Hobfoll (Strategic Approach to Coping Scale, SACS), "Prognosis", "Diagnostics of the level of readiness for risk" by A. Schubert, "Diagnostics of emotional intelligence" N. Hall, "Study of the motivational profile of the individual" by Sh. Ritchie and P. Martin and "Determining the life goals and values of the individual" by P. Ivanov, E. Kolobova. 336 people took part in the research, including: 68 rescuers, 102 military personnel, 114 teachers of higher education institutions, 52 practicing psychologists. The results. The most pronounced among the study participants are average and low levels of satisfaction of the need for safety, the ability to establish social contact, cautious actions, antisocial and aggressive actions, average indicators of emotional intelligence, the ability to manage one's emotions, and self-motivation. The following needs were found among the researched: for a high salary, for a clear structuring of work, for recognition from other people, for setting difficult goals and achieving them, for improvement, growth and development, and for being in demand. Conclusions. In general, personal security has a complex and multidimensional nature that takes into account both internal and external factors, and also emphasizes the importance of various aspects of life in order to achieve it.

Key words: personal safety, specialists, emotional intelligence, motivation, strategies for overcoming stressful situations.

Вступ. Особистісна безпека є одним із важливих безпекових аспектів життєдіяльності, як і соціально-психологічна безпека, емоційно-вольова безпека, когнітивна (інформаційно-психологічна) безпека, психофізіологічна безпека.

Поняття «особистісна безпека» розглядається як стан повного соціального, фізичного, психічного благополуччя, який зумовлено психологічними та соціальними чинниками [1].

Відчуття особистісної безпеки значною мірою залежить від багатьох показників, зокрема від мислення, емоцій, поведінки, мотивації, цінностей, сили волі та інших рис та якостей. Проте, необхідно зазначити, що порушення особистісної безпеки чинить вплив на ті ж показники та підвищують ризик неадекватного їх вияву. З метою узагальнення усіх показників особистісної безпеки, нами було виокремлено наступні компоненти: когнітивно-поведінковий компонент, мотиваційно-ціннісний компонент та емоційно-вольовий компонент.

Мета – емпірично дослідити компоненти особистісної безпеки особистості фахівця.

Для дослідження когнітивно-поведінкового компоненту особистісної безпеки необхідно встановити основні поведінкові характеристики, особистісні якості. Одним із важливих аспектів особистісної безпеки доцільно вважати не лише відсутність потенційних небезпек, а й здатність адекватно реагувати та поводитись у ситуаціях небезпеки. Безумовно, важливим завданням підготовки та психологічного супроводу фахівців будь-яких професій, є вивчення механізмів і факторів, що зумовлюють високу індивідуальну стресостійкість. Ефективна міжособистісна взаємодія та якісне виконання професійних завдань значною мірою буде залежати від вибору адекватних стратегій подолання негативних переживань. За допомогою певних психологічних прийомів та наявності необхідних особистісних ресурсів матимемо змогу проявляти стресостійкість у складних ситуаціях.

У багатьох аспектах на вибір стратегій стрес-долаючої поведінки буде впливати рівень нервово-психічної стійкості. Рівень нервово-психічної стійкості дозволяє говорити про ризик дезадаптації особистості в умовах стресу та в критичних ситуаціях викликаних зовнішніми та внутрішніми факторами [2].

Деякими науковцями наголошується, що особистісна безпека характеризується відсутністю страху та готовністю до ризику. Існує думка що «ризик» невід'ємно пов'язаний з розумінням та уявленням про дії суб'єкта, характеристика цих дій, а також може визначатися як погляд на дію. Ризик виступає як реальна можливість здійснення дії, спрямованої на досягнення результату для забезпечення власної особистісної безпеки, що ймовірно сприятиме активізації ресурсів особистості.

На основі аналізу наукової літератури було встановлено, що високий рівень емоційного інтелекту дозволяє більш позитивно ставитись до критичних ситуацій, ситуації невідомості, краще справлятися і протистояти стресу, тим самим зберегти відчуття особистісної безпеки.

Для забезпечення дослідження емоційно-вольового компоненту потрібно визначити особливості емоційності досліджуваних, їх експресивність і особливості вияву емоцій, а також здатність розуміти емоції оточуючих, контролювати власні емоції, загалом рівень емоційного інтелекту. Успішність особистості в житті та професійній діяльності, на думку І. Приходька, часто залежить від рівня розвитку емоційного інтелекту [3]. Низка науковців вважають, що особливої значущості емоційний інтелект набуває у здійсненні аварійно-рятувальної діяльності, оскільки певні професійно-важливі якості рятувальників є основними компонентами його емоційного інтелекту [3; 4].

Одне з провідних місць у структурі особистості займає мотивація. Вона виступає важливою умовою успішної професійної діяльності особистості. Також, мотивація є

одним із показників того, що у людини присутнє відчуття особистісної безпеки – вона прагне та має можливість розвиватись. Наукові праці свідчать, що поняття мотивації найчастіше розглядається у двоякому сенсі: як поняття, що визначає формування системи факторів, які детермінують поведінку особистості, здійснюючи вплив на її потреби, мотиви, цілі, наміри, прагнення тощо; як особливість процесу будь-якої діяльності, який визначає та характеризує поведінкову активність на тому чи іншому рівні [5].

Життєві цілі та цінності є важливим аспектом у життєдіяльності особистості, оскільки суттєво визначають особливості міжособистісної взаємодії, свідомий прояв у стосунках, особисті кордони, здатність до вольових дій спрямованих на досягнення власної мети тощо. Адекватні життєві цінності, а також здатність ставити та досягати цілей сприятимуть підтримці психологічної і особистісної безпеки [6].

Матеріали та методи. В контексті когнітивно-поведінкового компоненту, доцільно буде дослідити основні стратегії подолання стресових ситуацій за допомогою методики «*Стратегії додання стресових ситуацій (SACS)*» С. Хобфол (Strategic Approach to Coping Scale, SACS), а також вважаємо необхідним використання методики «*Прогноз*», оскільки вона допоможе оцінити ймовірність розвитку й прояву порушень нервово-психічної стійкості в поведінці та діяльності людини. Для встановлення готовності ризикувати з метою забезпечити особистісну безпеку необхідно здійснити дослідження готовності до ризику за допомогою методики «*Діагностика рівня готовності до ризику*» А. Шуберта. Для виявлення здібностей особистості розуміти відносини, що репрезентуються в емоціях, і керувати своєю емоційною сферою на основі прийняття рішень нами було використано методику «*Діагностика емоційного інтелекту*» Н. Холла. Для забезпечення повноцінного дослідження мотиваційно-ціннісного компоненту постає необхідність

використати методики «*Вивчення мотиваційного профілю особистості*» Ш. Річі і П. Мартіна та «*Визначення життєвих цілей та цінностей особистості*» П. Іванов, Є. Колобова. Для визначення результатів нами було використано розрахунок середніх значень та кореляційний аналіз. У дослідженні взяли участь 336 осіб, з них: 68 рятувальників, 102 військовослужбовців, 114 викладачів закладів вищої освіти, 52 психологів-практиків.

Результати дослідження. У таблиці 1 бачимо результати дослідження задоволеності потреби у безпеці. Так, здебільшого досліджувані демонструють середній ($M=44,14$; $SD=1,86$) та занижений ($M=37,12$; $SD=2,03$) рівні, дещо менше – високий ($M=62,23$; $SD=1,78$).

Таблиця 1
Результати дослідження задоволеності потреби у безпеці

Показники	M	SD
Високий рівень задоволеності потреби у безпеці	62,23	1,78
Середній рівень задоволеності потреби у безпеці	44,14	1,86
Занижений рівень задоволеності потреби у безпеці	37,21	2,03
Низький рівень задоволеності потреби у безпеці	26,33	1,64

M – середнє арифметичне; SD – середнє квадратичне відхилення.

У таблиці 2 подано результати дослідження стратегій поведінки у стресових ситуаціях. Як бачимо, найчастіше у досліджуваних зустрічаються такі моделі поведінки, як встановлення соціального контакту ($M=58,41$; $SD=2,21$), обережні дії ($M=53,22$; $SD=1,81$), асоціальні дії ($M=54,23$; $SD=2,1$) та агресивні дії ($M=50,81$; $SD=2,02$).

В таблиці 3 бачимо, що у респондентів дослідження значною мірою спостерігаються підвищення за шкалою Н ($M=51,31$; $SD=1,65$), L ($M=61,23$; $SD=2,12$), О ($M=62,41$; $SD=2,21$), Q1 ($M=56,22$; $SD=1,81$).

В таблиці 4 бачимо, що у респондентів дослідження переважають середні показники ($M=48,35$; $SD=1,74$).

Таблиця 2

Результати дослідження стратегій поведінки у стресових ситуаціях

Стратегії	Моделі поведінки	М	SD
Активна	асертивні дії	47,14	1,74
Просоціальна	пошук соціальної підтримки	46,22	1,69
	встановлення соціального контакту	58,41	2,21
Пасивна	обережні дії	53,22	1,81
	уникнення	41,41	1,75
Пряма	імпульсивні дії	42,61	1,79
Непряма	маніпулятивні дії	48,33	1,64
Асоціальна	асоціальні дії	54,23	2,1
	агресивні дії	50,81	2,02

М – середнє арифметичне; SD – середнє квадратичне відхилення.

Таблиця 3

Результати дослідження особистісних рис та якостей

Показники	М	SD
Шкала Н: боязкість – сміливість	51,31	1,65
Шкала І: жорстокість – чутливість	43,32	1,55
Шкала L: довірливість – підозрілість	61,23	2,12
Шкала М: практичність – мрійливість	49,34	1,74
Шкала N: прямолінійність – дипломатичність	48,22	1,69
Шкала О: спокій – тривожність	62,41	2,21
Шкала Q1: консерватизм – радикалізм	56,22	1,81
Шкала Q2: конформізм – нонконформізм	40,41	1,75
Шкала Q3: високий – низький самоконтроль	43,61	1,79
Шкала Q4: розслабленість – напруженість	47,62	1,64

М – середнє арифметичне; SD – середнє квадратичне відхилення.

Таблиця 4

Результати дослідження рівнів емоційного інтелекту

Показники	М	SD
Високий рівень EI	64,32	1,58
Середній рівень EI	48,35	1,74
Низький рівень EI	24,31	1,63

М – середнє арифметичне; SD – середнє квадратичне відхилення.

У таблиці 5 бачимо, що серед компонентів емоційного інтелекту у досліджуваних фахівців переважає управління своїми емоціями (М=42,41; SD=2,11) та самомотивація (М=37,23; SD=1,67).

У таблиці 6 подано результати дослідження мотиваційного профілю. Як бачимо, у досліджуваних переважають потреби: у високій заробітній платі (М=52,36; SD=1,65), в чіткому структуруванні роботи (М=60,23;

SD=2,12), у визнанні з боку інших людей (М=61,33; SD=2,21), ставити складні цілі і досягати їх (М=55,23; SD=1,81), в удосконаленні, зростанні і розвитку (М=54,23; SD=2,1), у затребуваності (М=52,23; SD=2,02).

Для встановлення взаємозв'язків між досліджуваними показниками нами було здійснено кореляційний аналіз. Найбільш значимими кореляційними зв'язками задоволеності потреби у безпеці встановлено наступні: асер-

Таблиця 5

Результати дослідження компонентів емоційного інтелекту

Показники	М	SD
Розпізнавання емоцій інших людей	35,31	1,75
Управління своїми емоціями	42,38	2,11
Самотивація	37,23	1,67
Емпатія	33,42	1,69
Емоційна обізнаність	34,28	1,74

М – середнє арифметичне; SD – середнє квадратичне відхилення.

Таблиця 6

Результати дослідження мотиваційного профілю

Показники	М	SD
Потреба у високій заробітній платні	52,36	1,65
Потреба в хороших умовах праці	44,21	1,55
Потреба в чіткому структуруванні роботи	60,23	2,12
Потреба в соціальних контактах	48,42	1,74
Потреба формувати стабільні взаємини	47,35	1,69
Потреба у визнанні з боку інших людей	61,33	2,21
Потреба ставити складні цілі і досягати їх	55,23	1,81
Потреба керувати іншими	42,14	1,75
Потреба в різноманітності відчуттів	43,24	1,79
Потреба бути креативним	46,23	1,64
Потреба в удосконаленні, зростанні і розвитку	54,23	2,1
Потреба у затребуваності	52,23	2,02

М – середнє арифметичне; SD – середнє квадратичне відхилення.

тивні дії ($r=0,459$; $p\leq 0,05$), встановлення соціального контакту ($r=0,576$; $p\leq 0,01$), обережні дії ($r=0,434$; $p\leq 0,05$), агресивні дії ($r=0,473$; $p\leq 0,05$), сміливість ($r=0,621$; $p\leq 0,01$), практичність ($r=0,427$; $p\leq 0,05$), самоконтроль ($r=0,576$; $p\leq 0,01$), емоційного інтелекту ($r=0,554$; $p\leq 0,01$), управління своїми емоціями ($r=0,443$; $p\leq 0,05$), самотивація ($r=0,559$; $p\leq 0,01$), розпізнавання емоцій інших людей ($r=0,479$; $p\leq 0,05$), емоційна обізнаність ($r=0,475$; $p\leq 0,05$), потреби: у високій заробітній платі ($r=0,632$; $p\leq 0,01$), в удосконаленні, зростанні і розвитку ($r=0,665$; $p\leq 0,01$), у затребуваності ($r=0,589$; $p\leq 0,01$), в хороших умовах праці ($r=0,569$; $p\leq 0,01$), в чіткому структуруванні роботи ($r=0,477$; $p\leq 0,05$), в соціальних контактах ($r=0,576$; $p\leq 0,01$), формувати стабільні взаємини ($r=0,456$; $p\leq 0,05$). Такі результати дозволяють стверджувати, що досліджувані фахівці, які почуваються у безпеці можуть дозволити собі впевнені та асертивні дії, або ж безпечна поведінка створює відчуття без-

пеки. Часто, демонстрація агресивної поведінки може сприяти відчуттю безпеки. Так, деяким досліджуваним може здаватись, що демонстрація агресивності захищатиме їх від зовнішніх проблем. Встановлення соціальних контактів пов'язано з більшою задоволеністю потреби у безпеці. Соціальна підтримка та взаємодія можуть сприяти відчуттю особистісної безпеки. Досліджувані, які виявляють більше сміливості, виявляти практичність у діях, можуть бути більш впевненими в своїй здатності контролювати ситуацію, що може сприяти відчуттю безпеки. Більш високі показники безпеки демонструють досліджувані, які мають підвищені показники самоконтролю, оскільки контроль над ситуацією дозволить відчувати себе більш безпечно. Позитивний зв'язок між емоційним інтелектом та задоволеністю безпеки пояснюється тим, що досліджувані із вищим рівнем емоційного інтелекту можуть краще розуміти та керувати своїми емоціями, що може підви-

щити відчуття безпеки. Позитивний зв'язок між здатністю розпізнавати емоції інших людей та власною задоволеністю безпеки свідчить про те, що досліджувані, які краще розуміють емоції інших, можуть краще прогнозувати їхні дії, а це сприятиме підвищенню почуття безпеки.

Висновки. На відчуття особистісної безпеки фахівців можуть впливати різні аспекти особистості, зокрема поведінкові, емоційні, мотиваційні тощо. Так, дослідження засвідчило, що асертивність, соціальні навички, рівень емоційного інтелекту, фінансова ста-

більність, прагнення особистого розвитку, соціальні контакти та стабільні взаємини з іншими сприяють розвитку почуття особистісної безпеки. Загалом, відчуття особистісної безпеки має складний і багатовимірний характер, що враховує як внутрішні, так і зовнішні фактори, та підкреслюють важливість різноманітних аспектів життя для її досягнення.

Перспективою подальших досліджень вбачаємо вивчення компонентів особистісної безпеки та порівняння результатів між фахівцями різних сфер діяльності, в гендерному контексті, а також в залежності від віку.

Список використаних джерел:

1. Розов В.І. Психологія особистісної безпеки правоохоронців : навчальний посібник. Київ: КНТ, 2017. 130 с.
2. Вавринів О.С., Христюк О.Л. Дослідження психоемоційних станів особистості під впливом стресогенних факторів. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна*: збірник наукових праць / головний редактор З. Я. Ковальчук. Львів: ЛьвДУВС, 2023. Вип. 2. С. 11–15. DOI: <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2023-2-2>.
3. Приходько І.І. Психологічна безпека персоналу екстремальних видів діяльності (на прикладі військовослужбовців внутрішніх військ МВС України): автореф. дис. ...д-ра психол. наук : 19.00.09. Харків, 2014. 40 с.
4. Вавринів О.С. Соціально-психологічні особливості формування професійної емпатії майбутніх рятувальників: дис. ... канд.психол.наук: 19.00.05/ Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля. Северодонецьк, 2020. 290 с.
5. Яремко Р.Я. Соціально-психологічні особливості розвитку професійної самореалізації майбутніх фахівців з пожежної безпеки : дис. ...канд. психол. наук : 19.00.05 / Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля. Київ, 2022. 267 с.
6. Ковальчук З.Я. Психологічна безпека особистості в освітньому середовищі у форматі її психічного здоров'я. *Психологія особистості*. Том 12 (1), 2022. С. 49–57.

References:

1. Rozov, V.I. (2017). *Psykhologhiia osobystisnoi bezpeky pravookhorontsiv : navch. Posib [Psychology of personal safety of law enforcement officers: a study guide]*. Kyiv: KNT, 130 [in Ukrainian].
2. Vavryniv, O.S., & Khrystuk, O.L. (2023). Doslidzhennia psykhoemotsiinykh staniv osobystosti pid vplyvom stresohennykh faktoriv [Study of psycho-emotional states of personality under the influence of stressogenic factors]. *Naukovyy visnyk Lvivskogo derjavnogo universytetu vnutrichnykh sprav. Seriya psykhologichna: zbirnyk naukovykh prac / golovny redactor Z. Kovalchuk*, Lviv: LvDUVS, 2. 11–15. DOI: <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2023-2-2> [in Ukrainian].
3. Prykhodko, I.I. (2014). *Psykhologichna bezpeka personalu ekstremalnykh vydiv diialnosti (na prykladi viiskovosluzhbovtiv vnutrishnykh viisk MVS Ukrainy) [Psychological safety of personnel of extreme types of activities (on the example of servicemen of the internal forces of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine)]*. *Extended abstract of Doctor's thesis*. Kharkiv, 40 [in Ukrainian].
4. Vavryniv, O.S. (2020). *Sotsialno-psykhologichni osoblyvosti formuvannia profesiinoi empatii maibutnykh riatsuvalnykiv [Socio-psychological features of the formation of professional empathy of future rescuers]*. *Candidate's thesis*. Skhidnoukrainskyi natsionalnyi universytet imeni Volodymyra Dalia. Sieverodonetsk. 290 [in Ukrainian].
5. Yaremko, R.Ya. (2022). *Sotsialno-psykhologichni osoblyvosti rozvytku profesiinoi samorealizatsii maibutnykh fakhivtsiv z pozhezhnoi bezpeky [Socio-psychological features of the development of professional self-realization of future fire safety specialists]*. *Candidate's thesis*. Skhidnoukrainskyi natsionalnyi universytet imeni Volodymyra Dalia. Kyiv, 267 [in Ukrainian].

6. Kovalchuk, Z.Ia. (2022). Psykholohichna bezpeka osobystosti v osvitnomu seredovyschi u formati yii psykhnichnoho zdorovia [Psychological safety of the individual in the educational environment in the format of his mental health]. *Psykhologhiia osobystosti*. 12 (1), 49–57 [in Ukrainian].

УДК 159:947

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-11>

Шамлян Каріна Микитівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри теоретичної і практичної психології,
Національний університет «Львівська політехніка»,
вулиця В. Чорновола, 57, Львів, 79013, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7335-8757>

ПРОБЛЕМА ВОЛІ У СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ

Мета дослідження – проаналізувати основні світові тренди у вивченні проблеми волі у психології, стан дослідження волі в українській психологічній науці, основні питання, які піднімаються українськими авторами, виділити проблемні питання, які потребують подальшого дослідження. Виділено основними проблеми психологічного дослідження волі: теоретичне доведення самостійності волі як психічного феномену, її «нерозчинення» у мотиваційних, когнітивних та афективних процесах; різноманітність проявів поведінки, які характеризують волю людини; труднощі їхньої операціоналізації в чітких емпіричних критеріях, пошук релевантних психодіагностичних показників вольової сфери особистості. Виділено три основні аспекти у розумінні суті феномену волі: 1) воля як бажання та визнання за собою права мати це бажання (свобода волі, свобода вибору); 2) воля як реалізація бажання (контроль над дією); 3) воля як оволодіння своїми бажаннями, утримання від спокуси (самоконтроль). У дослідженнях самоконтролю поширеним є ресурсний підхід. В українській психології проблема волі тісно пов'язана із формуванням особистості, її моральності. У сучасних дослідженнях виділено такі напрями: 1) прикладні дослідження вольової та емоційно-вольової регуляції у різних сферах діяльності (навчальній, професійній, у системі реабілітації та підтримання здоров'я; 2) значення вольової регуляції у самореалізації та саморозвитку особистості; 3) виховання вольових якостей особистості засобами фізичної культури та спорту, де необхідним принципом є створення ситуації подолання перешкод; 4) виховання вольових якостей у навчальній діяльності та роль вольових якостей учнів у досягненні академічної успішності.

Ключові слова: воля, вольова регуляція, сила волі, контроль над дією, самоконтроль, ресурсний підхід.

Shamlyan Karina. The problem of will in modern psychology

The purpose of the study is to analyze the main world trends in the study of the problem of will in psychology, the state of the study of will in Ukrainian psychological science, the main questions raised by Ukrainian authors, to highlight problematic issues that require further research. The main problems of the psychological research of the will are highlighted: theoretical proof of the independence of the will as a mental phenomenon, its «indissolution» in motivational, cognitive and affective processes; variety of behavior manifestations that characterize human will; the difficulties of their operationalization in clear empirical criteria, the search for relevant psychodiagnostic indicators of the volitional sphere of the individual. There are three main aspects in understanding the essence of the phenomenon of will: 1) will as a desire and recognition of the right to have this desire (freedom of will, freedom of choice); 2) will as the realization of desire (control over action); 3) will as mastering one's desires, refraining from temptation (self-control). The resource approach is common in self-control studies. In Ukrainian psychology, the problem of will is closely related to the formation of personality and its morality. The following directions have been highlighted in modern research: 1) applied research of volitional and emotional-volitional regulation in various spheres of activity (educational, professional, in the rehabilitation and health maintenance system; 2) the importance of volitional regulation in self-realization and self-development of the individual; 3) education of strong-willed qualities of the individual by means of physical culture and sports, where the necessary principle is to create a situation of overcoming obstacles; 4) education of willpower in educational activities and the role of willpower of students in achieving academic success.

Key words: will, volitional regulation, willpower, control over action, self-control, resource approach.

Вступ. Важливість наукового дослідження вольового потенціалу особистості сьогодні важко переоцінити. Воля, мужність, сила духу, незламність, сміливість і рішучість, наполегливість, витривалість і

терпіння – зараз ми постійно чуємо про прояви цих вольових якостей, які допомагають нашому народові вистояти, боротися і перемогти у жорстокій війні, яку проти нас веде підступний ворог.

Проблема волі, маючи багатовікову історію вивчення у філософії та психології, зараз охоплює широкий спектр питань, пов'язаних зі свободою вибору та відповідальністю людини за свої вчинки, втіленням задуму та підпорядкуванням своїх бажань моральному закону, владою над своїми почуттями та сміливістю хотіти, самоуправлінням своєю поведінкою та ефективністю регуляторних дій. Багатоплановість волі зумовлює різні наукові підходи до її вивчення та тлумачення, втім як і складність операціоналізації цього феномену в експериментальних дослідженнях, з чим зокрема було пов'язаний достатньо довгий період забуття проблеми волі у психологічних дослідженнях.

Матеріали та методи. Мета дослідження – проаналізувати основні світові тренди у вивченні проблеми волі у психології, стан дослідження волі в українській психологічній науці, основні теми, які піднімаються українськими авторами, виділити ключові проблеми, які потребують подальшого дослідження.

Матеріалом для теоретичного аналізу послужили публікації в українських виданнях за останні двадцять років та зарубіжні публікації з проблеми волі та вольової регуляції.

Найбільш розробленою концепцією волі на початку минулого століття вважають теорію Нарциса Аха. На жаль ці плідні ідеї в силу різних причин не отримали подальшого розвитку. Довгий час питання волі були розчинені у теоріях мотивації; однак воля під різними назвами продовжувала використовуватися психологами для пояснення активної цілеспрямованої поведінки.

Нездатність когнітивних моделей мотивації пояснити сам механізм реалізації наміру – здійснення дії в реальних умовах, коли суб'єкт стикається з різного роду труднощами, змусив психологів повернутися до теми волі.

Результати. Одними з перших за виокремлення волі з мотиваційних процесів виступили Ю. Куль та Х. Хекхаузен. Ю. Куль запропонував розглядати «мотивацію селекції» і «мотивацію реалізації», що відповідає розрізненню понять «мотивація» і «воля»

відповідно. Вибір (селекція) однієї з можливих альтернатив дії у рамках мотиваційного процесу ще не означає реалізації вибраного варіанту дії. Його реалізація часто потребує додаткового, вольового процесу контролю за дією. Завдяки працям Ю. Куля [1; 2] проблема волі у психології була поставлена як проблема «контролю за дією».

В основі теорії контролю за дією Ю. Куля лежить припущення про те, що цілеспрямована поведінка передбачає проходження двох фаз: вибору (вибір мети, формування наміру, що скеровує поведінку та забезпечує її енергією) та реалізації (здійснення наміру, що пов'язане із застосуванням різних стратегій вольової регуляції). Отже, у процесі контролю за дією беруть участь два види мотивації: мотивація вибору і мотивація виконання; причому мотивації вибору недостатньо для здійснення дії. Тільки коли мотивація набуває характеру прив'язки до мети, вона стає наміром. Основна функція вольової регуляції, за Ю. Кулем, полягає в утриманні наміру в активному стані в умовах сприятливих для її реалізації. Вольові процеси забезпечують намір енергією і контролюють підтримку виконання дії.

Х. Хекхаузен [3] запропонував модель «Рубікон», в якій має місце чітке розділення мотиваційних та вольових фаз у процесі цілеспрямованої дії. Мотиваційна фаза завершується прийняттям рішення – своєрідним кордоном («рубіконом»), що відділяє мотиваційну фазу від вольової. Сутність останньої полягає у реалізації наміру шляхом ініціювання тенденції дії.

Х. Хекхаузен формулює три типи проблем у дослідженні вольових процесів: 1) тривалість тенденції до моменту досягнення мети (простіше кажучи – упертість), як концентрація на процесах, пов'язаних з досягненням мети, та виключення інших процесів; 2) ініціація дії – за яких зовнішніх умов людина приступає до реалізації свого наміру до дії; 3) подолання перешкод у діяльності.

Дослідження В. Мішеля та його колег [4; 5] дали інше розуміння волі – як здатності утримуватися від негайного задоволення на

користь довгострокових цілей. Головне відкриття вчених полягало у тому, що ті діти (дошкільнята, які брали участь в експерименті, відомому у ЗМІ під назвою «зефірний тест»), що утрималися від негайного задоволення і не з'їли запропоновані ласощі, у подальшому дорослому житті виявилися більш успішними, ніж ті діти, які не змогли побороти спокусу.

Цей феномен відкладеного задоволення значно поживав інтерес вчених до проблеми волі і надихнув на велику кількість досліджень, присвячених механізмам та чинникам самоконтролю. «Силу волі» або самоконтроль стали розглядати як один з найважливіших критеріїв успіху в житті, починаючи з фізичного та психічного здоров'я та добробуту і завершуючи економічними, соціальними та освітніми досягненнями у продовж життя.

Дослідження самоконтролю, проведене великим колективом вчених з різних країн під керівництвом Т. Моффітта [6], представило результати тривалого спостереження тисячі дітей від народження до досягнення 32-річного віку. Результати підтвердили гіпотезу Мішеля: фізичне здоров'я, залежність від психоактивних речовин, особистісні та фінансові проблеми, кримінальні порушення у дорослих досліджуваних мають тісний зв'язок з рівнем самоконтролю, виявленим у них у дитинстві. Діти із слабкою здатністю до самоконтролю в цілому гірше справлялися з викликами у подальшому житті: підлітками вони частіше починали курити і вагітніли, їх частіше виключали зі школи.

У монографії Д. Бріджетта та його колег [7] поданий інтегрований звіт щодо проблеми саморегуляції на основі аналізу досліджень у різних галузях – психології розвитку, соціальної та клінічної психології, фізіології, генетики, нейронауки, кримінології, – проведених у продовж останніх 75 років. Засвідчено, що погана саморегуляція відіграє вирішальну роль у широкому діапазоні соціальних наслідків, спричиняючи значні витрати для суспільства у системах охорони здоров'я, кримінології та правосуддя. Протягом всього життя нижча саморегуляція асоціюється з вищими

ризиком наркотичної та алкогольної залежності, фізичних захворювань (ожиріння та діабет), нещасних випадків, травм, ризиком, пов'язаним із сексуальною поведінкою. Труднощі із саморегуляцією у дитинстві навіть у довгостроковій перспективі корелюють з нижчим доходом у дорослому віці та рівнем освіти.

Самостійний напрямок вивчення самоконтролю, який акцентує на енергетичних аспектах «сили волі», отримав назву ресурсного підходу. Його головний ідеолог – американський психолог Рой Баумайстер. Згідно з цим підходом, сила волі є ресурсом, причому ресурсом обмеженим. В експериментах, проведених під керівництвом Р. Баумайстера [8] та М. Мірейвена [9], було виявлено, що люди обмежені у своїй здатності до самоконтролю. Витративши цей дефіцитний ресурс на боротьбу з якоюсь однією спокусою, людина не зможе протистояти іншим спокусам – в неї не залишається резерву сили волі.

Р. Баумайстер [10] вважає самоконтроль центральною функцією особистості та важливою запорукою успіху у житті. Він пропонує силову (або енергетичну) модель самоконтролю: подібно до того, як м'яз втомлюється від напруження, акти самоконтролю призводять до «виснаження Его»; тобто виконання втомлюючих або емоційно насичених завдань призводять до втрати самоконтролю. Дослідження підтвердили силову модель самоконтролю у різних сферах життєдіяльності людини: у випадках утримування від спокус (смачна їжа, або алкоголь), у фінансових витратах, у сексуальній поведінці, під час прийняття рішень, у міжособистісних стосунках. Було також показано, що рівень глюкози у крові є важливою складовою енергії, необхідною для самоконтролю, щоб протистояти спокусам.

Р. Баумайстер і Дж. Тірні [11] у популярній книзі «Сила волі: перевідкриття найбільшої людської сили» стверджують, що людина не досягне своїх цілей – від щастя до доброго здоров'я та фінансового благополуччя, – якщо спочатку не навчиться використовувати самоконтроль. При цьому слід мати на увазі, що

самоконтроль – це обмежений ресурс, і будь-яке напруження волі його витрачає (тим, хто сидить на дієті, складніше кинути курити). Три головні способи виснажити самоконтроль: 1) боротися з нав'язливими думками; 2) боротися з природними емоціями; 3) боротися з імпульсивними бажаннями.

Вивчення волі в історії української психології пов'язане, насамперед, з працями В. Котирло та І. Беха. В. Котирло розглядає волю як процес, як дія і як стан, що неодмінно виконують регуляторну функцію у діяльності та поведінці. Особлива увага приділена вивченню вольової поведінки – «активної діяльної цілеспрямованості», – яка пов'язана з подоланням перешкод. Воля постає різновидом і вищою формою довільності та, за переконанням вченої, бере свій початок саме у дошкільному віці.

Особливостями волі у дітей вже на ранніх її етапах В. Котирло називає нерозривну єдність операційної та мотиваційної сторін. Вольові вміння характеризуються застосуванням дітьми певних прийомів організації своїх дій за умов подолання перешкод. Мотивація передбачає розвиток потреби у вольових способах поведінки – поводити себе так, як треба. Вчена наголошувала на важливості озброєнні дітей засобами подолання різних перешкод [12].

У працях І. Беха [13] представлено теоретичні засади вольового розвитку особистості; останній розглядається у щільному взаємозв'язку з формуванням моральної особистості. Спонукаючи до дій, воля зумовлює розвиток особистості, адже моральні властивості, які становлять ядро особистості, є похідними від волі.

У сучасних українській публікаціях вказують на декілька підходів у розумінні поняття «воля»: 1) воля визначається через бажання, як процес хотіння, прагнення або намір; 2) воля як здатність здійснювати цілеспрямовані дії, що вимагають подолання труднощів і перешкод; 3) воля виражається у свідомих діях, спрямованих на досягнення мети; 4) воля як свідоме регулювання діяльності та власної поведінки; 5) воля як свідомо регуляція та /

або саморегуляція поведінки і діяльності; 6) воля як довільне управління поведінкою; 7) воля як вольова регуляція [14].

Н. Ковтун [15] виділяє чотири основні підходи до розуміння феномену волі, які склалися у вітчизняній психології: мотиваційний, регуляційний, ціннісний та активістський. Мотиваційний підхід тісно пов'язаний з соціально-філософським розумінням феномену волі, адже в його межах мотивація тісно зв'язана з моральністю як основою підкорення особистісних мотивів соціально значущим інтересам. У руслі мотиваційного підходу лежить виведення вольових засад діяльності людини з її бажань.

Згідно з регуляційним підходом воля виступає механізмом, за допомогою якого людина здатна регулювати свої психічні функції, поведінку, емоції, бажання та мотиви. Згідно з ціннісним підходом, вирішальне значення у становленні вольової активності особистості має система її цінностей та переконань. Активістський підхід розуміє волю як джерело соціальної активності, основу свідомої діяльності відповідно до поставленої мети; воля є засобом подолання перешкод у сфері природної та соціальної реальності.

На теперішній час в українській психології регуляційний підхід є панівним у дослідженнях волі. Поняття «воля» та «вольова регуляція» вчені використовують як синоніми. Поширеною є практика, коли вольова регуляція виступає складовою у дослідженнях емоційно-вольової регуляції в різних сферах діяльності людини [16; 17], у дослідженнях емоційно-вольової регуляції з метою підтримання фізичного та психічного здоров'я [18].

Окремим блоком виступають дослідження вольових якостей як сталих характеристик вольової регуляції особистості [19; 20]. Перелік якостей, які можна віднести до вольових, досить великий. Єдності поглядів щодо їх кількості, змістовної характеристики та класифікації сьогодні немає. З позиції функціонального прояву вольові якості поділяють на дві групи: ті, що пов'язані з активністю (цілеспрямованість, наполегливість, завзятість, ініціативність, самостійність, рішучість, смі-

ливість); вольові якості, що пов'язані з саморегуляцією (самовладання, витримка, терплячість, самоконтроль).

На думку багатьох авторів вольова регуляція відіграє ключову роль у життєдіяльності людини та її самореалізації у майбутньому [21], у формуванні особистості. У дослідженні К. Лисенко-Гелемб'юк [22] здійснений теоретичний аналіз процесів вольової регуляції (саморегуляції, самоуправління, самоорганізації, самоконтролю та само детермінації), показана їх роль у розкритті особистісного потенціалу людини, зокрема у цілеспрямованій реалізації накопиченого досвіду підчас вирішення різноманітних завдань життєдіяльності та досягнення продуктивності в їх реалізації. У роботі Т. Кирпенко [23] теоретично окреслено значення і функції вольової регуляції як основи поведінкового і соціального контролю у процесі саморозвитку особистості, де провідну роль відіграють власне її внутрішні вольові зусилля.

Виділяються дослідження, присвячені формуванню вольових якостей в учнів у процесі занять фізичною культурою [24; 25]. У роботі А. Артюшенко [26] представлена подібна педагогічна технологія виховання волі. Стверджується, що воля може розвиватися лише в ході складної, націленої на майбутнє діяльності, шляхом подолання перешкод. До основних чинників, які впливають на формування вольових якостей належать: забезпечення усвідомлення учнями завдань фізичного вдосконалення та їх значення на найближчу та віддалену перспективу; стимулювання свідомої активності учнів у процесі занять фізичною культурою та планомірне збільшення об'єктивних та суб'єктивних труднощів. Прояв вольових якостей учнів значною мірою залежить від рівня їх фізичної та рухової підготовки. Акцентується увага на необхідності становлення та розвитку вольових якостей (цілеспрямованість, ініціативність, дисциплінованість, рішучість, витримка, завзятість, мужність, сміливість) на основі моральної свідомості, вчинків та поведінки.

Висновки. Багатоплановість проблеми волі зумовлює різні наукові підходи до її

вивчення. При цьому основними проблемами упродовж всієї історії власне психологічного дослідження волі ми вважаємо такі: по-перше, теоретичне доведення самостійності волі як психічного феномену, її «нерозчинення» у мотиваційних, когнітивних та афективних процесах; по-друге, різноманітність проявів поведінки, які характеризують волю людини; по-третє, пов'язані з цим труднощі їхньої операціоналізації в чітких емпіричних критеріях, пошук релевантних психодіагностичних показників вольової сфери особистості.

Предметом вивчення проблеми волі в різні часи були різні її аспекти. Враховуючи тісний зв'язок волі і мотивації, виділимо три основні аспекти цього зв'язку у розумінні суті феномену волі; 1) воля як бажання та визнання за собою права мати це бажання (свобода волі, свобода вибору); 2) воля як реалізація бажання (контроль над дією); 3) воля як оволодіння своїми бажаннями, утримання від спокуси (самоконтроль). Концепція самоконтролю на теперішній час є найбільш популярною у зарубіжних дослідженнях волі.

В українській психології проблема волі традиційно тісно пов'язана із формуванням особистості, її морального стрижня. У сучасних дослідженнях волі можна виділити такі напрями: 1) прикладні дослідження вольової та емоційно-вольової регуляції у різних сферах діяльності (навчальній, професійній, у системі реабілітації та підтримання здоров'я; 2) значення вольової регуляції у самореалізації та саморозвитку особистості; 3) виховання вольових якостей особистості засобами фізичної культури та спорту, де необхідним принципом є створення ситуації подолання перешкод; 4) виховання вольових якостей у навчальній діяльності (зазвичай у початковій школі) та роль вольових якостей учнів у досягненні академічної успішності. Разом з цим тема волі в українських публікаціях розроблена недостатньо.

Воля у дослідженнях найчастіше постає як процес та/або здатність людини здійснювати різні функції вольової регуляції. Поза увагою залишається проблема вольової організації

особистості у цілому. У вивченні волі назріла необхідність застосування особистісного підходу, згідно з яким суть вольового процесу,

вольового стану чи окремої вольової якості доцільно досліджувати у контексті всієї особистості.

Список використаних джерел:

1. Kuhl J., Beckmann J. Volition and Personality: Action versus state orientation. Gottingen: Hogrefe, 1994. 498 p.
2. Kuhl J., Beckmann J. Action control: From cognition to behavior. Berlin, Heidelberg: Springer. 2012. 288 p.
3. Heckhausen H., Gollwitzer P., Weinert F. Jenseits des Rubikon: Der Wille in den Humanwissenschaften. Berlin, Heidelberg: Springer, 1987. 425 p.
4. Mischel W., Ayduk O. «Willpower» in a cognitive-affective processing system: The dynamics of delay of gratification. In R. F. Baumeister & Vohs K. D. *Handbook of self-regulation: Research, Theory, and Applications*. New York: Guilford. 2004. Pp. 99–129.
5. Mischel W., Ayduk O., Berman M.G., Casey B. «Willpower» over the life span: Decomposing self-regulation. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. 2011. V.6 (2). Pp. 253–256.
6. Moffitt T.E., Arseneault L., Belsky D., Dickson N., Hancox R. J., Harrington H., Houts R., Poulton R., Roberts B. W., Ross S., Sears M. R., Thomson W. M., Caspi A. A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the National Academy of Sciences of USA*. 2011. V.108(7). Pp. 2693–2693.
7. Bridgett D. J., Burt N. M., Edwards E. S., Deater-Deckard K. Intergenerational Transmission of Self-Regulation: A Multidisciplinary Review and Integrative Conceptual Framework. *Psychological Bulletin*. 2015. V. 141(3). Pp. 602–654.
8. Baumeister R. F., Bratslavsky E., Muraven M., Tice D.M. Ego depletion: Is the active self a limited resource. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1998. V. 74. Pp. 1252–1265.
9. Muraven M., Collins R.L., Nienhaus K. Self-control and alcohol restraint: an initial application of the self-control strength model. *Psychology of Addictive Behaviors*. 2002. V. 16 (2). Pp. 113–120.
10. Baumeister R. F., Vohs K. D., & Tice D. M. The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*. 2007. V.16(6). Pp. 351–355.
11. Baumeister R., Tierney J. Willpower: Rediscovering the Greatest Human Strength. New York: Penguin Press. 2011. 304 p.
12. Соловйова Л. Наукова спадщина В. Котирло (До 80-річчя з дня народження). *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України*. 2011. Том IV. Психологія розвитку дошкільника. Випуск 7. С. 285–291
13. Бех І. Д. Від волі до особистості. Київ: Либідь. 1995. 36 с.
14. Полілуєва І. В. Основні підходи до аналізу закономірностей емоційно-вольової регуляції діяльності людини. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія*. 2016. Випуск 53. С. 186–194.
15. Ковтун Н.М. Воля як основа соціальної активності: теоретико-методологічний аналіз. Монографія. Житомир: Видавництво ФОП Євенок О. О. 2014. 292 с.
16. Гнатюк О.М. Особливості емоційно-вольової регуляції психічних станів у життєдіяльності курсанта ДСНС України. *Проблеми екстремальної та кризової психології*. 2013. Випуск 14 (2). С. 69–76.
17. Луценко К.О. Розвиток емоційно-вольової регуляції підлітків в учбово-дослідницькій діяльності. Дис. канд. психол. н. Кривий Ріг : КДПУ. 2023. 56 с.
18. Гільман А. Емоційно-вольова саморегуляція у формуванні саногенного мислення студентської молоді. *Науковий вісник Миколаївського національного університету ім. В. О. Сухомлинського*. 2017. С. 51–55.
19. Шамлян К. М. Дослідження структури вольової організації особистості методом самооцінки. *Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету, Інституту психології НАПН*. 2016. Випуск 32. С. 547–557.
20. Березовська І. В., Сидоренко Н. І. Особливості вольових проявів майбутніх педагогів. *Наука і освіта. Науково-практичний журнал Південного наукового центру НАПН України*. 2009. Випуск 6. С. 65–69.
21. Чернявська Т. П., Крилюк А.І. Вплив вольових якостей особистості на самореалізацію в майбутньому. *Збірник матеріалів Міжнародної науково-практичної конференції «Тенденції та перспективи розвитку психології та соціальної роботи в сучасному суспільстві»*. Одеса. 2020. С. 149–153

22. Лисенко-Гелемб'юк К. Психологічний аналіз процесів вольової регуляції як ознаки свідомості й розкриття особистісного потенціалу. *Освітній простір України*. 2016. Випуск 8. С. 83–88.
23. Кирпенко Т. М. Функція волі в процесі саморозвитку особистості. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології ім. ГС Костюка НАПН України*. 2014. Випуск 7. С. 120–127.
24. Дудник І. О. Формування вольових якостей у студентів у процесі занять фізичною культурою: навчально-методичний посібник. Черкаси: Черкаський національний університет ім. Б. Хмельницького. 2016. 72 с.
25. Сич Д. Ю. Формування у підлітків готовності до вольових напружень у процесі фізичного виховання. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2015. Випуск 5(60). Серія 15. С. 40–42.
26. Артюшенко А. Потенціал фізичної культури та спорту щодо формування волі та вольових якостей учнів. *Наука і техніка сьогодні*. 2023. Випуск 13 (27). С. 427–437.

References:

1. Kuhl, J., & Beckmann, J. (1994). *Volition and Personality: Action versus state orientation*. Gottingen: Hogrefe.
2. Kuhl, J., & Beckmann, J. (Ed.) (2012). *Action control: From cognition to behavior*. Berlin, Heidelberg: Springer.
3. Heckhausen, H., Gollwitzer, P., & Weinert, F. (1987). *Jenseits des Rubikon: Der Wille in den Humanwissenschaften*. Berlin, Heidelberg: Springer.
4. Mischel, W., & Ayduk, O. (2004). «Willpower» in a cognitive-affective processing system: The dynamics of delay of gratification. *Handbook of self-regulation: Research, Theory, and Applications*. New York: Guilford. Pp. 99–129.
5. Mischel, W., Ayduk, O., Berman, M.G., & Casey, B. (2011). «Willpower» over the life span: Decomposing self-regulation. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. V. 6 (2). Pp. 253–256.
6. Moffitt, T.E., Arseneault, L., Belsky, D., Dickson, N., Hancox, R. J., & Harrington, H., et al. (2011). A gradient of childhood self-control predicts health, wealth, and public safety. *Proceedings of the National Academy of Sciences of USA*. V. 108 (7). Pp. 2693–2693.
7. Bridgett, D.J., Burt, N.M., Edwards, E.S., & Deater-Deckard, K. (2015). Intergenerational Transmission of Self-Regulation: A Multidisciplinary Review and Integrative Conceptual Framework. *Psychological Bulletin*. V. 141(3). Pp. 602–654.
8. Baumeister, R.F., Bratslavsky, E., Muraven, M., Tice, D.M. (1998). Ego depletion: Is the active self a limited resource. *Journal of Personality and Social Psychology*. V. 74. Pp. 1252–1265.
9. Muraven, M., Collins, R.L., & Nienhaus, K. (2002). Self-control and alcohol restraint: an initial application of the self-control strength model. *Psychology of Addictive Behaviors*. V. 16 (2). Pp. 113–120.
10. Baumeister, R.F., Vohs, K.D., & Tice, D.M. (2007). The strength model of self-control. *Current Directions in Psychological Science*. V. 16 (6). Pp. 351–355.
11. Baumeister, R. & Tierney, J. (2011). *Willpower: Rediscovering the Greatest Human Strength*. New York: Penguin Press.
12. Solovyova, L. (2011) Naukova spadshchyna V. Kotyrlo (Do 80-richchya z dnya narodzhennya) [Scientific heritage of V. Kotyrlo (To the 80th anniversary of his birth)]. *Aktual'ni problemy psykholohiyi: Zbirnyk naukovykh prats' Instytutu psykholohiyi imeni H.S.Kostyuka NAPN Ukrayiny. Tom IV. Psykholohiya rozvytku doshkil'nyka – Current problems of psychology: Collection of scientific works of the H.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Sciences of Ukraine. Vols.IV. Psychology of preschool child development*, 7. Pp. 285–291 [in Ukrainian].
13. Bekh, I.D. (1995). *Vid voli do osobystosti [From will to personality]*. Kyiv: Lybid [in Ukrainian].
14. Polulyeva, I.V. (2016) Osnovni pidkhody do analizu zakonornostey emotsiyno-vol'ovoyi rehulyatsiyi diyal'nosti lyudyny [Basic approaches to the analysis of regularities of emotional and volitional regulation of human activity]. *Visnyk Kharkivs'koho natsional'noho pedahohichnoho universytetu imeni H. S. Skovorody*, 53. *Psykhologhiya – Bulletin of Kharkiv National Pedagogical University named after H. S. Skovoroda*. Pp. 186–194 [in Ukrainian].
15. Kovtun, N.M. (2014). *Volya yak osnova sotsial'noyi aktyvnosti: teoretyko-metodolohichnyy analiz [Will as the basis of social activity: theoretical and methodological analysis]*. Zhytomyr: Vydavnytstvo FOP Yevenok O. O. [in Ukrainian].

16. Hnatyuk, O.M. (2013). Osoblyvosti emotsiyno-vol'ovoyi rehulyatsiyi psykhiichnykh staniv u zhyttyedyal'nosti kursanta DSNS Ukrayiny [Peculiarities of emotional and volitional regulation of mental states in the daily life of a cadet of the State Emergency Service of Ukraine]. *Problemy ekstremal'noyi ta kryzovoyi psykholohiyi – Problems of experimental and crisis psychology*, 14 (2). Pp. 69–76 [in Ukrainian].
17. Lutsenko, K.O. (2023). Rozvytok emotsiyno-vol'ovoyi rehulyatsiyi pidlitkiv v uchbovo-doslidnyts'kiy diyal'nosti [Development of emotional and volitional regulation of adolescents in educational and research activities]. *Candidate's thesis*. Kryvyy Rih : KDPU [in Ukrainian].
18. Hil'man, A. (2017). Emotsiyno-vol'ova samorehulyatsiya u formuvanni sanohennoho myslennya student-s'koyi molodi [Emotional and volitional self-regulation in the formation of sanogenic thinking of student youth]. *Naukovyy visnyk Mykolayivs'koho natsional'noho universytetu im. V. O. Sukhomlyns'koho – Scientific Bulletin of Mykolaiv National University named after V. O. Sukhomlynskyi*. Pp. 51–55 [in Ukrainian].
19. Shamlyan, K.M. (2016). Doslidzhennya struktury vol'ovoyi orhanizatsiyi osobystosti metodom samootsinky [Study of the structure of the volitional organization of the personality by the method of self-assessment]. *Problemy suchasnoyi psykholohiyi: Zbirnyk naukovykh prats' Kam"yanets'-Podil's'koho natsional'noho universytetu, Instytutu psykholohiyi NAPN – Problems of Problems of modern psychology: Collection of scientific works of the Kamianets-Podilskyi National University, Institute of Psychology of the National Academy of Sciences*, 32. Pp. 547 – 557 [in Ukrainian].
20. Berezovs'ka, I.V., & Sydorenko, N.I. (2009) Osoblyvosti vol'ovykh proyaviv maybutnikh pedahohiv [Peculiarities of volitional manifestations of future teachers]. *Nauka i osvita. Naukovo-praktychnyy zhurnal Pivdennoho naukovoho tsentru NAPN Ukrayiny – Science and education. Scientific and practical journal of the Southern Scientific Center of the National Academy of Sciences of Ukraine*, 6. Pp. 65–69 [in Ukrainian].
21. Chernyavs'ka, T.P., & Krylyuk, A.I. (2020). Vplyv vol'ovykh yakostey osobystosti na samorealizatsiyu v maybutn'omu [The influence of strong-willed personality qualities on self-realization in the future]. *Zbirnyk materialiv Mizhnarodnoyi naukovo-praktychnoyi internet-konferentsiyi «Tendentsiyi ta perspektyvy rozvytku psykholohiyi ta sotsial'noyi roboty v suchasnomu suspil'stvi» – Proceedings of the International Scientific and Practical Conference «Trends and Prospects of the Development of Psychology and Social Work in Modern Society»*. Odesa. Pp. 149–153 [in Ukrainian].
22. Lysenko-Helemb'yuk, K. (2016). Psykholohichnyy analiz protsesiv vol'ovoyi rehulyatsiyi yak oznaky svidomosti y rozkryttya osobystisnoho potentsialu [Psychological analysis of volitional regulation processes as a sign of consciousness and disclosure of personal potential]. *Osvitniy prostir Ukrayiny – Educational space of Ukraine*, 8. Pp. 83–88 [in Ukrainian].
23. Kyrpenko, T.M. (2014). Funktsiya voli v protsesi samorozvytku osobystosti. [The function of the will in the process of self-development of the personality]. *Aktual'ni problemy psykholohiyi. Zbirnyk naukovykh prats' Instytutu psykholohiyi im. HS Kostyuka NAPN Ukrayiny – Actual problems of psychology. Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after GS Kostyuk of the National Academy of Sciences of Ukraine*, 7. Pp. 120–127 [in Ukrainian].
24. Dudnyk, I.O. (2016). *Formuvannya vol'ovykh yakostey u studentiv u protsesi zanyat' fizychnoyu kul'turoyu: navchal'no-metodychnyy posibnyk [Formation of willpower in students in the process of physical education: educational and methodological manual]*. Cherkasy: Cherkas'kyy natsional'nyy universytet im. B. Khmel'nyts'koho [in Ukrainian].
25. Sych, D.YU. (2015). Formuvannya u pidlitkiv hotovnosti do vol'ovykh napruzhen' u protsesi fizychnoho vykhovannya [Formation of adolescents' readiness for volitional stress in the process of physical education]. *Naukovyy chasopys NPU imeni M.P. Drahomanova*, 5(60). Seriya 15. *Naukovo-pedahohichni problemy fizychnoyi kul'tury (fizychna kul'tura i sport) – Scientific journal of the NPU named after M.P. Drahomanova*, 5(60). Series 15. *Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports)*. Pp. 40–42 [in Ukrainian].
26. Artyushenko, A. (2023). Potentsial fizychnoyi kul'tury ta sportu shchodo formuvannya voli ta vol'ovykh yakostey uchniv [The potential of physical culture and sports regarding the formation of the will and volitional qualities of students]. *Nauka i tekhnika s'ohodni – Science and technology today*, 13 (27). Pp. 427–437 [in Ukrainian].

УДК 37.014(076)

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-12>

Шевчук Вікторія Валентинівна,

кандидат психологічних наук, доцент,
кафедри психології та педагогіки,
Національний університет «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»,
проспект Першотравневий, 25, Полтава, 36000, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7101-7617>

ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ СІМ'ЯМ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З КОМПЛЕКСНИМИ ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ

У своєму дослідженні ми теоретично вивчили основи дитячо-батьківських взаємин у сім'ях з дітьми, які мають комплексні порушення розвитку. Основними особливостями цих стосунків є: високий рівень авторитарності у вихованні дітей, інфантилізації та емоційного відкидання дітей, при цьому діти найчастіше сприймають своє становище в сім'ї як відчужене, відчують тривогу, пов'язану із внутрішньо-сімейними стосунками. Виявлені особливості враховувалися при розробці напрямків, цілей та завдань психокорекційної програми. Основні напрямки психологічного супроводу для сімей, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку є: формування позитивного та згуртованого образу сім'ї у дитини; зниження рівня тривожності дітей у внутрішньосімейній взаємодії; розвиток позитивної самооцінки у батьків та дітей; навчання батьків технікам безоціночного та приймаючого ставлення; підвищення рівня довіри батькам до дітей із комплексними порушеннями розвитку.

Під час розроблення програми психологічного супроводу оптимізації дитячо-батьківських стосунків у сім'ях із дітьми, які мають комплексні порушення розвитку, необхідно враховувати низку умов: найважливішою умовою під час планування та організації психокорекційної роботи з сім'ями таких дітей є врахування якісної своєрідності психічного розвитку дітей та кожного члена групи психокорекції; програма корекції дитячо-батьківських стосунків у сім'ях із дітьми, що мають комплексні порушення розвитку, спрямована на організацію психокорекції в реальних групах дітей та їхніх батьків (клас, сформована група); під час планування психокорекційної роботи передбачається проведення діагностичних заходів для оцінки ефективності її впливу; пропонується програма має задовольняти вимогам верифікації за змістом та ефективністю.

Ключові слова: дитячо-батьківські взаємини, комплексні порушення розвитку у дітей, програма психологічного супроводу.

Shevchuk Victoriia. Fundamentals of psychological assistance for families raising children with complex developmental disabilities

In our research, we theoretically studied the foundations of child-parent relationships in families with children who have complex developmental disorders. The main features of these relationships are: a high level of authoritarianism in raising children, infantilization and emotional rejection of children, while children often perceive their position in the family as alienated, feel anxiety related to intra-family relationships. The identified features were taken into account when developing the directions, goals and tasks of the psychocorrective program. The main directions of psychological support for families raising children with complex developmental disorders are: formation of a positive and cohesive image of the family in the child; reducing the level of anxiety of children in intra-family interaction; development of positive self-esteem in parents and children; teaching parents techniques of a non-judgmental and accepting attitude; increasing the level of trust of parents towards children with complex developmental disorders.

During the development of a program of psychological support for the optimization of child-parent relations in families with children who have complex developmental disorders, a number of conditions must be taken into account: the most important condition during the planning and organization of psychocorrective work with the families of such children is taking into account the qualitative uniqueness of mental development children and each member of the psychocorrection group; the program for correction of child-parent relations in families with children with complex developmental disorders, aimed at organizing psychological correction in real groups of

children and their parents (class, formed group); during the planning of psycho-corrective work, it is envisaged to carry out diagnostic measures to assess the effectiveness of its impact; the proposed program must meet the verification requirements in terms of content and effectiveness.

Key words: *child-parent relations, complex developmental disorders in children, psychological support program.*

Вступ. Концепція психологічної допомоги сім'ям, що виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку (КПР), розглядає важливість питання психологічної травматизації батьків таких дітей. Різні дослідники вивчали питання адаптації сім'ї до народження та виховання дитини з різними формами комплексного дизонтогенезу, а також надавали родинам психологічний супровід.

Матеріали та методи. Предметом вивчення таких науковців, як Л. Кислян, Т. Комар, І. Лунгул, Н. Погорільська, М. Радченко, О. Ходаківська, Л. Чопик, Е. Carter, М. McGoldrick, R. Darling, G. Singer, B. L. Ethridge, ставали проблеми та стадії адаптації сім'ї до народження та виховання дитини з порушеннями в розвитку; Т. Ілляшенко, Г. Кукуруза, М. Певзнер, О. Романчук – питання необхідності психолого-педагогічного вивчення та надання допомоги родинам, їх психологічний супровід; Л. Беткер, Д. Шульженко, Т. Скрипник, К. Островська – специфіка взаємовідносин у родині, де виховуються діти з розладами аутистичного спектру; Г. Мішина, А. Міненко, М. Мушкевич, В. Синьов, М. Радченко, О. Чеботарьова – з інтелектуальними порушеннями; В. Жук, Н. Мазурова, Т. Богданова – із порушеннями слуху; Л. Вавіна, Є. Клопота, Т. Костенко, В. Федоренко – з вадами зору, М. Тесленко та В. Шевчук – із комплексними порушеннями; Г. Кукуруза, Н. Погорільська, Є. Савіна, К. Островська, І. Чухрій – ставлення матері до дитини із обмеженими можливостями; О. Горецька, Л. Гриценюк, І. Добряков, Т. Ілляшенко, Г. Кукуруза, О. Романенко – психологічні проблеми в сім'ях дітей з порушеннями психофізичного розвитку; С. Конопляста, В. Тарасун, М. Шеремет – взаємодія батьків з дітьми, які мають мовленнєві порушення [1, с. 56]

Науковці Т. Костенко [1], О. Царькова, Г. Варіна [2], І. Чухрій [3], В. Шевчук [4] пропонують різні підходи до адаптації сімей, які

виховують дитину з комплексними порушеннями розвитку. Адаптація може бути розглянута як процес пристосування до нових умов через збалансовування внутрішніх установок сім'ї із вимогами зовнішнього середовища або як процес адаптації соціального середовища під потреби членів сім'ї шляхом ініціації соціальних змін. У першому випадку сім'я узгоджує власні інтереси з соціальними вимогами, а в другому – намагається змінити соціальні умови, в яких вона існує.

Спостереження О. Хмизової та Н. Остапенко дозволили виділити три групи батьків, які виховують дітей з КПР, з різними підходами до адаптивності та психологічної допомоги:

Перша група: ці батьки сприймають особливості дитини з комплексними формами дизонтогенезу адекватно, розвивають її потенціал, постійно шукають нові шляхи навчання та виховання. Вони оптимістичні, надають моральну підтримку іншим батькам, організовують альтернативні форми корекційної роботи та знаходять час для власного особистісного розвитку.

Друга група: ці батьки також приділяють багато уваги розвитку дитини, але мають знижений емоційний фон. Часто це матері, які розлучилися з чоловіками після народження дитини з КПР, і повністю присвятили своє життя дитині, відмовляючись від власних інтересів. Таке ставлення може призвести до внутрішньо-особистісних конфліктів, оскільки інтереси дитини й матері можуть бути різними. Також це може викликати відчуття образи на життя та знижену самооцінку у матері. Відсутність саморозвитку у батьків може вплинути на можливість підтримки розвитку дитини.

Третя група: батьки, які забезпечують матеріальні потреби дитини дітей з комплексними порушеннями розвитку, але не надають емоційної підтримки. Вони можуть сприй-

мати дитину як чужу і перекладати відповідальність на інших членів сім'ї або фахівців реабілітаційного центру. У результаті, дитина може відчувати відсторонення та відсутність батьківської участі.

Проблеми, характерні для другої і третьої груп батьків, можуть негативно впливати на розвиток дитини з КПП та гальмувати реабілітаційний процес. Такі батьки часто стикаються з внутрішньо-особистісними конфліктами, агресивністю, роздратованістю, зниженням самооцінки. У сім'ях, де є діти з КПП і звичайні діти, виникають труднощі через застосування різних методів виховання.

Комплексна психологічна допомога є необхідною для сімей, які виховують дітей з КПП. Така допомога повинна базуватися на гуманістичних принципах, орієнтувати батьків на підготовку дитини до життя, вироблення позитивних перспектив розвитку. Окремою проблемою є психологічна травмованість батьків, яка може перешкоджати адекватному ставленню до народження дитини з різними формами дизонтогенезу. Важливою є робота з підвищення психологічної та педагогічної компетентності батьків.

При порушеннях адаптації дітей з КПП часто зустрічаються «комплекс жертви» (апатія, відмова від відповідальності, знижена самооцінка та безпорадність) і «комплекс знедоленості» (самостійність, розрахунок лише на себе). Такі стани можуть негативно впливати на психологічне благополуччя як батьків, так і дітей, на їхні стосунки з оточуючими та викликати труднощі у навчанні та засвоєнні соціальних норм поведінки [5, с. 210].

Дослідження також виявили позитивний вплив наявності дитини з комплексними порушеннями розвитку КПП на розвиток сімейної системи. Згідно з результатами дослідження Х. Бессера і Т. Стентона, виховання дитини з комплексними порушеннями розвитку може зміцнити подружній союз, збільшити рівень батьківської участі у розвитку дитини, сприяти духовному збагаченню, згуртувати всю сім'ю, розвинути толерантність та інші позитивні якості [6].

Результати. Теоретичний аналіз наукових джерел дозволяє виділити різні концепції стосовно поглядів на дітей із КПП та їхні родини:

1. Структурно-функціональний аналіз: основні ідеї полягають у соціальній політиці держави щодо осіб з інвалідністю.

2. Соціально-антропологічний аналіз: в основі ідеї про форми соціальних взаємин та механізми соціального контролю.

3. Символічний інтеракціонізм: в основі ідеї символів, ролей, стереотипів і самоконтролю в рамках поняття «інвалід».

4. Класична соціологічна теорія: розглядає специфічні механізми соціальної адаптації осіб з обмеженими можливостями, а також визначає основні компоненти девіації.

5. Феноменологічна теорія: аналізує процеси соціального конструювання реальності, повсякденне сприйняття інвалідності та специфіку діяльності.

6. Концепція соціалізаційної норми: корекція відхилень або запізнюючої соціалізації на рівні конкретних соціальних груп і окремих індивідів.

7. Концепція біологізаторського розвитку дитини: базується на ідеї соціального виховання дітей з обмеженими можливостями.

8. Нова теорія виховання: спрямована на заперечення теорії моральної дефективності, яка раніше визначала моральне каліцтво як специфічне психічне захворювання [7, с. 55].

Ці концепції допомагають краще зрозуміти процеси адаптації та соціалізації родин, що виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку, а також слугують основою для розробки ефективних підходів до психологічної допомоги та підтримки таких сімей.

У сучасних підходах до психологічної допомоги сім'ям, які виховують дітей з КПП, застосовуються різні моделі та принципи. Відповідно до різноманітних принципів, таких як сімейно-центрований підхід, спеціальна дидактика і мотиваційні стратегії, були розроблені такі моделі допомоги:

Модель Б. Скінера базується на принципах збільшення кількості та якості взаємодій дитини та її батьків.

Модель В. Кагана орієнтована на мотивування батьків до активізації їхніх інтересів і захоплень, що сприяє особистісному розвитку та зростанню.

Модель Х. Джайнотта пропонує підтримувати позитивний образ «Я» дитини, уникаючи негативних оціночних суджень.

Модель В. Тарасун фокусується на ранньому прогнозуванні та своєчасному запобіганні труднощів у навчанні дітей з комплексними порушеннями розвитку.

Важливого значення при побудові стратегії надання психологічної допомоги родинам, які виховують дитину з КПР, як зауважує Д. Шульженко, мають базові положення теорій: психолого-педагогічних закономірностей розвитку дитини з психофізичними порушеннями, як результату складного процесу його соціалізації (Т. Власова, Л. Виготський, В. Лубовський, Д. Ельконін) та розвитку в умовах дизонтогенезу, який потребує створення спеціального корекційно-розвивального середовища (К. Лебединська, В. Лебединський, І. Левченко, В. Лубовський, Є. Мастюкова, М. Певзнер, В. Петрова, С. Рубінштейн, В. Синьов, У. Ульєнкова). Під спеціальним корекційно-розвивальним середовищем в родині мається на увазі внутрішньо-сімейні умови, які створюються батьками і забезпечують оптимальний розвиток дитини з різними нозологічними порушеннями [8].

У процесі психологічної допомоги враховуються різні теорії, які описують закономірності розвитку дітей з комплексними психофізичними порушеннями та умови, необхідні для їх соціалізації. Важливе місце посідають теорії, які вивчають розвиток у контексті дизонтогенезу, підкреслюючи необхідність спеціального корекційно-розвивального середовища в родині, створеного батьками для оптимального розвитку дитини з порушеннями.

При розробці програм психологічного супроводу для сімей з дітьми, які мають КПР, необхідно брати до уваги декілька ключових принципів:

1. Принцип особистісного підходу: враховується особистість дитини загалом, з її

індивідуальними особливостями, а не лише окремі психічні явища.

2. Каузальний принцип: акцент на виявленні справжніх причин відхилень у розвитку, а не лише на симптомах.

3. Принцип комплексності: психологічна допомога має бути комплексною, включаючи медико-психолого-педагогічні аспекти.

4. Принцип діяльнісного підходу: психологічна допомога здійснюється з урахуванням провідного виду діяльності дитини (ігрової для дошкільників, навчальної для школярів тощо).

Під час розробки програми корекції дитячо-батьківських взаємин у сім'ях, які виховують дітей з КПР, важливо враховувати технологічні аспекти психолого-педагогічної діяльності. Педагогічні технології повинні відповідати вимогам системності, керованості, відтворюваності та ефективності.

Основні цілі психокорекційної роботи включають переструктурування негативних особистісних установок батьків, оптимізацію характеру взаємин, створення сприятливого психологічного клімату в родині та зниження рівня тривожності батьків і дітей. З цими цілями пов'язані такі завдання, як моделювання гармонійних дитячо-батьківських відносин, реконструкція реальних взаємин, корекція неадекватних поведінкових та емоційних реакцій, а також розвиток оптимальних форм поведінки в діаді «батьки-дитина».

Під час планування та організації роботи із психологічного супроводу сімей, які виховують дітей із КПР, необхідно враховувати виявлену специфіку дитячо-батьківських стосунків [4, с. 40]. Відповідно до особливостей цих стосунків пропонуються напрями, принципи, цілі, завдання та методи психолого-педагогічної корекції. Відповідність виявлених проблем, напрямів психокорекційної роботи та її методів представлено в таблиці 1.

Висновки. Під час розроблення програми психологічного супроводу для сімей, які виховують дітей із комплексними порушеннями розвитку (КПР) з метою корекції дитячо-батьківських стосунків, необхідно враховувати низку умов: найважливішою умовою під

Таблиця 1

Напрями та методи психокорекційної роботи із сім'ями, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку, залежно від виявлених особливостей їх внутрішньосімейних стосунків

Специфіка стосунків у сім'ях	Напрямок психологічної допомоги	Приклади методів і технік корекційного впливу
Високий рівень авторитарності у вихованні дітей з комплексними порушеннями розвитку	Навчання батьків прийомам безоціночної, приймаючої та демократичної взаємодії з дітьми	Вправа «7 умов щасливого дитинства»; аналіз батьками малюнка сім'ї, виконаного дітьми; семінар: «Ефективні методи взаємодії у внутрішньосімейних взаєминах»; спільна побудова моделі «Міста щасливого дитинства».
Інфантилізація батьками своїх дітей із комплексними порушеннями розвитку	Підвищення рівня довіри до дітей у батьків	Спільні ігри «Де сховано?», «Підніміться та поміняйтеся місцями ті, хто...» тощо; обговорення та вирішення проблем у межах семінарських занять «Проблеми моєї дитини»; рольові ігри.
Емоційне заперечення дітей з недорозвиненням інтелекту їхніми батьками	Розвиток позитивної самооцінки у батьків та дітей. Навчання батьків прийомам ненасильницького приймаючого емпатійного спілкування з дітьми	Релаксаційна вправа для батьків «Занурення у дитинство»; вправа «Передай посмішку та колу»; спільне створення та переструктурування моделі «Міста щасливого дитинства»; гра «Подорож містом щасливого дитинства»
Почуття відчуженості в дітей у внутрішньосімейній взаємодії	Формування позитивного та згуртованого образу сім'ї у дітей	Казки-театралізації «День народження Ведмедика» «Козеня сердиться»; вправа «Подарунок для близьких»; спільні з батьками ігри по створенню моделі «Міста щасливого дитинства»: «Заселення міста» тощо.
Тривожність дітей при взаємодії з батьками	Зниження рівня тривожності у дітей у внутрішньосімейних відносинах	Релаксаційні вправи, спільні з батьками («рука в руці»)

час планування та організації психологічної роботи з сім'ями таких дітей є врахування якісної своєрідності психічного розвитку дітей та кожного члена групи психокорекції; програма корекції дитячо-батьківських стосунків у сім'ях із дітьми, які мають комплексні порушення розвитку, спрямована на організацію

психокорекції в реальних групах дітей та їхніх батьків (клас, сформована група); під час планування психокорекційної роботи передбачається проведення діагностичних заходів для оцінки ефективності її впливу; запропонована програма має задовольняти вимогам верифікації за змістом та ефективністю.

Список використаних джерел:

1. Костенко Т. Теоретичні та методологічні підходи до психологічного супроводу адаптації та реабілітації осіб з інвалідністю по зору. *German International Journal of Modern Science*. 2021. № 17. С. 54–59.
2. Царькова О.В., Варіна Г.Б. Системний підхід до психологічної корекції почуття провини у батьків дітей з обмеженими можливостями та функціональними розладами. *Інноваційні технології розвитку психологічних ресурсів особистості*: колективна монографія. Херсон: Вид-во ФОП Вишемирський В. С., 2019. С. 329–340.
3. Чухрій І. В. Чинники соціально-психологічної адаптації матерів, які виховують дитину-інваліда. *Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: збірник наукових праць*. 2012. № 9 (11). С. 210–228.
4. Шевчук В.В. Теоретичні засади дослідження психологічного супроводу батьків, які виховують дітей з комплексними порушеннями розвитку. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. 2023. № 3 (59). С. 39–44.
5. Хмизова О.В., Остапенко Н.В. Організація психокорекційної роботи з батьками дітей з особливими потребами як складова цілісного процесу ранньої соціальної реабілітації.

Соціальна робота в Україні: теорія і практика науково-методичний журнал. 2011. № 3/4. С. 203–211.

6. Stainton T., Besser H. The positive impact of children with an intellectual disability on the family. *Journal of Intellectual & Developmental Disability.* 1998. № 23(1). P. 56–69.

7. Кучма Т.В. Емпіричний аналіз факторів стресостійкості батьків дітей з психофізичними порушеннями. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Серія «Психологія».* 2023. Т. 34 (73). № 2. С. 55–59

8. Шульженко Д.І. Особливості психологічної роботи з емоційними станами батьків дітей з психофізичними порушеннями раннього віку. *Психологічний часопис.* 2017. № 9(5). С. 173–180.

References:

1. Kostenko, T. (2021). Teoretichni ta metodologichni pidhodi do psihologichnogo suprovodu adaptaciyi ta reabilitaciyi osib z invalidnistyu po zoru [Theoretical and methodological approaches to the psychological support of adaptation and rehabilitation of visually impaired persons]. *German International Journal of Modern Science.* № 17, pp. 54–59 [in Ukrainian].

2. Carkova, O.V., & Varina, G.B. (2019). Sistemnij pidhid do psihologichnoyi korekciji pochuttya provini u batkiv ditej z obmezhenimi mozhlivostyami ta funkcionalnimi rozladami [Systematic approach to psychological correction of guilt in parents of children with disabilities and functional disorders]. *Innovacijni tehnologiyi rozvitku psihologichnih resursiv osobistosti: kolektivna monografiya.* Herson: Vid-vo FOP Vishemirskij V. pp. 329–340 [in Ukrainian].

3. Chuhrij, I.V. (2012). Chinniki socialno-psihologichnoyi adaptaciyi materiv, yaki vihovuyut ditinu-invalida [Factors of social and psychological adaptation of mothers raising a disabled child]. *Aktualni problemi navchannya ta viovannya lyudej z osoblivimi potrebami: zbirnik naukovih prac,* 9 (11). pp. 210–228 [in Ukrainian].

4. Shevchuk, V. (2023). Teoretichni zasadi doslidzhennya psihologichnogo suprovodu batkiv, yaki vihovuyut ditej z kompleksnimi porushenniyami rozvitku [Theoretical foundations of the study of psychological support of parents raising children with complex developmental disorders]. *Naukovi praci Mizhregionalnoyi Akademiyi upravlinnya personalom. Psihologiya,* (3(59), pp. 39–44 [in Ukrainian].

5. Hmizova, O.V., & Ostapenko, N.V. (2011). Organizaciya psihokorekcijnoyi roboti z batkami ditej z osoblivimi potrebami yak skladova cilisnogo procesu rannoyi socialnoyi reabilitaciyi [Organization of psychocorrective work with parents of children with special needs as a component of the integral process of early social rehabilitation]. *Socialna robota v Ukrayini: teoriya i praktika naukovogo-metodichnij zhurnal.* 2011. № 3/4. pp. 203–211 [in Ukrainian].

6. Stainton, T., & Besser, H. (1998). The positive impact of children with an intellectual disability on the family. *Journal of Intellectual & Developmental Disability,* № 23(1). pp. 56–69.

7. Kuchma, T.V. (2023). Empirichnij analiz faktoriv stresostijkosti batkiv ditej z psihofizichnimi porushenniyami [Empirical analysis of stress resistance factors of parents of children with psychophysical disorders]. *Vcheni zapiski Tavrijskogo nacionalnogo universitetu imeni V. I. Vernadskogo. Seriya «Psihologiya».* T. 34 (73), №2, pp. 55–59 [in Ukrainian].

8. Shulzhenko, D.I. (2017). Osoblivosti psihologichnoyi roboti z emocijnimi stanami batkiv ditej z psihofizichnimi porushenniyami rannogo viku [Peculiarities of psychological work with emotional states of parents of children with psychophysical disorders of early age]. *Psihologichnij chasopis,* № 9(5). pp. 173–180 [in Ukrainian].

УДК 159.9:161.262

DOI <https://doi.org/10.32782/2311-8458/2024-1-13>

Шульга Дмитро Мирославович,
аспірант кафедри теоретичної психології,
Інститут управління, психології та безпеки
Львівського державного університету внутрішніх справ,
вулиця Городоцька, 26, Львів, 79000, Україна
ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-7459-5119>

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ «АСЕРТИВНІСТЬ» У ПРАЦЯХ ВІТЧИЗНЯНИХ ТА ЗАРУБІЖНИХ НАУКОВЦІВ

У статті автор розкриває особливість та різноманіття поглядів та концепцій на природу феномену асертивності. Проведено теоретичний аналіз наукової літератури щодо сутності змісту асертивності як особистісної властивості, що детермінує поведінку особистості в соціумі, її адаптивність та відповідну міжособистісну взаємодію. Констатовано, що у сфері наукових досліджень щодо асертивності в зарубіжній психології виокремлюють два основних підходи. Перший зосереджується на зовнішніх аспектах поведінки, що характеризують успішну особистість, що знаходить своє відображення у працях вчених, таких як Г. Бейер, Д. Джонсвард, В. Каппоні, Т. Новак та Г. Фенстрейхейм. Другий напрямок спрямований на дослідження внутрішнього світу людини та її екзистенційного стану, що є об'єктом робіт таких гуманістичних психологів, як А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл та Е. Фромм. Автор виокремлює структурні компоненти феномену асертивності, серед яких когнітивно-змістовна, афективна та поведінкова компоненти. У статті обґрунтовано, що важливим чинником особистісної асертивності є адаптаційний потенціал. Феномен асертивності детермінує визначену поведінку особистості, яка виявлятиметься у спонтанних реакціях, відповідних ситуації емоціях, умінні говорити відверто про свої бажання та вимоги, здатності висловлюватись та відсутності страху заперечуванню, застосуванню аргументів у розмові, наполегливості на власних думках, володінні стратегіями задоволеності справедливим вимог та вмінні говорити «ні» у відповідних ситуаціях, не порушуючи права інших осіб. Така особистісна властивість розкривається через цілеспрямованість, конструктивність, відповідальність, впевненість в собі, самостійність, рішучість, самоефективність, незалежність, ініціативність, наполегливість, суб'єктивність, емпатійність, вимогливість, рефлексійність тощо.

Ключові слова: особистість, асертивність, особистісна властивість, структурні компоненти, адаптивність.

Shulga Dmytro. Psychological analysis of the concept of "assertability" in the works of domestic and foreign scientists

In the article, the author reveals the peculiarity and variety of views and concepts on the nature of the phenomenon of assertiveness. A theoretical analysis of the scientific literature was carried out regarding the essence of the content of assertiveness as a personal property that determines the behavior of an individual in society, its adaptability and the corresponding interpersonal interaction. It was established that in the field of scientific research on assertiveness in foreign psychology, two main approaches are distinguished. The first focuses on the external aspects of behavior that characterize a successful personality, which is reflected in the works of scientists such as H. Beyer, D. Jongvard, V. Capponi, T. Novak and H. Fenstreheim. The second direction is aimed at researching the inner world of a person and his existential state, which is the object of the works of such humanistic psychologists as A. Maslow, G. Allport, K. Rogers, W. Frankl and E. Fromm. The author singles out the structural components of the assertiveness phenomenon, including cognitive-content, affective and behavioral components. The article substantiates that an important factor of personal assertiveness is adaptation potential. The phenomenon of assertiveness determines the specific behavior of the individual, which will be manifested in spontaneous reactions, emotions appropriate to the situation, the ability to speak frankly about one's wishes and demands, the ability to express oneself and the absence of fear of denial, the use of arguments in conversation, persistence in one's own opinions, the possession of strategies for satisfying fair demands and the ability to say "no" in appropriate situations without violating the rights of others. Such a personal property is revealed through purposefulness, constructiveness, responsibility, self-confidence, independence, determination, self-efficacy, independence, initiative, persistence, subjectivity, empathy, demandingness, reflexivity, etc.

Key words: personality, assertiveness, personal property, structural components, adaptability.

Вступ. Феномен асертивності вважається досить новим у психології, і використовується для визначення особистісних рис. На сьогоднішній день, його сутність залишається неоднозначною в психологічній науці. Тому, аналіз цього явища з використанням філософських та психологічних підходів є дуже актуальним.

Під час аналізу психологічної літератури стало відомо, що проблема асертивності цікавила вчених ще в кінці XIX століття. Великий внесок у вивчення цього питання зробили такі дослідники, як Р. Альберті, А. Адлер, Дж. Вольпе, Е. Берн, Р. Лацарус, Ф. Зімбардо, А. Сальтер, У. Джеймс, Е. Шостром, Дж. Сміт, М. Еммонс та інші.

Також відомі психологи, такі як Ф. Василюк, О. Брюховецька, В. Гарбузов, С. Ковальов, С. Максименко, В. Ромек, Л. Марчук, О. Федосенко, звертали увагу на цей аспект. Різні аспекти асертивної поведінки досліджувалися у працях К. Чулкової, Г. Балла, Н. Подольак, Є. Головахи, З. Ковальчук, В. Мойсеєнко, О. Донченко, В. Татенка, М. Шинкар, М. Савчина, С. Складенко, Т. Титаренко та інших.

Мета статті – розкрити феномен асертивності через наукові праці вітчизняних та зарубіжних авторів.

Матеріали та методи. Концепція асертивності була сформульована на початку 1960-х років американським психологом А. Солтером. Вона включила в себе основні ідеї гуманістичної психології, зокрема, наголошувала на важливості самореалізації та протиставляла це концепції маніпулювання людьми. За думкою самого Солтера, особистість, яка має розвинуте почуття самоповаги, здатна діяти асертивно в будь-якій ситуації, виражаючи свої думки відкрито, впевнено і рішуче. Він визначав сутність цього підходу як здатність висловлювати свої думки чітко і бути відповідальним за свої слова.

Результати дослідження. У психологічній літературі асертивність описується як «особистісна риса, що передбачає автономію та незалежність від зовнішніх впливів і оцінок, здатність самостійно контролювати свою поведінку». Ще один психологічний довід-

ник визначає асертивність як «гармонійне поєднання властивостей особистості, яке виражається у знаннях про природу людини, навичках спілкування та етично прийнятних проявах у конкретних ситуаціях. Асертивність позначається формулюванням своїх бажань і потреб, пошуком їх задоволення та здатністю враховувати погляди оточуючих з повагою та увагою. Бути асертивним означає розуміти і враховувати інші точки зору, залишаючи простір для їхніх ділових інтересів, а також вміло захищати власні інтереси» [1].

Вивчення феномену асертивності в психології спочатку розпочалося в рамках поведінкової терапії. Пізніше, такі психологи, як Р. Альберті, Дж. Вольпе, М. Еммонс та інші представники поведінкового напрямку, встановили загальні основи розуміння асертивності як вияву впевненості в собі. У цьому контексті асертивність трактувалася як результат навчання, адаптивна реакція на соціальний вплив.

У соціально-психологічних дослідженнях, проведених вітчизняними авторами у радянський період, існувало кілька методологічних підходів до вивчення категорії асертивності. Наприклад, у роботах вітчизняних представників концепції спільної діяльності асертивність розглядалася як один із ключових моментів, необхідних для досягнення поставленої індивідуальної мети в життєдіяльності колективу або невеликої групи [2].

У сучасній психологічній літературі «асертивність» визначається як здатність відкрито висловлювати свої думки та емоції, не зашкоджуючи при цьому іншим людям або собі. Це означає, що людина може вільно виражати свої потреби та вимоги, дотримуючись при цьому взаємоповаги і враховуючи інтереси інших. Поняття «асертивність» стає важливим на рівні цінностей та підтримується позитивним ставленням до себе та інших людей (Р. Альберті, М. Еммонс, Р. Лінденфілд, М. Мольц, Т. Харріс та ін.) [2].

Різні вчені мають свої власні підходи до тлумачення асертивності, що важливо для розуміння цього явища. Наприклад, К. Чулкова та Л. Марчук вбачають асертивність у само-

просуванні чи просуванні своєї волі. В. Мойсеєнко тлумачить її як самоствердження без хвастощів чи несправжньої скромності, а скоріше як впевнений захист власних інтересів.

За Г. Крайгом і Д. Бокумом – це відстоювання своїх прав. Д. Ньюстром і Ф. Девіс розглядають асертивність як процес висловлення почуттів та пропозицій про легітимні зміни. В. Шпалінський визначає асертивність як здатність вільно заявляти свої бажання та вимоги та досягати їх реалізації. Це також уміння адекватно реагувати на зауваження, критику, а також рішуче висловлювати «ні», коли це необхідно. В педагогічній літературі асертивність визнається як соціальна якість, яка проявляється в орієнтації на компроміс і співпрацю як стратегії взаємодії [3].

На думку В. Семиченко, досліджувана нами асертивність є системоутвірним ядром поваги як почуття та власної гідності. Асертивність характеризується як індивідуальна ціннісна властивість, що виявляється активними діями людини, в тому числі, у вмінні берегти свою «автономність», уникаючи маніпуляцій й тиску зі сторони оточення [4].

Американський психолог М. Дойч вказує, що особа, яка себе цінує й поважає, характеризується значним рівнем асертивності. Автор сформулював принцип, який він називає «троїстим», і він полягає в тому, що в будь-якій ситуації асертивна особистість виступає рішуче, чесно та дружелюбно. За словами психолога, рішучість не дозволяє опонентові маніпулювати чи залякати її, чесність не дозволяє втягнутися у морально неприпустимі ситуації, навіть якщо на це спробують змусити, а дружелюбність показує опонентам, що ця особистість поважає і цінує не лише свою думку, тому вона готова до конструктивної взаємодії [5].

У сфері наукових досліджень щодо асертивності в зарубіжній психології виокремлюють два основних підходи. Перший зосереджується на зовнішніх аспектах поведінки, що характеризують успішну особистість, що знаходить своє відображення у працях вчених, таких як Г. Бейер, Д. Джонгвард, В. Каппоні, Т. Новак та Г. Фенстрейхейм. Другий

напрямок спрямований на дослідження внутрішнього світу людини та її екзистенційного стану, що є об'єктом робіт таких гуманістичних психологів, як А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл та Е. Фромм.

Важливо відзначити, що в зарубіжних дослідженнях асертивність часто асоціюється з поняттями успішності, незалежності, самостійності та впевненості. У вітчизняних наукових працях цей феномен частіше розглядається в контексті відповідальності, особистісної позиції, моральних переконань та здатності протистояти груповому тиску. Поведінковий підхід до асертивності включає в себе ряд зовнішніх проявів, таких як відкритість у висловленні власних бажань і вимог, а також здатність до встановлення контактів. Невпевнену поведінку, у свою чергу, пов'язують з неясними формулюваннями цілей, нереалістичними очікуваннями, неправильною оцінкою власних досягнень та неумінням використовувати минулий досвід [6].

Джозеф Вольпе розглядає правдиво асертивну особистість з чотирьох позицій:

1. вона вільно висловлює свої думки та почуття;
2. вміє спілкуватися на різних рівнях з різними людьми, чи це незнайомі, друзі, чи родина. Ця комунікація завжди є відкритою, чесною, прямою та адекватною;
3. така особистість активно орієнтована на життя і досягає своїх цілей, намагаючись впливати на події;
4. її дії характеризуються самоповагою. Вона розуміє, що ситуація може не завжди бути ідеальною, але намагається знайти спосіб діяти, щоб не пропустити можливості, підтримуючи при цьому свою гідність. Невпевненість, згідно з Вольпе, зазвичай виникає внаслідок відсутності позитивного соціального досвіду чи навичок спілкування, або через невміння їх застосовувати.

К. Рудестам підкреслює, що асертивна поведінка є найбільш конструктивним способом міжособистісної взаємодії, що дозволяє відповідати агресії та маніпуляції. У свою чергу, вітчизняні вчені Є. Нікітін і Н. Харламенкова також розглядають асертивність

як «самоствердження через конструктивну діяльність».

У наукових колах поняття «асертивність» застосовують для визначення впевненої, самодостатньої, успішної людини, як автономну, незалежну від зовнішніх впливів і оцінок, здатність самостійно регулювати власне поведіння. Цілком виправданим є припущення дуже близької аналогії з поняттям упевненість, яке подібно визначається у психологічному словнику [7].

Представники психоаналітичного підходу Г. Фенстерхейм і Дж. Бейер асертивну особистість характеризують за такими характеристиками:

- вільно висловлювати свої думки і почуття: «Це – Я. Це те, що я думаю, відчуваю, бажаю»;
- спілкуватися з людьми на всіх рівнях (незнайомими людьми, друзями, родинами). Це спілкування завжди відкрите, чесне, пряме, адекватне;
- мати активну орієнтацію в житті, досягати бажаного; – характеризуватися самоповагою, приймаючи обмеження в певній ситуації, дії спрямовані на підтримку самоповаги [8].

Вирішення проблеми впевненості в собі та ставлення до інших людей більш схильне до предмету філософських роздумів, ніж до психології. Ральф Вальдо Емерсон, американський філософ-ідеаліст, хоч і не використовує термін «асертивність», проте асоціює його з поняттям довіри. У своїй праці «Довіра до себе» він чітко висловлює концепцію нескінченних можливостей людини та підкреслює, що кожен має бути собою, не намагаючись наслідувати інших.

Англійський філософ-психолог Френк Девіс вбачає в цій рисі здатність, яка супроводжує людину протягом життя, формуючи достатній потенціал для розв'язання непередбачуваних ситуацій та конструктивної взаємодії з іншими. Людина повинна довіряти собі, так як це роблять тварини та діти, які відверто виявляють свої почуття. Вчені визначають дві основні перешкоди на шляху довіри до себе: страх перед прийняттям загальноприйнятої

думки, що примушує до нещирості, та страх проявити внутрішню неоднорідність.

Карл Роджерс визначає впевненість як ключовий фактор для конструктивної самореалізації людини. Володимир Ромек вказує на те, що впевненість та невпевненість є змінними та ситуативно залежними явищами. Ці явища характеризуються різними проявами, такими як страх бути відкинутим, неправильні переконання, низька самооцінка, необґрунтоване прагнення дотримуватися прийнятих стандартів, а також неуспішна виразність почуттів. Розрізняють «невпевненість» та «впевненість у собі», що виявляється як загально позитивне когнітивно-емоційне ставлення до власних здібностей. За думкою Володимира Ромека, когнітивний аспект відображає концепцію «віри в ефективність», а емоційний аспект можна розглядати як поєднання сором'язливості та ініціативності у соціальних ситуаціях. Отож, асертивність – це важлива особистісна якість, яка допомагає подолати труднощі у взаємодії та сприяє подальшим успішним крокам [5].

Ірина Зінов'єва та Володимир Ромек у своїх дослідженнях зауважують, що відсутність впевненості у собі може призвести до того, що особа, яка приймає рішення, стає вразливою до зовнішнього психологічного впливу та тиску, і може легко піддаватися відмові від власних принципів, ідеалів, цінностей та переконань. За думкою цих авторів, асертивність, переважно, супроводжується процесом аналізу, осмислення та критичного мислення, що вказує на те, що дане психологічне утворення має переважно когнітивний характер [9; 15].

Вчені С. Стайн та Г. Бук характеризують асертивність як «складову трьох основних компонентів: здатності відкрито висловлювати переконання і думки, здатності адекватно висловлювати почуття, здатності захищати свої права» [9].

О. Федоров стверджує, що асертивною є така поведінка, де мета активно досягається, проте не порушуються ніяк права інших людей. Також це така поведінка, коли можна досягти балансу взаємних інтересів,

а засоби сприяють прийняттю відповідного рішення [5].

На думку О. Брюховецької, асертивність – позитивна поведінка зрілої особи, яка поважає інших та себе, розуміє, слухає та намагається досягати дієвого компромісу; це також ввічлива наполегливість, здатність поводитись доброзичливо та впевнено, відстоювати конструктивно власні права, проявляючи повагу щодо інших. Асертивна особистість бере на себе відповідальність за свою поведінку та рішення, які вона приймає, оптимально реагує на критику зі сторони та здатна говорити «ні» за ситуативної потреби. Асертивна поведінка вченими розглядається як конструктивний та оптимальний спосіб міжособистісної взаємодії [10].

Асертивність як особистісна характеристика має такі структурні компоненти: когнітивний, поведінковий, особистісний та емоційно-ціннісний. Когнітивний компонент виявляється у силі переконання особи у своїй ефективності, адекватній оцінці ситуації, гнучкості мислення. Поведінковий компонент асертивності виявляється у відповідальності, незалежності, готовності до ризику, наполегливості (напористості), конструктивній агресії. Прояв особистісного компонента характерний високим рівнем самоповаги і самооцінки людини. Емоційно-ціннісний компонент асертивності виявляє вміння управляти власними реакціями, сміливість в соціальних контактах, довіру та впевненість у собі [1].

Українська вчена Н. Подоляк розробила модель асертивності через призму континуально-ієрархічного підходу. Вона вважає, що ця властивість є багаторівневим та цілісним утворенням, до складу якого входять змістовно-особистісний, формально-динамічний та соціально-імперативний рівні, які, у свою чергу, представлені відповідними компонентами зі специфічним змістом. Вони знаходяться у взаємодії між собою та один одного доповнюють, утворюючи інтегративну особистісну властивість, що ніяким чином не зводиться до суми її структурних складових. Її також можна характеризувати як системну

властивість з характеристиками активності й цілісності [3].

За дослідженням Марії Манойлової, асертивність відноситься до емоційного інтелекту міжособистісного аспекту і є однією з ключових рис низького рівня конфліктності, опираючись на її експериментальні дані. Особистість з вміннями асертивної поведінки виявляє повагу та терпимість до точки зору інших, що допомагає уникнути розвитку конфліктних ситуацій. Серед трьох основних компонентів емоційного інтелекту – комунікативної толерантності, емпатії та асертивності, що сприяють оптимізації спілкування, вчена підкреслює переважаюче значення асертивності [5].

Джон Сміт характеризував асертивність через особистісні права. Особа здатна активно використовувати власні права та відстоювати їх. Така людина поважає права інших та утворює взаємовідносини, не порушуючи їх меж. Він вводить поняття «принципи асертивності», які визначають правила взаємодії в суспільстві та спілкування з іншими людьми, включаючи відмову від маніпуляцій, жорстокості та агресії проти інших.

Вивчення наукової літератури підтверджує, що більшість дослідників згодні, що асертивність представляє собою «золоту середину» поміж агресивною та пасивною поведінкою [1–3; 5; 6; 8–14]. Основні риси асертивності включають адекватну самоповагу, самооцінку, ініціативність, наполегливість, відповідальність та інші.

Світлана Медведєва в своїй дослідженні розглядає асертивність як гармонійну сумісність особистісних якостей, що проявляється в щирих вчинках щодо себе та інших людей, вмінні етично спілкуватися у конкретних ситуаціях, поєднаній з впевненістю, позитивною самооцінкою та повагою до прав інших осіб [6].

Авраам Лацарус вважав асертивність соціальною компетентністю, формою емоційної вільності, що проявляється у здатності висловлювати свої побажання, вимоги та запити, а також у можливості відмовити. З цієї точки зору, це виявляється у відкритому вираженні своїх побажань та почуттів, у здатності розпо-

чати або закінчити розмову за власною ініціативою, не відступаючи при цьому від власних інтересів [11].

Психологічний аналіз сучасних наукових доробків вітчизняних та зарубіжних дослідників дозволив К. Чулковій стверджувати, що асертивністю є можливість людини організувати власну поведінку, уміння формувати свої вимоги та бажання та їх задовольняти, а також прислухатись до різних думок. Вчена переконує, що ця властивість характеризується гармонійним поєднанням особистісних властивостей, вияв знань її щодо людської природи, вміння спілкуватись відповідно до ситуації, виявляти на діях власний світогляд позитивного спрямування [12].

Асертивність означає здатність виходити за рамки власного «Я», успішно адаптуватися до соціальних і особистісних умов і знаходити позитивні аспекти в невідповідних ситуаціях. Ця якість сприяє досягненню успіху у діяльності, особливо, коли особа володіє широким кругозором, логічним мисленням та розвинутими навичками в різних сферах. Більше того, асертивність може бути набутою як вміння. Асертивна людина має чітку мету і вміє керувати своїми емоціями, не дозволяючи їм легко під-

даватися маніпуляціям або емоційному тиску інших. Вона вміє досягати своїх цілей, незважаючи на негативний тиск з боку оточення, бере до уваги свої власні інтереси, одночасно підраховуючи інтереси інших. Асертивність розвивається саме у соціумі, через взаємодію з оточенням і іншими людьми. Відчуття особистості в різних умовах соціалізації дозволяє їй створювати власний стиль взаємодії [13].

Висновки. Отже, феномен асертивності детермінує визначену поведінку особистості, яка виявлятиметься у спонтанних реакціях, відповідних ситуації емоціях, умінні говорити відверто про свої бажання та вимоги, здатності висловлюватись та відсутності страху заперечуванню, застосуванню аргументів у розмові, наполегливості на власних думках, володінні стратегіями задоволеності справедливим вимог та вмінні говорити «ні» у відповідних ситуаціях, не порушуючи права інших осіб. Така особистісна властивість розкривається через цілеспрямованість, конструктивність, відповідальність, впевненість в собі, самостійність, рішучість, самоєфективність, незалежність, ініціативність, наполегливість, суб'єктивність, емпатійність, вимогливість, рефлексійність тощо.

Список використаних джерел:

1. Сердюк Н.М. Асертивна поведінка та почуття впевненості в собі у структурі міжособистісних стосунків підлітків. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/3139/1/Serdyuk.pdf>.
2. Бутузова Л.П. Асертивність особистості як основа становлення безпечної поведінки в підлітковому віці. *Проблеми психологічної безпеки: особистість, суспільство, держава*. 2010. С. 33–40.
3. Подоляк Н. Структура асертивності з позиції континуально-ієрархічного підходу. *Проблеми гуманітарних наук. Психологія*. № 43 (2018). С. 128–140.
4. Семиченко В.А. Психологія особистості. Київ, 2001. 427 с.
5. Марчук Л.М. Соціально-психологічні особливості формування асертивної поведінки у професійному становленні майбутніх психологів: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05 / Інститут психології імені Г. Костюка Національної академії педагогічних наук України, Київ, 2016. 225 с.
6. Медведева С.А. Асертивність майбутніх практичних психологів: досвід вивчення. Соціальні технології: актуальні проблеми теорії та практики: міжвузівський зб. наук. пр. / ред. кол. : В. П. Бех, К. Ю. Богомаз, Л. Ф. Бурлачук та ін. ; гол. ред. О. Л. Скідін. Одеса: Астропринт, 2008. Вип. 39–40. С. 234–240.
7. Словник психологічних термінів. URL: <https://nuph.edu.ua/slovniki-psihologichnih-terminiv/>.
8. Мойсеєнко В.В. Асертивність як соціально-психологічний механізм вибору стратегій статусної поведінки студентською молоддю: дис. ... доктора філософії : 053 Психологія / Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, Херсон, 2020. 194 с.
9. Ніколаєв Л.О. Розвиток асертивності підлітків у різних умовах соціалізації: автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Переяслав-Хмельницький, 2016. 22 с.
10. Брюховецька О.В. Асертивність як складова професійної толерантності керівників закладів загальної середньої освіти. *Вісник післядипломної освіти. Серія «Соціальні та поведінкові науки»*. Випуск 8(37). 2018. С. 36–50. <https://doi.org/10.32405/2522-9931>.

11. Lazarus R.S. Stress and adaptational outcomes-the problem of confounded measures / R. S. Lazarus, A. DeLongis, S. Folkman, R. Gruen. *American Psychologist*. 1985. New York, 1984. № 40. P. 770–779.
12. Чулкова К.О. Аналіз досліджень проблеми асертивної поведінки особистості. *Психологічний часопис : збірник наукових праць*. 2018. № 1. Вип. 11. С. 38–40.
13. Ільницька Л.А., Оніщенко І.О. Психологічні особливості асертивності студентів-психологів. *Габітус : зб. наукових праць*. 2022. Вип. 33. С. 92–97.
14. Мельничук С. Формування асертивності як умови ефективної комунікації у студентському віці. URL: <http://dspace.cuspu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2990/1/%D0%A4%D0%BE%D1%80%D0%BC%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20асертивності>.

References:

1. Serdiuk, N.M. Asertyvna povedinka ta pochuttia vpevnenosti v sobi u strukturi mizhosobystisnykh stosunkiv pidlitkiv [Assertive behavior and a sense of self-confidence in the structure of interpersonal relationships of adolescents]. Retrieved from: <http://dspace.pdpu.edu.ua/bitstream/123456789/3139/1/Serdyuk.pdf> [in Ukrainian].
2. Butuzova, L.P. (2010). Asertyvnist osobystosti yak osnova stanovlennia bezpechnoi povedinky v pidlitkovomu vitsi [Assertiveness of the individual as a basis for the formation of safe behavior in adolescence]. *Problemy psykholohichnoi bezpeky: osobystist, suspilstvo, derzhava – Problems of psychological safety: personality, society, state*. 33–40 [in Ukrainian].
3. Podoliak, N. (2018). Struktura asertyvnosti z pozytsii kontynualno-iierarkhichnoho pidkhodu [The structure of assertiveness from the perspective of a continuous-hierarchical approach]. *Problemy humanitarnykh nauk. Psykholohiia*. 43, 128–140 [in Ukrainian].
4. Semychenko, V.A. (2001). *Psykhologhiia osobystosti [Personality psychology]*. Kyiv. 427 [in Ukrainian].
5. Marchuk, L.M. (2016). Sotsialno-psykholohichni osoblyvosti formuvannia asertyvnoi povedinky u profesiinomu stanovleni maibutnykh psykholohiv [Socio-psychological features of the formation of assertive behavior in the professional formation of future psychologists]. *Candidate's thesis*. Instytut psykholohii imeni H. Kostiuka Natsionalnoi akademii pedahohichnykh nauk Ukrainy, Kyiv, 225 [in Ukrainian].
6. Medvedieva, S.A. (2008). Asertyvnist maibutnykh praktychnykh psykholohiv: dosvid vyvchennia [Assertiveness of future practical psychologists: study experience]. *Sotsialni tekhnolohii: aktualni problemy teorii ta praktyky: mizhvuzivskyi zb. nauk. pr. / red. kol. : V. P. Bekh, K. Yu. Bohomaz, L. F. Burlachuk ta in. ; hol. red. O. L. Skidin*. Odesa: Astropynt. 39–40. 234–240 [in Ukrainian].
7. Slovyk psykholohichnykh terminiv. Retrieved from: <https://nuph.edu.ua/slovník-psiholohichnih-terminiv/> [in Ukrainian].
8. Moiseienko, V.V. (2020). Asertyvnist yak sotsialno-psykholohichni mekhanizm vyboru stratehii statusnoi povedinky studentskoiiu moloddiu [Assertiveness as a socio-psychological mechanism of choosing strategies of status behavior by student youth]. *Doctor's thesis*. Skhidnoukrainskyi natsionalnyi universytet imeni Volodymyra Dalia, Kherson. 194. [in Ukrainian].
9. Nikolaiev, L.O. (2016). Rozvytok asertyvnosti pidlitkiv u riznykh umovakh sotsializatsii [Development of assertiveness of teenagers in different conditions of socialization]. *Extended abstract of Candidate's thesis*. Pereiaslav-Khmelnytskyi. 22 [in Ukrainian].
10. Briukhovetska, O.V. (2018). Asertyvnist yak skladova profesiinoi tolerantnosti kerivnykiv zakladiv zahalnoi serednoi osvity [Assertiveness as a component of professional tolerance of managers of general secondary education institutions]. *Visnyk pisliadyploinoi osvity – Bulletin of postgraduate education*. 8(37), 36–50 [in Ukrainian].
11. Lazarus, R.S. (1985). Stress and adaptational outcomes-the problem of confounded measures / R. S. Lazarus, A. DeLongis, S. Folkman, R. Gruen. *American Psychologist*. New York. 40. 770–779.
12. Chulkova, K.O. (2018). Analiz doslidzhen problemy asertyvnoi povedinky osobystosti [Analysis of research on the problem of assertive personality behavior]. *Psykhologichnyi chasopys : zbirnyk naukovykh prats*. 1. 11. 38–40 [in Ukrainian].
13. Ilynska, L.A., & Onishchenko, I.O. (2022). Psykholohichni osoblyvosti asertyvnosti studentiv-psykholohiv [Psychological features of assertiveness of psychology students]. *Habitus : zb. naukovykh prats*. 33. 92–97 [in Ukrainian].
14. Melnychuk, S. Formuvannia asertyvnosti yak umovy efektyvnoi komunikatsii u studentskomu vitsi [Formation of assertiveness as a condition for effective communication in student age]. Retrieved from: <http://dspace.cuspu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/2990/1/%D0%A4%D0%BE%D1%80%D0%BC%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F%20асертивності> [in Ukrainian].

ЗМІСТ

Агарков Олег Анатолійович, Буканов Григорій Миколайович КОНСТРУКТИВНА ПСИХОЛОГІЧНА ВЗАЄМОДІЯ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ.....	3
Борисюк Ольга Миколаївна ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІЙНОГО КОМПОНЕНТУ УПРАВЛІНСЬКОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ ПОЛІЦІЇ.....	11
Заграй Лариса Дмитрівна, Пілецька Любомира Сидорівна ЕМОЦІЙНА БЕЗПЕКА В ЕКЗИСТЕНЦІЇ ЖИТТЄВОГО ШЛЯХУ ОСОБИСТОСТІ.....	20
Ковальчук Зоряна Ярославівна ЛІДЕРСТВО ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ СОЦІО-КУЛЬТУРНОГО СЕРЕДОВИЩА.....	27
Компанович Маріанна Станіславівна, Треф'як Костянтин Любомирович СКЛАДОВІ СТРЕСОСТІЙКОСТІ В ПРАКТИЧНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГІВ-ПСИХОТЕРАПЕВТІВ	33
Нянько Людмила Юріївна, Нянько Валерія Віталіївна ПСИХОЛОГІЧНА ПІДТРИМКА В УМОВАХ ВІЙНИ.....	40
Пономаренко Іван Володимирович МОТИВАЦІЙНІ ЧИННИКИ ПРОФЕСІЙНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ПРАЦІВНИКІВ ДЕРЖАВНОЇ СЛУЖБИ УКРАЇНИ З НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ.....	47
Сибірна Рома Іллінічна, Сибірний Андрій Володимирович ПСИХОПРОФІЛАКТИКА СЕРЕД ОСІБ, ЯКІ ПЕРЕБУВАЮТЬ В ОСОБЛИВИХ УМОВАХ.....	54
Скаковська Анастасія Володимирівна ВИВЧЕННЯ ОБРАЗУ ХВОРОБИ В МАЛЮНКАХ ДІТЕЙ З ОНКОГЕМАТОЛОГІЧНИМ ДІАГНОЗОМ НА РІЗНИХ СТАДІЯХ ЛІКУВАННЯ З ВІДМІННИМ ДОСВІДОМ ХВОРОБИ.....	60
Федчук Олександр Валерійович ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ КОМПОНЕНТІВ ОСОБИСТІСНОЇ БЕЗПЕКИ ФАХІВЦІВ.....	69
Шамлян Каріна Микитівна ПРОБЛЕМА ВОЛІ У СУЧАСНІЙ ПСИХОЛОГІЇ.....	76
Шевчук Вікторія Валентинівна ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ СІМ'ЯМ, ЯКІ ВИХОВУЮТЬ ДІТЕЙ З КОМПЛЕКСНИМИ ПОРУШЕННЯМИ РОЗВИТКУ.....	84
Шульга Дмитро Мирославович ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПОНЯТТЯ «АСЕРТИВНІСТЬ» У ПРАЦЯХ ВІТЧИЗНЯНИХ ТА ЗАРУБІЖНИХ НАУКОВЦІВ.....	90

CONTENTS

Aharkov Oleh, Bukanov Hryhorii	
CONSTRUCTIVE PSYCHOLOGICAL INTERACTION: THEORETICAL ASPECT.....	3
Borysiuk Olha	
PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE MOTIVATIONAL COMPONENT OF MANAGERIAL COMPETENCE OF FUTURE POLICE OFFICERS.....	11
Zahrai Larysa, Piletska Liubomyra	
EMOTIONAL SECURITY IN THE EXISTENCE OF THE LIFE PATH OF PERSONALITY.....	20
Kovalchuk Zoriana	
LEADERSHIP THROUGH THE PRISM OF PSYCHOLOGICAL ASPECTS SOCIO-CULTURAL ENVIRONMENT.....	27
Kompanovich Marianna, Trefiak Kostiantyn	
COMPONENTS OF STRESS RESILIENCE IN THE PSYCHOLOGICAL-PSYCHOTHERAPEUTIC PRACTICE.....	33
Nianko Liudmyla, Nianko Valeriia	
PSYCHOLOGICAL SUPPORT IN TIMES OF WAR.....	40
Ponomarenko Ivan	
MOTIVATIONAL FACTORS OF PROFESSIONAL WELL-BEING OF EMERGENCY SERVICES WORKERS IN UKRAINE.....	47
Sybirna Roma, Sybirnyj Andrij	
PSYCHOPROPHYLAXIS AMONG PERSONS WHO ARE IN SPECIAL CONDITIONS.....	54
Skakovska Anastasiia	
STUDYING OF THE IMAGE OF ILLNESS IN THE CHILDREN'S DRAWINGS WHICH HAVE THE ONCOHEMATOLOGICAL DIAGNOSIS AT DIFFERENT STAGES OF TREATMENT WITH DIFFERENT EXPERIENCE OF ILLNESS.....	60
Fedchuk Oleksandr	
EMPIRICAL STUDY OF THE COMPONENTS OF PERSONAL SAFETY OF SPECIALISTS.....	69
Shamlyan Karina	
THE PROBLEM OF WILL IN MODERN PSYCHOLOGY.....	76
Shevchuk Victoriia	
FUNDAMENTALS OF PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE FOR FAMILIES RAISING CHILDREN WITH COMPLEX DEVELOPMENTAL DISABILITIES.....	84
Shulga Dmytro	
PSYCHOLOGICAL ANALYSIS OF THE CONCEPT OF "ASSERTABILITY" IN THE WORKS OF DOMESTIC AND FOREIGN SCIENTISTS.....	90

НОТАТКИ

НАУКОВИЙ ВІСНИК

ЛЬВІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Серія психологічна

Випуск 1

Коректор *І. М. Чудеснова*
Комп'ютерне верстання *Ю. В. Ковальчук*

Підписано до друку 27.06.2024 р.
Формат 60×84/8. Гарнітура Times New Roman.
Папір офсет. Цифровий друк. Ум. друк. арк. 11.63. Зам. № 0724/523
Наклад 100 прим.

Надруковано: Видавничий дім «Гельветика»
65101, Україна, м. Одеса, вул. Інглезі, 6/1
Телефони: +38 (095) 934 48 28, +38 (097) 723 06 08
E-mail: mailbox@helvetica.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 7623 від 22.06.2022 р.