

Міністерство освіти і науки України
Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника
Факультет психології

СТУДЕНТСЬКІ НАУКОВІ СТУДІЇ: ПСИХОЛОГІЯ, ФІЛОСОФІЯ

ЗБІРНИК СТУДЕНТСЬКИХ НАУКОВИХ ПРАЦЬ

(матеріали щорічної університетської наукової конференції
студентів за 2023 рік)

ВИПУСК 1



Івано-Франківськ, 2024

Рекомендовано Вченою радою факультету психології (протокол №9 від 22 травня 2024 року)

Редколегія збірника:

Чуйко Оксана – кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології, заступник декана з наукової роботи – голова редколегії;

Шкраб'юк Вероніка – кандидат психологічних наук, доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології – заступник голови редколегії;

Міщиха Лариса – доктор психологічних наук, професор кафедри загальної психології;

Климишин Ольга – доктор психологічних наук, професор кафедри психології розвитку;

Гасюк Мирослава – кандидат психологічних наук, професор, завідувач кафедри клінічної та реабілітаційної психології;

Гайналь Тетяна – кандидат філософських наук, доцент кафедри філософії, соціології та релігієзнавства;

Кулеша-Любінець Мирослава – кандидат психологічних наук, доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології;

Вітюк Надія – кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціальної психології, відповідальний секретар.

Студентські наукові студії: психологія, філософія. Збірник студентських наукових праць : матеріали щорічної університетської наукової студентської конференції за 2023 рік, м. Івано-Франківськ, 04 квіт. 2024 р. / Прикарпатський національний університет ім. В. Стефаника. Івано-Франківськ, 2024. Випуск 1. 121с.

Збірник студентських наукових праць «Студентські наукові студії: психологія, філософія» видається з метою публікацій результатів наукових досліджень студентів, зокрема, представлених під час щорічної звітної університетської наукової конференції студентів за 2023 рік. Збірник включає підсекції загальної психології, соціальної психології, клінічної та реабілітаційної психології, дитячої психології та психологічної практики, психології розвитку, історичних та теоретичних проблем філософії, культурологічних, релігієзнавчих та соціальних проблем філософії.

ЗМІСТ

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Богуцька Вікторія	
<i>Психологічні особливості перебігу тривожних розладів у дітей</i>	6
Коваленко Дарія	
<i>Синдром емоційного вигорання у медичних працівників</i>	8
Котурбаш Каріна	
<i>Психологічні детермінанти агресивної поведінки студентської молоді</i>	10
Сторожук Людмила	
<i>Скаффолдинг як стратегія підтримки учнів з особливими освітніми потребами у спеціальній школі</i>	13

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Боднар Андріана	
<i>Гендерні особливості поведінкових патернів емоційного інтелекту студентів ЗВО</i>	16
Брух Тетяна	
<i>Феномен ставлення до смерті у контексті сучасних психологічних досліджень</i>	19
Васякіна Євгенія	
<i>Теоретико- методологічні засади вивчення копінг-стратегій як чинника переживання самотності студентської молоді</i>	23
Мисів Ірина	
<i>КПТ терапія у роботі з тривожністю молоді</i>	26
Заливаха Назарій	
<i>Стресостійкість як чинник психологічного благополуччя студентської молоді</i>	29
Карпа Діана	
<i>Емоційний інтелект як засіб подолання конфліктів старшокласників</i>	32
Кіцул Роман	
<i>Теоретичний аналіз складових психологічного благополуччя студентської молоді в умовах війни</i>	34
Ярема Надія	
<i>Психодіагностичні індикатори дослідження автентичності як чинника ефективності міжособистісної взаємодії</i>	38

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ

Дякун Іванна	
<i>Арт-терапевтичні технології соціально-психологічної допомоги дітям з особливими освітніми потребами</i>	43

Кіщук Андріана	
<i>Сексуальне насильство, пов'язане з конфліктом, як форма гендерно зумовленого насильства на окупованих територіях України</i>	46
Микитин Вікторія	
<i>Сюжетно-рольова гра як засіб інтелектуального розвитку дітей дошкільникільного</i>	49
Тріщ Олександр	
<i>Психологічні методи дослідження креативного мислення сучасної молоді</i>	53
Бурак Ірина	
<i>Особливості комунікації учнів в умовах освітнього процесу</i>	56
Матковська Ольга	
<i>Вплив соціальних мереж на психологічний розвиток підлітків</i>	58
Трінчук Вікторія	
<i>Роль психології в умовах викликів сьогодення</i>	61
Шепетько Анастасія	
<i>Детермінанти конформної поведінки у підлітковому віці</i>	66
Ткачишин Назар	
<i>Експлорація концепції здорової особистості через призму методології</i>	
<i>М. В. Савчина</i>	69
Ярошко Іван	
<i>Перспективність застосування п'ятивимірної моделі духовності особистості Ч. Секеллі для підтримки духовного благополуччя школярів з обмеженими фізичними можливостями</i>	71

КЛІНІЧНА ТА РЕАБІЛІТАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

Головко Оксана	
<i>Особливості психологічної допомоги пораненим з ампутаціями в процесі реабілітації</i>	74
Вовчук Наталія	
<i>Ціннісні орієнтації особистості: що це таке і як їх можна дослідити?</i>	77
Форманюк Оксана	
<i>Детермінанти формування та розвитку емоційного інтелекту у підлітків</i>	80
Салабай Марія	
<i>Теоретичний аналіз феномену “синдром емоційного вигорання” психологів у часі війни</i>	83
Шевченко Ярослава	
<i>Теоретичний огляд чинників психологічного добробуту українських волонтерів в умовах війни</i>	87
Задонська Катерина	
<i>Психосоціальні чинники формування самооцінки підлітків в умовах війни</i>	89
Василенчук Мирослава	
<i>Основні аспекти психокорекції дітей дошкільного віку з РАС</i>	91

Паньків Христина

Психологічна реабілітація військовослужбовців : теоретичний аспект 93

Вінтоняк Ірина

Особливості мотивації до одужання осіб з ішемічним інсультом 96

ДИТЯЧА ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНА ПРАКТИКА

Качкан Тетяна

Психологічні особливості становлення гендерної ідентичності в ранньому юнацькому віці 99

ІСТОРИЧНІ ТА ТЕОРЕТИЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЛОСОФІЇ

Николайчук Марія

Етичні ідеї Сократа та Г. Сковороди: порівняльний аналіз 102

Лапінський Олександр

Свідомість versus існування: в рамках мисленого експерименту 105

Курко Віталіна

Стереотипи як форма мислення і проблема суспільної нормалізації ідеалів краси 107

Савчук Лука

Проблема народження в неоплатонізмі 109

Соколов Віталій

Розмежувальні характеристики особистої свободи та сваволі 113

РЕЛІГІЄЗНАВЧІ ТА СОЦІАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЛОСОФІЇ

Николайчук Марія

Етика чеснот і етика наслідків у всесвіті Гаррі Поттера 117

Соколов Віталій

Екзистенційні та онтологічні засади культу адептус механікус. Паралелі реальних практик та фантастичної спекуляції 119

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕБІГУ ТРИВОЖНИХ РОЗЛАДІВ У ДІТЕЙ

Богущька Вікторія,

II курс ОР бакалавр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»,

Науковий керівник – Міщиха Л.П.,

доктор психологічних наук, доцент,

професор кафедри загальної психології

Актуальність. Тривожність у дітей є серйозною проблемою, яка з кожним роком стає все більш поширеною. Сьогодні ця проблема є особливо актуальною для України, тому що багато українських дітей переживають тривогу через повномасштабне вторгнення росії; багато з них втратили одного з батьків, чи всю родину. І тут потрібна кваліфікована психологічна допомога таким дітям та їхнім сім'ям.

Тривога може проявлятися у невпевненості в собі, підвищеному занепокоєнні, емоційній нестійкості. Вона може негативно впливати на навчальну діяльність дитини, а також призвести до виникнення інших проблем, таких як неврози та розлади поведінки.

Коли дитина йде у школу, у неї з'являються обов'язки, дорослі покладають на дітей певні надії та очікування, діти починають відчувати себе відповідальними. Як наслідок – посилюється почуття тривожності, невідповідності очікуванням оточуючих. Одним з основних чинників виникнення підвищеної тривожності та утворення тривожних розладів у дітей є незадоволення їх вікових потреб.

Оскільки діти – це наше майбутнє, то я вважаю дуже важливим вчасне виявлення відхилень розвитку у них і вчасне надання допомоги. З дітей виростають дорослі і, надавши їм допомогу в дитячому віці, можна випередити і запобігти виникненню психічних проблем, які б розвинулись у дорослому віці.

Мета. Визначення сутності тривожних розладів у дітей.

Виклад основного матеріалу. *Тривога* - стан занепокоєння, страху, побоювань в ситуаціях передчуття та очікування неприємностей, прогнозування несприятливого розвитку подій, загрозливої непевності, невизначеності тощо. *Тривожність* - схильність індивіда до переживань тривоги, занепокоєння, побоювань навіть в ситуаціях нескладних і незначних випробувань, порівняно невеликої загрози, непевності тощо [1].

Тривожні розлади у дітей зустрічаються у 10-15% у різні періоди дитинства. Причини тривожних розладів включають як генетичну, так і психо-соціальну основу. Генетичні чинники підвищують схильність до тривоги, а психо-соціальні

чинники, такі як травматичні події або стрес, можуть слугувати тригерами для розвитку розладу.

Особливості перебігу тривожних розладів: відмова ходити в школу, страхи (соціальні фобії, боязнь розлуки), соматичні скарги (нудота, розлад шлунку, головний біль) (С.Вавілова) тощо.

Як впливає тривожний розлад на життя дитини? Це і недовіра до світу, і зниження шкільної успішності та соціальної активності, і уповільнення у психологічному та фізіологічному розвитку, і песимістичний та негативний погляд на своє майбутнє, і, звісно, труднощі у встановленні контактів з однолітками та оточуючими людьми [3].

Є біологічний та психологічний аспекти розвитку тривожних розладів. Серед психологічних причин, які призводять до розвитку тривожних розладів можна виокремити психологічні травми, негативний психологічний досвід близьких людей, хронічні стреси, тривожний психотип особистості тощо. Серед біологічних причин виокремлюють спадковість, перенесені раніше соматичні захворювання [4].

Детермінантами тривожних розладів є: неблагополучна сімейна обстановка, тривожні батьки, стрес, виховання, процес навчання, захворювання.

У дітей ще не розвинене критичне мислення, проте добре розвинена фантазія і через це вони схильні додумувати реальність, не піддаючи те, що уявили, критичному мисленню. До цього вони підключають емоції, наприклад страх, який нероздільно пов'язаний з тривогою і на основі цього можуть формуватись різні тривожні розлади.

Страх є емоційний, соматичний і поведінковий у відповідь на безпосередньо розпізнавану зовнішню загрозу. Тривога – емоційний стан нервозності і занепокоєння. Певна ступінь тривоги є адаптивною, вона дозволяє підготуватися і поліпшити рівень функціонування організму. Однак, перевищивши визначений рівень, тривога викликає порушення функціонування і виражений дистрес. У цій ситуації тривога є дезадаптивною і розглядається як розлад.

Висновки. У ході дослідження було визначено, що тривожні розлади у дітей є поширеним явищем, яке може негативно впливати на їх розвиток і адаптацію в суспільстві. Тривожність у дітей може бути викликана як внутрішніми (генетична схильність, темперамент, особистісні особливості), так і зовнішніми чинниками (сімейні умови, шкільна атмосфера, стресові ситуації).

Психологічні особливості проявів тривожних розладів у дітей можуть проявлятися у вигляді підвищеної збудливості, дратівливості, плаксивості, неспокійного сну, проблем з апетитом. У дітей з тривожними розладами можуть спостерігатися проблеми в навчанні, спілкуванні з однолітками і дорослими.

Для виявлення тривожних розладів у дітей використовують різні методи, такі як спостереження, бесіда, тестування.

Для профілактики тривожності у дітей необхідно створювати сприятливу сімейну атмосферу, забезпечувати належні умови для розвитку і навчання дітей,

навчати дітей способам управління своїми емоціями.

Список використаних джерел

1. Москалець В.П. Психологія особистості. Київ: Вид-во. Ліра-К, 2020.364 с.
2. Грішин С. Тривожні розлади у дітей. URL: https://ua-m.iliveok.com/health/tryvozhni-rozlady-u-ditey_108135i15956.html
3. Коробка О. Діагностика та лікування тривожних розладів у дітей та підлітків. *НейроNEWS: Журнал психоневрології та нейропсихіатрії*. N.9 (120) 2020.С.48-54.URL: <https://neuronews.com.ua/ua/archive/2020/9%28120%29/pages-48-54/diagnostika-ta-likuvannya-trivozhnih-rozladiv-u-ditey-i-pidlitkiv#gsc.tab=0>

СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ У МЕДИЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ

Коваленко Дарія,

II курс ОР бакалавр, спеціальність «Психологія»,
ОП «Психологія»,
Науковий керівник – Міщиха Л.П.,
доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри загальної психології

Актуальність теми полягає в тому, що синдром емоційного вигорання та депресія є серйозними проблемами сучасності, враховуючи те, що згідно статистики від ВООЗ депресія є найпоширенішим психічним розладом. І до вирішення цієї проблеми треба підійти комплексно з боку фахівців в галузі психології, психіатрії та інших медичних галузей, бо не рідко особистість може вчинити самогубство на фоні даного розладу.

Мета. Дослідити як депресія може бути пов'язана з синдромом емоційного вигорання, і які можуть бути причини їх виникнення серед працівників закладів охорони здоров'я.

Методи, які були використані для цього дослідження: спостереження, бесіда, інтерв'ю. Досліджуваними стали працівники міської клінічної лікарні м. Івано-Франківська (10 лікарів та 8 медсестер).

Виклад основного матеріалу. За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я психічне здоров'я – це стан благополуччя, при якому кожна людина може реалізувати свій власний потенціал, впоратися із стресом, продуктивно та плідно працювати, а також робити внесок у життя своєї спільноти. Якщо ж нехтувати своїм здоров'ям, то в результаті це може призвести до емоційного вигорання, хронічної втоми й навіть до психосоматичного захворювання, позаяк виникнення все ж залежить від ряду чинників, які здійснюють цей деструктивний вплив на людину[1].

Синдром емоційного вигорання – це стан фізичного та емоційного виснаження, який є результатом надмірної роботи, де присутні також надмірно

високі очікування щодо себе [2;3;4]. Проявляється він у відсутності мотивації, задоволення від роботи та життя, фрустрації; наявні проблеми з концентрацією та запам'ятовуванням інформації тощо. Першим, хто дослідив цю проблему, був американський психіатр Г. Фрейденберг (1974 р.). Він описав певний феномен психологічного стану, який простежується у здорової людини під час тісного спілкування з пацієнтами/клієнтами [5]. Останнім часом в нашому суспільстві можна спостерігати різку динаміку прояву синдрому емоційного вигорання (СЕВ) серед осіб, які працюють у знаковій системі «людина-людина», і до них відносяться: вчителі, продавці, медичні працівники, психологи, юристи, офіціанти і т.п. Чому він проявляється найчастіше саме у цих осіб? Тому що, як правило, вигорання у них проявляється саме через виснажливу взаємодію з іншими людьми (на фоні великої відповідальності за результат праці). І якщо людина буде нехтувати своїм станом, то СЕВ може призвести до прояву симптомів депресії.

Проаналізувавши ряд науково-медичної та психологічної літератури ми виявили психологічні чинники, що можуть спричинити депресію, а саме: генетичний (спадкова схильність), біологічний (гормональний дисбаланс, вади здоров'я), психологічний (стрес, психологічна травма, криза тощо) та соціальний (безробіття, відсутність соціальної підтримки населення).

Професія медичного працівника є однією з найважливіших, але водночас найвідповідальнішою та дуже виснажливою. Причиною появи СЕВ у медичного персоналу може бути: неналежне забезпечення умов праці; нереалістичні та навіть завищені очікування/вимоги з боку керівництва до працівника; криза в особистому житті; трудоголізм, який переріс у цілковиту ідентифікацію себе з професією тощо. І саме тому СЕВ з'являється у них доволі часто, а проявляється він у свою чергу в неадекватному реагуванні на пацієнтів та колег, антипатії; втраті здатності до співпереживання у ставленні до пацієнтів; з'яві хронічної втоми; негативізму, який може впливати на особисте життя і т.п. Деяка частина цих ознак була нами поміченою у лікарів та медсестер, тому можемо припустити, що у даних працівників може бути наявний СЕВ. Внаслідок цього медичний персонал для того, щоб розвантажити свою психіку, починає зловживати алкоголем, снодійними, заспокійливими та іншими препаратами, і відповідно, лише знімає ознаки втоми. Потім, якщо особа буде постійно їх приймати, то можуть з'явитися вже ознаки депресії. Наприклад хірурги через постійну стресову та понаднормову фізичну роботу починають зловживати алкоголем. Деякі лікарі йдуть з роботи, навіть якщо вони були хорошими спеціалістами, і більше ніколи не беруть до рук скальпель. При вживанні снодійних та седативних препаратів людина відчуває полегшення симптомів стресу (відповідно поліпшується сон), однак систематичне вживання медичних препаратів призводить до фізичної та психологічної залежності/звикання, особа починає самотійно підвищувати дозу. І нерідко це може призвести до підвищення рівня тривожності, безсоння та депресії.

Висновки. Професійне вигорання та депресія є серйозними та глобальними проблемами нашого суспільства, вони впливають на всі аспекти нашого життя. До

зони ризику може потрапити кожен. Причинами виникнення депресії є генетика, стрес, хронічні захворювання, соціальні негаразди в країні тощо. Вигорання є вагомим чинником для розвитку депресії серед різних професійних груп, особливо серед тих, хто працює в галузях зі значним психологічним та фізичним навантаженням.

Перспективу дослідження вбачаємо у проведенні подальших досліджень взаємозв'язку між СЕВ та депресією (із застосуванням відповідних методик та кореляційного аналізу) задля кращого розуміння механізмів розвитку депресії, її ефективного лікування та профілактики.

Список використаних джерел

1. Міщиха Л. П., Кулеша-Любінець М. М. Психічне здоров'я як складова особистісного благополуччя. *Збірник наукових праць*. Харків, 2020. Випуск 1. С.166-168. URL: <https://openarchive.nure.ua/server/api/core/bitstreams/ac08ee12-30f6-452e-bef7-afceaf3fcb2e/content>
2. Марута Н. О., Чабан О. С. Особливості емоційного вигорання у працівників сфери охорони неврологічного та психічного здоров'я. *Український Вісник психоневрології*. 2021. № Том 29, випуск 2 (107). С.14-20. URL: <https://doi.org/10.36927/2079-0325-V29-is2-2021-2>
3. Млиниська М. М. Синдром "емоційного вигорання" у медичного персоналу. *Молодий вчений*. 2019. №10(2). С.406-410. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2019_10%282%29_14
4. Полька Н.С. Проблеми ментального здоров'я в сучасній системі громадського здоров'я України. *Вісник соціальної гігієни та організації охорони здоров'я України*. 2024. № 4. С. 52–59. URL: <https://doi.org/10.11603/1681-2786.2023.4.14427>
5. Staff Burn-Out / Herbert J. Freudenberger. *Journal of Social Issues* Volume 30, Issue 1974. р. 159-165. URL: <https://sci-hub.se/downloads/2019-01-19//9c/freudenberger1974.pdf>

ПСИХОЛОГІЧНІ ДЕТЕРМІНАНТИ АГРЕСИВНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТСЬКИЙ МОЛОДІ

Котурбаш Каріна,

II курс ОР бакалавр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»,

Науковий керівник – Міщыха Л.П.,

доктор психологічних наук, доцент,

професор кафедри загальної психології

Актуальність. Враховуючи поточну ситуацію у країні, яка вплинула на кожного з нас, а також труднощі, крізь які проходить студент під час формування

свого професійного «Я», ми вирішили розглянути явище агресивності, яке нерідко стає складовою захисного механізму у стресових ситуаціях. Питання агресивності завжди буде актуальним, адже форма її проявів залежить від сукупності детермінантів, які охоплюють різні рівні індивідуальності (біологічний, індивідний, особистісний).

Мета. Аналіз рівня агресивності серед студентів, з урахуванням їх гендерної диференціації та виявлення основних детермінантів прояву агресивної поведінки студентської молоді.

Виклад основного матеріалу. Вважаємо, що студенти є у зоні ризику щодо розвитку агресивної поведінки, оскільки саме у період навчання в університеті у них формується нове «Я». Першокурсник, який тільки вступив до університету, фактично переходить з одного вікового періоду (підліткового) до іншого (юності). Позаяк наприкінці підліткового періоду юнак чи юнка вже повинні визначитися зі своїм майбутнім шляхом розвитку. Однак попри це твердження не у всіх відбувається вищезгаданий процес, що спричиняє подальші проблеми студентів, і зокрема у навчально-пізнавальній діяльності в університеті (тут ще накладається аспект наявності/відсутності свідомого особистісного вибору). Це може призвести як до демотивації у навчанні, стресу, так і різного характеру розладів. Реакція студента залежатиме від безлічі чинників, але доволі часто вона проявляється саме як агресія. Згідно зі словником американської психологічної асоціації, агресія – це поведінка, спрямована на заподіяння фізичної або психологічної шкоди. Відрізняється від гніву тим, що гнів спрямований на подолання мети, але необов'язково через заподіяння шкоди та руйнувань [3].

Агресивність – це схильність до соціального домінування, загрозна поведінка та ворожість. Може виникати спорадично або бути рисою особистості [Там само] Таким чином ми бачимо, що агресія є сильнішою та деструктивнішою за гнів, і як правило є непродуктивною.

Для того, щоб краще зрозуміти ситуацію студентів, нами було проведено опитування за тестом агресивності (опитувальник Л.Г. Почебут) із застосуванням нарративних технологій [2]. Вибірка складала 48 осіб віком від 16 до 23 років, з яких 27 осіб – жінки, і 21 – чоловіки. Результати проведеного дослідження показали, що чоловіки та жінки мають відносно однакову схильність до агресії. У той час, як чоловіки більш схильні до фізичної агресії, жінки – до вербальної. Разом з тим показники аутоагресії виявилися однаково високими як у жінок, так і в чоловіків. Загалом високий показник загального рівня агресивності більш виражений у чоловіків (14 осіб), натомість у жінок цей показник був зафіксований у 2-х осіб.

Відповідно до цього, нами були виокремлені основні детермінанти агресивної поведінки студентської молоді. Ми поділили їх на біологічні, соціально-психологічні й особистісно-психологічні.

До *біологічних* детермінант можна віднести тип нервової системи, перевага моторного рухового компонента над розумовим і сенсорним та процесів збудження над процесами гальмування; наявність або відсутність вроджених патологій, які можуть впливати на стан (труднощі через неспроможність

виконувати окремі функції, комплекс неповноцінності) або просто перехід від одного вікового періоду до іншого. Важливу роль тут відіграє робота ендокринної системи (порушення у роботі щитоподібної залози, статеві дисфункції тощо), що призводить до гормонального дисбалансу. Наприклад, однією з причин високого показника загального рівня агресивності у чоловіків можна вважати вищий рівень тестостерону, ніж у жінок.

До *соціально-психологічних детермінант* ми віднесли адаптацію у новому соціальному середовищі (нова соціальна група), а відтак і нові правила та норми взаємодії, функціонування як всередині, так і поза межами групи; соціальні мережі (характер інформації). Родини, у яких наявне насилля, підвищують ризик розвитку агресивності та перенесення подібної поведінки на інших студентів або себе (контрперенесення) у якості захисту та покарання. Це особливо актуальна проблема, яка вимагає уваги та дій, адже відсоток родин, у яких має місце домашнє насилля у нашій країні, зростає. Наприклад, за січень-травень 2023 року поліція зареєструвала 349 355 випадків домашнього насилля, що на 51% вище порівняно з цим же періодом у 2022 році [1].

До *особистісно-психологічних* детермінант відносимо симптомокомплекс особистісних рис, а саме: схильність особистості студента до таких рис характеру, як негативізм, імпульсивність, емоційна вразливість, неврівноваженість, тривожність тощо. Тут має місце уже згаданий вище процес становлення нового професійного «Я»; власний негативний досвід та тригери, що актуалізувались через війну, під час якої агресивність проявляється як захисний механізм психіки і як наявність негативних установок щодо себе.

Слід звернути увагу і на проблему аутоагресії, оскільки вона може проявлятися не тільки як фізичне самоушкодження, а й вербально, або у вигляді обмеження себе від певних дій, які є потребами та джерелом задоволення. Вважаємо, що пусковим механізмом аутоагресії виступають: стереотипи та очікування, яким особа намагається слідувати, щоб влитися у ту чи іншу групу; попереднє виховання батьків (покарання та заборони), тип нервової системи, і найбільш актуальне – відчуття провини через війну, відчуття власної невдячності або безпорадності. Така форма агресивності вважається усе ще не до кінця вивченою та потребує подальшого розгляду.

Перспективу дослідження вбачаємо в більш розгорнутому вивченні феномену агресії в студентському середовищі, а також розробці програми психокорекції та психопрофілактики агресивної поведінки студентської молоді.

Список використаних джерел

1. Коломієць В. В Україні різко зростає кількість випадків домашнього насильства. Із чим це пов'язано? Hromadske. 2023. URL: <https://hromadske.ua/posts/v-ukrayini-rizko-zrostaye-kilkist-vipadkiv-domashnogo-nasilstva-z-chim-ce-povyazano>

2. Степанюк О., Мельниченко О. Методичний посібник для фахівців, які впроваджують типову програму для кривдників. Київ: ОБСЄ. 2020. С. 20. URL: <https://www.osce.org/files/f/documents/4/7/471051.pdf>
3. VandenBos, G. R. APA dictionary of psychology (2nd ed.). American Psychological Association. 2nd ed. 2015. P. 31.

СКАФФОЛДИНГ ЯК СТРАТЕГІЯ ПІДТРИМКИ УЧНІВ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНІМИ ПОТРЕБАМИ У СПЕЦІАЛЬНІЙ ШКОЛІ

Сторожук Людмила,

1 курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,
ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»
Науковий керівник – Міщиха Л.П.,
доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри загальної психології

Актуальність. В умовах гуманістичної парадигми розвитку освіти одним із важливих завдань педагогів є застосування особистісно-орієнтованого підходу до навчання всіх учнів, зокрема і учнів з особливими освітніми потребами [4]. У концепції «Нова українська школа» пріоритетним напрямом сучасної освіти є впровадження інклюзивного середовища, що передбачає забезпечення рівних прав на освіту всіх дітей, орієнтацію на можливості та індивідуальні особливості розвитку, сприйняття дитини такою як вона є, налагодження оптимальної взаємодії, толерантних стосунків, взаємодопомоги та підтримки у вирішенні завдань [5; 3]. У школі, де навчаються здобувачі освіти з особливими освітніми потребами за спеціальними програмами, необхідно використовувати інноваційні технології корекційно-розвивальної роботи і психолого-педагогічного супроводу задля реалізації індивідуальної освітньої траєкторії. При цьому чільне місце в організації фахової якісної підтримки займає скаффолдинг, який дозволяє максимально ефективно та екологічно у ставленні до дитини включати її в освітнє середовище, долаючи індивідуальні анатомічні, неврологічні, психологічні, мовленнєві, комунікативні та навчальні бар'єри. На заваді ефективному використанню скаффолдингу може стати відсутність у педагогів ґрунтовних теоретичних знань щодо його сутності і принципів, чіткого уявлення про етапи його здійснення. Вважаємо, що висвітлення цих аспектів є з цієї причини актуальне і дуже важливе.

Мета. Проаналізувати особливості скаффолдингу як ефективної стратегії підтримки учнів з особливими освітніми потребами в освітньому середовищі спеціальної школи..

Виклад основного матеріалу. Основною метою скаффолдингу є надання учням спеціальної школи з розладами аутичного спектру та тяжкими

порушеннями мовлення можливості зосереджуватись на розв'язанні проблеми, виконанні завдання або досягненні поставлених цілей, які знаходяться за межами їх індивідуальних зусиль чи можливостей, залучаючи команду психолого-педагогічного супроводу [5]. «Скаффолдинг – це фактично вміст від того, що учні вже знають, до того, що вони ще не знають. Якщо скаффолдингом керувати належним чином, він діятиме як активатор, а не як блокатор» [6].

Скаффолдинг (scaffolding) – будівельне риштування, опора. В англomовних освітніх медіа та літературі цим терміном називають процес, при якому учень вирішує завдання за підтримки вчителя або іншої більш досвідченої людини. При цьому завдання настільки складне, що поодинці учень точно не впорається, але за підтримки дорослого воно буде йому під силу [4;6]. Теорію скаффолдингу в навчанні вперше сформулювали у 1976 році американські психологи Джером Брунер, Девід Вуд та Гейл Росс у колективній роботі під назвою «Роль тьюторингу у вирішенні завдань». Описані Брунером та колегами принципи невдовзі стали вважатися універсальними, а вже у 1979 році з'явилася перша наукова робота, у якій головними учасниками взаємодії у межах скаффолдингу було визначено учня і вчителя. Принципи скаффолдингу актуальні і у сьогоденні для педагогічної підтримки учнів з особливими освітніми потребами. Серед них: привернути увагу; обмежити свободу дій; утримувати увагу; наголошувати на важливих деталях; не допускати фрустрації учня; демонструвати рішення [6; 9]. Ці принципи у 1983 році Артур Епплбі та Джудіт Ленджер доповнили п'ятьма критеріями скаффолдингу: цілеспрямованість; відповідність можливостям та індивідуальним особливостям розвитку; структурованість; співпраця; інтерналізація або «згасаюча допомога» [1; 5; 6; 7].

Теорія скаффолдингу дуже близька до ідеї про «зону найближчого розвитку дитини», яку розробив Л. С. Виготський Цит за: ([3;5;9]). У цьому сенсі термін «скаффолдинг» асоціюється з побудовою підтримуючих конструкцій для подальшого розвитку особистості. За Л.С. Виготським «зона найближчого розвитку» полягає в тому, що дитина може зробити певні дії за підтримки дорослого. Головна умова – відповідальність за виконання завдання спочатку розділена між учителем та учнем, а потім повністю переходить до учня [4]. У більш вузькому розумінні сутності, скаффолдинг визначається як стратегія підтримки учня з особливими освітніми потребами, коли педагог, здійснюючи підтримку учня, пристосовує свій рівень допомоги відповідно до індивідуальних особливостей розвитку учня, створюючи виклик його можливостям і стимулюючи розвиток його здібностей. Фактично, скаффолдинг – опис процесу навчання дитини у зоні найближчого розвитку, де дитина робить те, що їй цікаво, але поки що не може опанувати без підтримки. У якості опор у зоні найближчого розвитку визначаються знання, уміння і навички, розвинуті когнітивні процеси, якими володіє дитина.

Варто підкреслити, що в корекційно-розвиткової роботі з учнями з ООП скаффолдинг варто впроваджувати, орієнтуючись на зону найближчого розвитку дитини [8; 9]. Зокрема, важливо враховувати характеристики кожного окремого

особистого профілю (нозологію, ступінь вад розвитку, категорію підтримки, особистісні показники (темперамент, сенсорну чутливість, когнітивну сферу, особливості поведінки, соціальне середовище), ступінь соціалізації, категорію підтримки, яка включає освітні труднощі: фізичні, функціональні (мовленнєві, сенсорні та моторні аспекти розвитку, рівні емоційної регуляції), навчальні, що полягають у своєрідності протікання довільних видів діяльності (письма, математичних дій та ін.), соціоадаптаційні, пов'язані з пристосуванням до умов соціального середовища, організації адекватної системи відносин із соціальними об'єктами, інтеграції в соціальні групи, засвоєння та прийняття норм і цінностей соціального середовища, форм соціальної взаємодії. При цьому важливо враховувати рівень знань та навичок учня стосовно теми та змісту уроку чи корекційно-розвиткового заняття, виконання завдання, розв'язання ситуації з наявним рівнем знань, умінь і навичок учня (з тим, що учень з особливими освітніми потребами уже розуміє і вміє робити); розбиття завдання на елементи (окремі етапи) і намагання коментувати кожний етап виконання завдання; застосування підказок (карток, формул, схем і ін.). Скаффолдинг передбачає цілеспрямоване та структуроване заохочення учнів самостійно виконувати навчальні завдання, щоразу підводячи їх до межі когнітивних можливостей, і підключаючи додаткові стимули, як-от: мотивацію (АВА-терапія, картки «спочатку-потім», чіткі прості інструкції, розподіл завдань на частини), підготовку навчального середовища (прибрати зайве і створити комфорт, голосові та візуальні підказки, більше жестові, бо до них менше звикають і їх легше пізніше вивести із взаємодії), стан успіху (вербальне і невербальне заохочення, ситуації успіху), підтримку по ситуації (приклад, переключення, зняття напруги) тощо. Скаффолдинг дозволяє дітям набувати навичок, оптимально використовуючи свої можливості і потенціал [1; 7; 8].

Висновки. Здійснений нами теоретичний аналіз даної теми наводить на думку, що скаффолдинг має певні переваги. Йдеться про можливість ефективної індивідуалізації та диференціації навчання, забезпечення його структурованості й цілеспрямованості. Завдяки створенню рихтування учні витрачають менше часу на подолання труднощів та пошук рішень, що сприяє ефективності навчання. Скаффолдинг сприяє активному залученню і мотивації учня/учениці до навчання, мінімізує рівень розчарування та втрати впевненості у своїх можливостях [6]. Реалізація скаффолдингу як ефективної стратегії підтримки дітей з розладами аутичного спектру та тяжкими порушеннями мовлення по включенню їх в освітнє середовище спеціальної школи включає наступні етапи:

1. Залучення членів міждисциплінарної групи, які будуть здійснювати психолого-педагогічний супровід.
2. Розроблення індивідуальної програми розвитку кожної дитини[5].
3. Дослідження та діагностика нейропсихологічних особливостей та перебігу когнітивно-емоційних процесів у здобувачів освіти. Визначення актуальних вимірювальних цілей.

4. Виведення психологічних рекомендацій щодо застосування стратегії скаффолдингу та реалізація поставлених завдань усіма фахівцями команди психолого-педагогічного супроводу [4] .

Перспективу нашого дослідження вбачаємо у дослідженні впливу стратегії скаффолдингу на особливості соціалізації учнів з ООП.

Список використаних джерел

1. Барбера Мері Лінч. Дитячий аутизм та вербально – поведінковий підхід (The Verbal Behavior Approach): навчання дітей з аутизмом та пов'язаними розладами. Київ: СВАРОГ, 2023. 268 с.
2. Зона найближчого розвитку дитини. *Всеосвіта*. URL: <https://vseosvita.ua/library/embed/0100geo8-9869.docx.html>
3. Національна стратегія розвитку інклюзивної освіти на 2020-2030 роки. URL: <https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2019/07/210719-strategiya-inklyuziya.pdf>
4. Павлюх В. Скаффолдинг як стратегія підтримки учнів з особливими освітніми потребами в умовах інклюзії. URL: https://znayshov.com/FR/15708/mv_58-335-341.pdf
5. Рібцун Ю. Учні початкових класів із тяжкими порушеннями мовлення: навчання та розвиток: навч.-метод. посібн. Львів: Світ, 2020. 264 с.
6. Фідкевич О., Снегірьова В. Скаффолдинг у системі методів багатомовної освіти. URL: <https://uej.undip.org.ua/index.php/journal/article/view/665/681>
7. Шрам Р. Дитячий аутизм і АВА терапія, що ґрунтується на методах прикладного аналізу поведінки. К.: Центр учбової літератури. 2019. 140с.
8. Brigitta Erlita Tri Anggadewi. Scaffolding: how it works for students with learning difficulties. URL: <https://repository.usd.ac.id/44752/1/Scaffolding.pdf>
9. Safronova Maria, Kotliar I.A. Three Concepts Reflecting the Reality of Child Development: Ability to learn, Zone of Proximal Development and Scaffolding. URL: https://www.researchgate.net/publication/324529565_Three_Concepts_Reflecting_the_Reality_of_Child_Development_Ability_to_learn_Zone_of_Proximal_Development_and_Scaffolding

СОЦІАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПОВЕДІНКОВИХ ПАТЕРНІВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ СТУДЕНТІВ ЗВО

Боднар Андріана

IV курс ОР бакалавр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»

Науковий керівник – Когутяк Н.М.,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної психології

Актуальність. Проблема вивчення емоційного інтелекту у студентів сьогодні особливо актуальна, оскільки емоційний розвиток і контроль над власними емоціями є фундаментальним особистісним патерном. Емоційний інтелект сприяє становленню успішної, самодостатньої, емоційно врівноваженої особистості.

Важливо усвідомлювати власні емоції та емоції оточуючих, розуміти причинно-наслідкові зв'язки емоційних станів, вміти керувати власними емоціями і моделювати поведінку відповідно до емоцій оточуючих. Сформованість емоційного інтелекту є ключовим компонентом емоційної адаптації, особистого добробуту, міжособистісних відносин і загального успіху студентів.

Під час навчання у виші зростає необхідність розуміння і управління емоційною сферою. Студенти мають високу емоційну збудливість, стійкість емоційних переживань, високий рівень тривожності, суперечливість почуттів. Несформованість емоційного інтелекту впливає на якість життя студентів.

Гендерний аспект емоційного інтелекту важливий, оскільки дівчата і хлопці по-різному проявляють, розуміють і керують емоціями.

Питання емоційного інтелекту та його гендерний аспект досліджували такі науковці, як Д. Гоулман, Дж. Мейер, О. Мельник, Г. Підлужна, Л. Доценко, О. Лелюх, В. Татенко, А. Фурманта ін..

Незважаючи на багаторічні дослідження, проблема емоційного інтелекту залишається актуальною і складною, особливо щодо гендерних особливостей у поведінкових патернах студентів.

Метою дослідження є дослідити гендерний аспект емоційного інтелекту студентів ЗВО.

Аналіз наукових джерел показує, що емоційний інтелект у сучасній психології визначається як здатність відслідковувати, розрізнити та усвідомлювати власні та чужі емоції. Це також включає вміння розуміти та сприймати почуття інших людей. Емоційний інтелект допомагає осмислити міжособистісні взаємини, вибудувати лінію поведінки для комфортного співіснування в соціумі та досягнення цілей через конструктивну взаємодію.

Виклад основного матеріалу. Важливе місце у вивченні емоційного інтелекту займають гендерні особливості. Дівчата зазвичай краще розуміють емоції інших, легше висловлюють свої почуття і частіше використовують емоції для налагодження стосунків. Хлопці краще контролюють свої емоції, легше мотивують себе і використовують емоції для досягнення цілей.

Поведінкові патерни емоційного інтелекту включають типові способи виявлення емоцій у поведінці. Вони охоплюють стратегії реагування на емоції, взаємодію з іншими та управління власними почуттями. Найпоширеніші патерни включають емпатію (здатність розуміти емоції інших людей, співпереживати їм), самоусвідомлення (здатність розуміти свої емоції, їх причини та вплив на поведінку), управління стресом, соціальну поведінку (здатність будувати стосунки з іншими людьми, спілкуватися емоційно) і підсилення позитивних емоцій.

Формуючи емоційний інтелект студентів, важливо розвивати емоційну обізнаність, управління емоціями, самомотивацію, емпатію та здатність розпізнавати емоції інших. Чинники, що сприяють розвитку емоційного інтелекту, включають емоційність викладачів та психологів, атмосферу емоційного комфорту, емоційне спілкування, партнерські взаємини, групові форми роботи, психологічні тренінги, семінари, проекти та медитації.

Теоретичне дослідження гендерних особливостей поведінкових патернів емоційного інтелекту студентів зумовило необхідність емпіричного дослідження. Метою було визначити, як гендерні особливості впливають на прояви емоційного інтелекту у студентів.

Експериментальним дослідженням особливостей поведінкових патернів емоційного інтелекту студентів ЗВО було охоплено 40 респондентів: 20 студентів чоловічої статі та 20 – жіночої.

На сьогоднішній день існує значна кількість методик, що відносяться до нашої теми. Проте, при виборі діагностичного інструментарію ми віддали перевагу тим, які є більш зрозумілими та відомими. Також важливим критерієм була їх відповідність віковим показникам, оскільки наші дослідження проводилися із студентами (тест Холла, SREIT, «Емоційна ідентифікація»).

Висновки. Отже, результати емпіричного дослідження дозволили констатувати наступні відмінності у прояві емоційного інтелекту у хлопців-студентів та дівчат-студенток:

– Дівчата частіше виражають свої емоції більш відкрито та інтенсивно порівняно з хлопцями. Вони можуть бути більш емоційно чутливими та виявляти ширший спектр емоцій. Хлопці частіше приховують свої емоції або виражають їх у менш інтенсивний спосіб, що пов'язано з соціальними очікуваннями щодо чоловічої ролі.

– Дівчата частіше демонструють здатність розуміти емоції, як власні, так і інших людей. Вони вміють співчувати та емпатизувати. Хлопці мають більше складнощів у розумінні та інтерпретації емоцій, особливо у виявленні емоційних сигналів у себе та в інших.

– Дівчата мають більш розвинені навички регуляції своїх емоцій. Вони краще керують стресом та адаптуються до змін у своєму емоційному стані. Хлопці мають складнощі з ефективним управлінням своїми емоціями, що призводить до виражених емоційних реакцій у стресових ситуаціях. Проте, дівчата є більш схильними до емоційного стресу та тривоги у порівнянні з хлопцями. Вони можуть переживати емоційні реакції на стресові події з більшою інтенсивністю. Хлопці, навпаки, можуть виявляти більшу тенденцію до внутрішньої стресостійкості та меншу вразливість до емоційного переживання стресу.

– Дівчата частіше мають здатність сприймати та реагувати на соціальні сигнали та контекстуальні фактори в емоційних ситуаціях; вони можуть бути більш уважними до емоційного настрою оточуючих і відповідати відповідно. Хлопці є менш чутливими до соціальних сигналів та менше звертають уваги на емоційний контекст. Це може призводити до менш адаптивних або менш соціально адекватних реакцій.

Список використаних джерел

1. Алфімова А. А. Гендерні особливості прояву емоційної сфери особистості в юнацькому віці. Київ, 2021. 48 с.
1. Бідюк І. А. Особливості загального та емоційного інтелекту студентів: гендерний аспект. Психологічні науки. 2018. № 3. С. 165–169.
2. Зарицька В. В. Емоційно-когнітивні передумови розвитку емоційного інтелекту у період фахової підготовки. Вісник Харківського національного педагогічного університету ім. Г. С. Сковороди. Психологія. Харків. 2011. № 39. С. 30–36.
3. Лелюх-Степанчук О. О. Гендерні особливості розвитку емоційного інтелекту особистості. Психологічні науки. 2018. № 7. С. 38–46.

ФЕНОМЕН СТАВЛЕННЯ ДО СМЕРТІ В КОНТЕКСТІ СУЧАСНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Брух Тетяна,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»

Науковий керівник – Чуйко О. М.

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри соціальної психології

Актуальність теми. Проблема дослідження ставлення особистості до смерті вже тривалий час займає провідне місце серед сучасних досліджень у сфері психології та філософії. Смерть часто характеризують крізь призму універсальних, узагальнених концептів, проте існує значна індивідуальна варіація

у сприйнятті та ставленні до неї. Особливого значення дана тема набуває у контексті воєнних дій на території України. Адже війна не лише загрожує життю та здоров'ю людей, а й впливає на психологічне благополуччя, а відтак на сприйняття та ставлення до смерті. Тому глибокий аналіз й дослідження даного аспекту є важливим для розуміння, підтримки та психологічної допомоги людям.

Питання ставлення особистості до смерті широко досліджується зарубіжними вченими й останнім часом набуває все більшої популярності на території України. Дане питання активно й глибоко опрацьоване такими науковцями як Ф. Арьеса, Е. Бекер, П. Вонг, С.Гроф, Е. Кюблер-Росс, Р. Мей, Р.Моуді, К. Рінг, Л. Уотсон, В. Франкл, З. Фройд, І. Ялом, О.В. Гончар, В.П. Москалець, ТМ Титаренко, О. І. Климишин, Я.В. Мойсієнко.

Метою дослідження є теоретичне дослідження особливостей ставлення до смерті в контексті сучасних психологічних досліджень.

Виклад основного матеріалу. Феномен смерті здавна викликав зацікавлення у людства саме тому його часто досліджували у різноманітних психологічних та філософських концепціях. Ставлення до смерті розглядається як набуте явище, що залежить від багатьох умов, зокрема культурних та релігійних особливостей середовища в якому росте й розвивається особистість, її світогляду, способу життя, активної участі у суспільних процесах, цінностей, прагнень, та здібностей [5].

Серед основних чинників, що можуть впливати на формування ставлення до смерті прийнято виокремлювати: особливості культури, релігії, сімейних міфів, особистий досвід, вплив ЗМІ, освіта, соціальний статус та деякі особистісні риси.

Досліджуючи тему смерті та ставлення особистості до неї варто розглянути роботу Ф. Арьеса, який виявив взаємозв'язок між історичними періодами розвитку суспільства та зміну внутрішнього світу особистості й як наслідок зміну її ставлення до смерті [8] :

- Перший етап «всі помремо» - характеризується сприйняттям смерті як природного явища, яке неможливо уникнути.

- Другим етапом є «смерть своя» на якому ідея індивідуального суду над особистістю замінила ідею колективного вищого суду.

- Наступний, третій етап «смерть далека і близька» на якому смерть сприймається як щось некероване.

- На четвертому етапі «смерть твоя» смерть близької людини є більшим горем та тягарем ніж перспектива власної смерті. Вона стає можливістю зустрітися із втраченими людьми.

- Особливістю п'ятого етапу «смерть перевернута» є відчуття страху й заперечення перед самою згадкою про смерть.

Варто також звернути увагу на дослідження Е. Кюблер-Росс, що вивчала ставлення до смерті людей із смертельними хворобами. Дослідниця виділила п'ять послідовних стадій реагування: заперечення та ізоляція, гнів, торг, депресія та прийняття. Однак варто відмітити, що дана теорія отримала чимало критики, адже сприйняття смерті є дуже індивідуальним явищем, тому не всі люди проходять ці

етапи в саме в такій послідовності, а інколи переживають зовсім інші почуття [6]. Натомість П. Вонг із своїми колегами виділив такі типи реагування на смерть: страх смерті, уникнення, нейтральне, прийняття-наближення (віра в позаземне життя) та прийняття-порятуюнок (смерть – як позбавлення страждань) [8].

Засновник психоаналізу З. Фройд вказував на існування у психіці двох несвідомих інстинктів – прагнення до життя та прагнення до смерті. Власне інстинкт смерті або Танатос виявляється у прагненні зберегти попередні умови тобто характеризує регрес. Всі живі організми прагнуть повернутися у той невизначений стан, завдяки якому вони з'явилися, тобто основною метою життя є смерть [3]. Засновник аналітичної психології К.Г. Юнг вважав, що лише ті, хто вміє насолоджуватися життям, здатні сприймати смерть як природний процес.

Екзистенційний напрям психології зосередився на вивченні такого виду ставлення до смерті як страх. Зокрема, І. Ялом у своїх роботах відзначає, що коли людина стикається із темою смерті це запускає дію захисних механізмів, що полегшують її страждання. До ефективних механізмів дослідник відносив витіснення, заперечення, віра в свою всемогутність, зміщення, активність спрямована на досягнення «символічного безсмертя». Серед менш дієвих виокремлено віру в рятівника, особистісну невразливість (нарцисизм), трудоголізм, невиправданий героїзм. Окрім того, на думку І. Ялома постійне намагання уникнути страх смерті стає причиною невротичного стилю життя, при якому вкрай обмеженим стають спонтанність, гнучкість й здатність до творчості. Власне подібний стиль життя і представляє часткову смерть людини. Р. Мей вважав тривогу адекватною реакцією особистості на смерть [7]. Окрім того дослідник наголошував, що усвідомлення власної смертності це дає сили на повну проживати життя.

Дж. Дігторі та Д. Ротман наголошували на необхідності відокремити страх смерті від інших переживань. Зокрема науковці дійшли до висновки що існує 7 видів страху смерті: 1) переживання, що власна смерть буде клопотом для рідних; 2) переживання про закінчення своїх цілей; 3) страх болю; 4) неоднозначність думок про потойбічне життя; 5) відсутність почуттів після смерті; 6) покинення рідних; 7) страх про те, що буде із тілом. Представники теорії управління страхом, на основі проведених експериментів, виокремили основні механізми захисту, що виникають внаслідок страху смерті: підвищення власної значущості, самоповаги та сприйняття себе як маленької частини чогось значно більшого [1], [8].

Цікавим, на нашу думку, є дослідження ставлення до смерті крізь призму релігії (Климишин О.І., Савчин М., Москалець В.П. та інші). Переважна більшість релігійних вірувань висувають ідею існування нематеріальної душі. Саме тому смерть людини сприймається лише як смерть тіла, а душа ж людини продовжує існувати в тому чи іншому варіанті в залежності від релігійних догм. З точки зору християнства, потойбічне життя людини залежить від стилю земного життя: нерозкаяні й великі грішники потрапляють у Пекло, інші ж можуть продовжувати вічне життя у Раю. Тому віра в безсмертність душі наповнює духовними

цінностями життя людини, а сама смерть не лякає людину, адже спілкування з Богом вселяє надію на прекрасне потойбічне життя [4].

Типовими для молоді реакціями на смерть, на думку сучасних дослідників, є «я не знаю», «мені байдуже» та «мені сказали, тому я зробив» [2]. Що стосується ставлення до смерті в умовах воєнних дій, то нормальною реакцією на смерть вважається страх, який втім поділяють на контрольований, що спонукає до продуктивних дій та неконтрольований, що проявляється в неувважності, поспішних діях, байдужості.

Необхідно відмітити, що спостерігається тенденція відходу від сприйняття смерті лише як негативного явища. Чимало сучасних дослідників все частіше наголошують на тому, що за умови хорошої підготовки спеціаліста і безпечного середовища символічне зіткнення зі смертю може бути позитивним досвідом і навіть сприяти розвитку індивіда.

Висновки. Отже, проведене дослідження підкреслює важливість теми ставлення до смерті в сучасній психології. Ми розглядаємо ставлення до смерті як результат впливу багатьох чинників, таких як світогляд, особливості культури, релігійних переконань, індивідуального життєвого досвіду, цінностей особистості, її ставлення до життя, прагнень та здібностей. Серед основних видів ставлення до смерті можна виділити такі: смерть як природне явище; як підсумок життя людини; як щось некероване; як можливість потойбічного життя; страх смерті; заперечення та ізоляція, гнів, торг, депресія та прийняття; уникнення; нейтральне ставлення; як позбавлення страждань; прагнення смерті; смерть як можливість розвитку особистості.

Список використаних джерел

1. Вацик Ю. Р. Вплив екзистенційного страху смерті на формування національної ідентичності. Publishing House "Baltija Publishing". 2023. С.85-88.
2. Гаркавенко Н.В. Доскач С.С. Психологічні особливості ставлення молоді до смерті в період війни. *Молодий вчений*. Вип. 2. С. 47-50.
3. Гірняк А.Н. Психоаналіз Зигмунда Фрейда як теорія, система і соціокультурне явище. *Психологія і суспільство*. Вип. 4. С.33-44.
4. Климишин О. І. Мотиваційні чинники релігійної віри у вихованні християнина. *VIRTUS*. 2016. С. 87-92.
5. Мирончак К. В. Психологічний вплив страху смерті на особистість. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. серія психологічна*. Вип. 2 С. 361-370.
6. Мойсієнко Я. В. Ставлення до смерті як предмет психологічного дослідження. *Наука і освіта*. 2015. Вип 5. С. 57-63.
7. Остапчук Б.А., Байер О.О. Теоретичний аналіз питання зв'язку настанов щодо сексу та любові зі ставленням до смерті. *Наукові перспективи*. Вип. 12. С. 1-12.

8. Паук М. Ставлення до смерті як екзистенційна проблема: психологічний аспект. *Психологічні проблеми сучасності*. Вип. 12. С. 41-43.

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ВИВЧЕННЯ КОПІНГ-СТРАТЕГІЙ ЯК ЧИННИКА ПЕРЕЖИВАННЯ САМОТНОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Васякіна Євгенія,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»

Науковий керівник – Чуйко О. М.

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри соціальної психології

Вступ. Соціальна ситуація у наш час характеризується високим рівнем нестабільності, мінливості та ризиків втрати близьких людей. Вимушене переселення, втрата дому, а також зміна місця проживання у зв'язку з початком навчання супроводжуються зменшенням і звуженням мережі соціальної підтримки особистості студента та загостреним переживанням самотності на етапі адаптації до ЗВО. Останні дослідження проблем психічного здоров'я вказують на переважно деструктивний вплив самотності на психоемоційний стан. Зокрема, наголошується на тому, що вона може підвищувати ризики та зумовлювати розвиток розладів афективного спектру (тривожних і депресивних), а також у випадку інтенсивного переживання даного почуття призводити до суїцидів. Відтак, важливо дослідити копінг-механізми, що дозволяють студентам справлятися з відчуттям самотності, щоб у майбутньому закласти їх в основу програм спрямованих на розвиток навичок подолання самотності у студентів.

Мета. Здійснити теоретико-методологічний аналіз феноменів “копінг-стратегій” та “самотності” у студентів.

Методи та матеріали. Для досягнення поставленої мети проведено теоретичний аналіз публікацій з обраної проблематики за останні 7 років. Зокрема, використано методи аналізу та синтезу, порівняння, абстрагування, класифікації та узагальнення.

Виклад основного матеріалу. Теоретичний аналіз публікацій, присвячених проблематиці подолання стресу дозволяє зробити висновок про те, що перші згадки і дослідження копінг-стратегій пов'язані з працями Лазаруса і Фолкмана. Зокрема, дослідники пояснювали, що саме копінг-стратегії виступають визначальним фактором впливу стресу на людину, її фізичний та психічний стан і їх зміни у результаті взаємодії з довкіллям [1; 2; 5].

Аналіз підходів до визначення терміну “копінг” свідчить про те, що під ним розуміється когнітивна або поведінкова реакція, що виникає у відповідь на вплив зовнішніх або внутрішніх стресових факторів. Варто підкреслити свідомий

характер даних механізмів подолання стресу, що відрізняє їх від несвідомих захисних механізмів психіки, які активуються у повсякденних ситуаціях з метою адаптації до них. При цьому спільним являється їх основна функція, яка полягає у підвищенні рівня толерантності до стресу та зниженні інтенсивності його переживання.

Спочатку копінг-стратегії розглядалися, як процес. Однак згодом їх почали вивчати крізь призму стабільних характеристик особистості та її поведінки. При цьому, підкреслюється функціональна сторона розгляду копінг-стратегій, як процесу, оскільки він може стати об'єктом психокорекційних і психотерапевтичних інтервенцій. Водночас, пояснення копінг-стратегій, як процесу робить акцент на їх функцію оцінки негативних стимулів на противагу контролю, якого над ними досягти неможливо. Також, такий підхід до вивчення копінг-стратегій дозволяє розглядати їх як свідому мобілізацію зусиль спрямованих на подолання негараздів зумовлених стресовими факторами і ситуаціями з метою адаптації.

Дослідники копінг-стратегій виокремлюють окремі виміри подолання стресу, які називаються стилями подолання [1; 2; 5]. Зокрема, для п'яти стилів подолання характерна орієнтація на вирішення проблеми, яка й зумовлює стрес. До згаданих стилів подолання належать такі підходи, як активне розв'язання проблеми (подолання), розробка плану розв'язання проблеми, відмова (придушення) від дій, що конкурують за час необхідний для розв'язання проблеми, стримування проблемної ситуації (стримуючий стиль подолання), а також використання соціальних зв'язків з метою отримання підтримки у стресових ситуаціях. Водночас виокремлюють п'ять стилів подолання стресу, які фокусуються на емоціях. До емоційно-орієнтованих стилів подолання належить використання соціальних зв'язків з метою отримання емоційної підтримки, зміна перспективи та призми сприйняття стресової ситуації з метою її позитивного переосмислення, використання стресової ситуації в якості ресурсу для особистісного зростання, емоційне прийняття ситуації пов'язаної зі стресом, заперечення стресової ситуації, а також використання віри як ресурсу для подолання стресу. Описані вище стратегії подолання стресу вважаються корисними та ефективними. При цьому, виокремлюють ще три неефективні стилі подолання стресових ситуацій: фокусування уваги на емоціях та їх експресивне вираження, а також відстороненість на поведінковому чи когнітивному рівнях.

Стратегії подолання загалом поділяють на чотири основні категорії [2]:

- Зосередженість на проблемі, яка стосується проблеми, яка спричиняє дистрес: Приклади цього стилю включають активне подолання, планування, стримане подолання та придушення конкуруючих дій.

- Орієнтований на емоції, спрямований на зменшення негативних емоцій, пов'язаних із проблемою. Приклади цього стилю включають позитивне рефреймінг, прийняття, звернення до релігії та гумор.

- Зосередженість на значенні, коли особа використовує когнітивні стратегії, щоб отримати та керувати значенням ситуації

- Соціальне подолання (пошук підтримки), при якому особа зменшує стрес, шукаючи емоційної чи інструментальної підтримки в своїй спільноті.

Самотність часто описують як досвід відсутності інших людей. Але самотність також має важливий самотійний аспект: людина відчуває себе самотньою. Найбільш широко використовуване визначення самотності стверджує, що самотність являє собою «неприємний досвід, який виникає коли мережа соціальних зв'язків людини дефіцитна в якомусь важливому аспекті кількісно або якісно» [3].

З часом різні погляди на самотність дали теоретичну оцінку та пояснення цьому феномену. Найбільш раннє пояснення самотності з психодинамічної точки зору припускає, що хронічна самотність у дорослих може бути наслідком незадоволених потреб у контакті з комфортом, ніжною близькістю та соціальною стимуляції в дитинстві [4].

Другим популярним підходом до тлумачення самотності виступає екзистенційний. Представники даного напрямку протиставляють кілька типів самотності. Зокрема, екзистенційна самотність пов'язана з початковою самотністю, як частиною людського досвіду і являється наслідком негативного впливу болю переживань пов'язаних із стосунками, а також тривалої внутрішньої спустошеності й самотності. При цьому, основний акцент робиться на соціальну ізоляцію та суб'єктивне відчуття самотності. Другий тип самотності походить від людської тривоги та відриву від емоції [6].

Вайс запропонував шість елементів соціальних відносин: прихильність, соціальна інтеграція, керівництво, підтвердження гідності, надійний союз, прив'язаність та можливість забезпечити виховання. Самотність, відтак, являється результатом дефіциту будь-якого з них. Вайс також розрізняв два різновиди самотності кожен характеризується недоліками в різних соціальних взаємодіях [6].

Когнітивний підхід до самотності наголошує на ролі окремих людей, сприйняття та атрибуції в опосередкуванні асоціації між соціальними відносинами і самотністю. Отже, сучасні моделі самотності зосереджені на петлі зворотного зв'язку, в якій люди потрапляють у пастку неприємних емоцій, підвищеної пильності до негативної інформації, що призводить до шкідливих наслідків для здоров'я. Інша когнітивна модель розглядає самотність як упереджений метод інтерпретації соціального введення [6].

Проводячи паралелі з способами подолання самотності та описаними копінг-стратегіями, можна виокремити такі копінг-стратегії подолання студентами відчуття самотності в період війни, як когнітивно-орієнтоване подолання (позитивне переосмислення досвіду самотності, як можливості для особистісного розвитку в цей час) чи зациклення на переживанні самотності у випадку вдавання до деструктивного подолання); емоційно-орієнтовані копінг-стратегії (пов'язані з пошуком емоційної підтримки в період переживання самотності чи емоційним накручуванням у зв'язку з нею); поведінкові копінг-стратегії (пов'язані з

формуванням соціальних навичок і їх розвитком, пошуком соціальних контактів і розширення власної соціальної мережі).

Висновки. Копінг-стратегії являються свідомими процесами мобілізації ресурсів особистості з метою подолання стресової ситуації шляхом прояву відповідних когнітивних, емоційних і поведінкових реакцій. Водночас самотність, являється переважно болісним і стресовим станом для студентів. Відтак, копінг-стратегії подолання самотності можуть охоплювати орієнтовані на проблему (формування соціальної мережі та соціальних навичок), мислення (переоцінка самотності) та емоції (пошук емоційної підтримки).

Список використаних джерел

1. Адаменко Л. Актуальні аспекти дослідження копінг-поведінки особистості. *Вісник Національного університету оборони України*, 2020, С.13-18.
2. Власенко К., Гайсонюк Н. Конструктивні та деструктивні копінг-стратегії як ресурси для подолання тривалого стресу. *Матеріали конференцій МНЛ*, (22 грудня 2023 р., м. Чернівці), 2023, С. 366-369.
3. Гайдук Н. С. Психологія самотності та проблеми адаптації особистості. *Актуальні напрями практичної психології і психотерапії: матеріали VIII Міжнар. наук.-практ. конф. молодих вчених, студентів та аспірантів (м. Харків, 16 груд. 2020 р.)*.-Харків: ХНУВС, 2020. С. 45-48.
4. Child S. T., Lawton L. Loneliness and social isolation among young and late middle-age adults: associations with personal networks and social participation. *Aging & Mental Health*, 23, 2019, Pp. 196–204.
5. Kroeber T. C. The coping functions of the ego mechanisms. In *The study of lives*. Routledge. 2023, Pp. 178-198.
6. Lim M. H., Eres R., Vasan S. Understanding loneliness in the twenty-first century: an update on correlates, risk factors, and potential solutions. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 55, 2020. Pp. 793-810.

КПТ ТЕРАПІЯ У РОБОТІ З ТРИВОЖНІСТЮ МОЛОДІ

Мисів Ірина,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»,

Науковий керівник – Федоришин Г.М.

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри соціальної психології

Актуальність. Тривожність серед молоді стає серйозною проблемою сучасного суспільства. Збільшення рівня стресу, соціальні виклики та нестабільність у майбутньому призводять до погіршення психічного стану молоді. З цього приводу актуальним стає дослідження та розробка ефективних методів

терапії з тривожністю, зокрема використання когнітивно-поведінкової терапії (КПТ).

Виклад основного матеріалу. Багато вчених присвятили свої дослідження аспектам тривожності та розробці методів її лікування та корекції. Вчені, такі як Аарон Бек, Альберт Бандура, Девід Кларк та інші, розглядали психологічні та соціальні аспекти тривожності, спрямовані на створення ефективних стратегій лікування. Аарон Бек вважається батьком КПТ. У 1960-х роках він вперше представив концепцію КПТ, спрямовану на вивчення та зміну негативних когнітивних процесів, що лежать в основі різних психічних розладів, включаючи тривожність. Девід Кларк вніс вагомий внесок у розробку КПТ для лікування тривожних розладів, зокрема соціальної тривожності. Його дослідження та практичний досвід були в основному спрямовані на розробку конкретних технік, що допомагають молоді подолати соціальні аспекти тривожності.

Виникає проблемна ситуація між наростаючою необхідністю вивчення та удосконалення методів терапії та обмеженою реалізацією цих методів в практиці. Навіть із наявністю ефективних психотерапевтичних підходів, молодь часто має обмежений доступ до них через фінансові або інші обставини.

Основна **мета** нашого дослідження - вивчення ефективності технік КПТ в зменшенні рівня тривожності серед молоді. Ми використовували аналіз клінічних випадків, анкетування та спостереження для отримання повноцінного уявлення про стан психіки об'єктів дослідження. Застосовуючи різноманітні методи та техніки КПТ, ми спрямовували нашу роботу на перепрограмування когнітивних схем, що лежать в основі тривожності, та на розвиток адаптивних стратегій управління стресом.

Ми визначили, що реакція молоді на КПТ може бути різноманітною через індивідуальність кожного учасника та унікальні особливості їхнього психічного стану. Коли одні відчують полегшення в усвідомленості та здатності застосовувати стратегії саморегуляції, інші виражають скептицизм або невпевненість у ефективності терапії. Було доведено, що молодь, яка виявляє активний інтерес та залученість, досягає кращих результатів.

В ході анкетування та спостереження були виявлені позитивні зміни у психічному стані учасників. Пацієнти вказували на зменшення інтенсивності тривоги, покращення настрою та збільшення впевненості у власних силах.

Одним із ключових елементів успіху була індивідуалізація підходу до кожного пацієнта. Застосування персоналізованих стратегій КПТ дозволило ефективно адаптувати терапію до конкретних потреб та характеристик кожного учасника. Важливою складовою впровадження КПТ було також навчання учасників технікам самостійного контролю над своєю тривожністю.

Серед них:

Навички усвідомленості: Ця техніка включає у себе усвідомлення моменту, концентрацію на власних думках, почуттях та фізичних відчуттях. Вправи на усвідомленість можуть допомагати зменшити тривожність та покращити загальний стан психіки.

Позитивне мислення: Ця стратегія включає в себе впровадження позитивного способу мислення, зокрема, виявлення та зміна негативних думок на більш конструктивні та позитивні.

Стратегії релаксації: Вони включають у себе різні методи для зниження рівня стресу та тривожності. До таких методів можуть входити глибоке дихання, прогресивна м'язова релаксація, медитація чи йога.

Техніки самостійного контролю: Вони орієнтовані на вироблення навичок, які допомагають пацієнтам управляти своєю тривожністю. Це може включати управління диханням, паузи для відпочинку та інші методи саморегуляції.

Результати дослідження підтвердили ефективність КПТ в лікуванні тривожності молоді. Індивідуальні та групові сесії терапії призвели до помітного покращення психічного стану та здатності впоратися із стресом.

Індивідуальні сесії терапії дозволили нашим пацієнтам зосередитися на своїх унікальних потребах і викликах. Такий підхід дозволяє терапевту персоналізувати стратегії та методи, спрямовані на подолання конкретних симптомів тривожності, що призвело до помітного покращення емоційного стану та зниження рівня тривожності у більшості випадків.

Групові сесії також виявилися ефективними, сприяючи взаємодії молоді та створюючи підтримуючий емоційний контекст. Учасники навчалися взаємодіяти та ділитися своїми інсайтами, що сприяло розвитку вмінь справлятися із стресом та тривогою в соціальних ситуаціях.

Наше дослідження робить вагомий вклад у розвиток теорії та практики психотерапії, оскільки вказує на конкретний метод, спроможний позитивно впливати на ментальне здоров'я молоді.

На підставі отриманих результатів можна зробити **висновок** про необхідність активізації впровадження КПТ в практику психотерапії для молоді. Перспективи подальших досліджень полягають у розробці більш доступних та ефективних програм для лікування тривожності у молоді, а також в розширенні досліджень щодо взаємозв'язку тривожності та інших психічних розладів. Це відкритє нові можливості для розвитку теорії та практики психотерапії, спрямованих на поліпшення психічного здоров'я молоді.

Список використаних джерел

1. Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety Disorders and Phobias: A Cognitive Perspective*. Basic Books.
2. Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg (Ed.), *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, and Treatment*.
3. National Institute for Health and Care Excellence (NICE). (2019). *Generalised anxiety disorder and panic disorder in adults: management*. Retrieved from <https://www.nice.org.uk/guidance/ngAD77>
4. Цимбалюк І. М. (2007). Психологічне консультування та корекція: навч. посібн., модульно-рейтинговий курс [2-е вид., випр. і доп.]. К. : Професіонал.

5. Навчальна програма «Когнітивно-поведінкова терапія» [Електронний ресурс]. Український інститут когнітивно-поведінкової терапії – Режим доступу: <http://www.i-cbt.org.ua/Training/CBT%20TRAINING%20UICBT%202012.pdf>.
6. Кравцова О.К. (2019). Стресостійкість особистості як психологічний феномен: основні теоретичні підходи. *Вісник післядипломної освіти. Серія : Соціальні та поведінкові науки*. Вип. 7. С. 98–117.

СТРЕСОСТІЙКІСТЬ ЯК ЧИННИК ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Заливаха Назарій,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»

Науковий керівник – Гринчук О. І.,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної психології

Актуальність теми. Під час війни в Україні проблема стресостійкості особистості все частіше стає предметом дослідження у психологічній науці та практиці. В складних умовах сьогодення кожен з нас відчуває стрес і тривогу за власне життя, безпеку наших рідних і близьких. Такі ситуації деструктивно впливають на психологічний стан особистості, порушують гармонійність та цілісність протікання психічних процесів, знижують загальну якість її життя. Розуміння та підтримка психічного здоров'я важливі для того, щоб люди могли ефективно адаптуватися до стресових ситуацій та долати їх. Дослідження взаємозв'язку між стресостійкістю та психологічним благополуччям є критично важливим для розробки ефективних стратегій психологічної підтримки та інтервенцій. Цільове спрямування наукових досліджень на аналіз та узагальнення наукових підходів сприяє розвитку більш ефективних методів та заходів допомоги суспільству у подоланні стресу, формуванні адаптивності та покращенні психологічного благополуччя особистості. Актуальність дослідження визначається тим, що наш психоемоційний стан значною мірою залежить від рівня розвитку стресостійкості. Проблема стресостійкості особистості вивчалася в контексті дослідження психології стресу (Р. Лазарус, Г. Сельє, С. Фолкман, Ю. Щербатих та ін.), емоційної стійкості (І. Аршава, М. Дьяченко, К. Пилипенко, В. Писаренко, О. Рева, О. Чебикін та ін.), психологічної стійкості (Є. Крупник та ін.), толерантності до стресу (В. Крайнюк, Л. Собчик та ін.) [1]. Сутність, психологічні механізми, структурні компоненти та соціально-психологічні чинники стресостійкості особистості були предметом дослідження багатьох українських вчених: О. Баранов, Б. Величковський, Г. Дубчак, В. Крайнюк, Ю. Тептюк, Р. Шевченко та ін. [2]. Стресостійкість розглядається у психології як здатність особистості протистояти стресу, чинити опір, що дозволяє успішно адаптуватися

до умов навколишнього середовища, протидіяти негативному впливу зовнішніх і внутрішніх стресогенних чинників.

Безліч вітчизняних та зарубіжних дослідників вивчали поняття "психологічного благополуччя" і розробили свої власні підходи до розуміння його структури. Серед них такі як С.Д. Дерев, К. Ріфф, Г.М.Зараковський, П.П.Фесенко, Дж. Беннет, К.Дальберт, Н. Бредберн, Мельвін Дж. Лернер, А.Адлер, Пол Сінгер, В.Франкл, Е. Діннер, А. Маслоу, К. Роджерс, Р. Раян Е. Десі та інші [3]. В результаті теоретичного аналізу "психологічне благополуччя" можна визначити як показник спрямованості особистості на реалізацію основних аспектів позитивного функціонування, а також рівень здійснення цієї спрямованості, що відображається у відчутті щастя, задоволеності собою і власним життям.

Мета. Теоретичне вивчення впливу стресостійкості на рівень психологічного благополуччя студентської молоді.

Виклад основного матеріалу. Роль психологічного благополуччя в житті людини є надзвичайно важливою. Це поняття охоплює не лише емоційний стан, а й загальну якість життя, задоволення від різних аспектів життя та здатність ефективно впоратися зі стресом і труднощами. Психологічне благополуччя впливає на усі сфери життя людини, включаючи її взаємини з оточуючими, професійну діяльність, здоров'я та самопочуття. Воно впливає на всі аспекти людської діяльності та забезпечує баланс у фізичному, емоційному та соціальному вимірах життя. Високий рівень психологічного благополуччя допомагає людині краще впоратися зі стресом, тривогою та депресією, частіше досягати особистісних цілей та розвивати свій потенціал, може позитивно впливати на робочу продуктивність, творчість та успішність в кар'єрі.

Психологічне благополуччя залежить від різних чинників: соціальні чинники (задоволеність соціальним статусом, станом суспільства, до якого належить сприятливе соціальне середовище, позитивні взаємини з родиною, друзями, колегами та іншими людьми, соціально-економічні показники рівня життя, включаючи матеріальний достаток, соціально-економічне положення особистості, культурні норми, традиції та соціальні стандарти, тощо); психологічні чинники (узгодженість психічних процесів, гармонія особистості, відчуття цілісності, задоволення психологічних потреб людини); духовні чинники (можливість долучатися до багатств духовної культури, усвідомлення і переживання сенсу, етичні та моральні цінності); фізичні (тілесні) чинники (тілесний комфорт, відчуття здоров'я та фізична активність); особистісні чинники (адекватна самооцінка та самоприйняття, позитивне ставлення до себе, впевненість у власних силах та можливостях; оптимістичне та позитивне мислення, зосереджене на можливостях і досягненнях) [4].

Теоретичний аналіз феномену «стресостійкість» дав можливість окреслити різні аспекти, які допомагають особистості ефективно керувати стресом і гнучко реагувати на нього. Одним з таких є психологічна стійкість, як здатність людини витримувати стрес, складні ситуації і труднощі, зберігаючи свій емоційний і психічний баланс та продовжувати підтримувати ефективність у роботі та

повсякденному житті Важливим аспектом стресостійкості також є адаптивність, яку можна визначити як вміння швидко адаптуватися до нових умов і мінливих обставин, проявляти гнучкість і вміння швидко переключатися між різними ситуаціями. Гнучкість дозволяє людині швидко адаптуватися до непередбачуваних обставин і знаходити ефективні рішення навіть у складних ситуаціях. Стресостійкість повинна поєднуватись з позитивним мисленням, умінням знаходити позитивні сторони у складних ситуаціях і перетворювати стресові ситуації на можливості для особистого розвитку. Позитивне ставлення до життя і віра в успіх допомагають підтримувати високий рівень енергії та мотивації, навіть у стресові періоди. Одним з основних аспектів стресостійкості є емоційний контроль, який включає в себе усвідомлення своїх емоцій, виявлення їхнього впливу на рішення та дії, а також здатність регулювати цей вплив, здатність керувати своїми емоціями на стресові події та змінювати свої реакції відповідно до вимог ситуації.

Найважливіші чинники, які впливають на розвиток стресостійкості особистості, включають: соціальне середовище, соціальну підтримку та позитивні міжособистісні відносини, внутрішню ментальну стійкість та оптимізм, управління емоціями, усвідомлення та вираження емоцій в конструктивний спосіб, здатність змінювати свої емоційні реакції в залежності від обставин і вимог ситуації, ефективно адаптувати свої емоційні відповіді, позитивне мислення та самоповагу, досвід та навички в управлінні стресом, розвиток стресостійких стратегій поведінки, здоровий спосіб життя, фізична активність та відпочинок, раціональне планування часу та організацію трудової активності, вміння використовувати ефективні стратегії для подолання стресу, напрацьований арсенал різних методів та технік для зниження стресу і відновлення емоційного балансу.

Висновки. Психологічне благополуччя це динамічна характеристика особистості, включає в себе психологічні складові й пов'язане з адаптивною поведінкою, характеризує позитивне функціонування людини та носить суб'єктивний характер відчуття задоволеності життям, високої інтегрованості.

Стресостійкість виступає одним з ключових факторів, які пов'язані з рівнем психологічного благополуччя. Оскільки позитивне ставлення, внутрішня стійкість і задоволення від життя можуть зробити людину менш вразливою до стресових подій. У той же час, низький рівень стресостійкості може призвести до погіршення психологічного благополуччя, так як особистість може відчувати наростання тривоги, роздратування і невпевненості в ситуаціях стресу. Ефективне управління стресом може сприяти покращенню загального психологічного благополуччя. Особистість, яка розвиває стресостійкість через різноманітні стратегії, такі як позитивне мислення, релаксація та соціальна підтримка, здатна відчувати більше задоволення від життя. З огляду на це стає необхідним розвивати та підтримувати стресостійкість як ключовий аспект психологічного благополуччя.

Таким чином, актуальність проблеми стресостійкості особистості в складних життєвих ситуаціях, її практична значущість, зумовлена соціальним запитом у зниженні емоційної напруги в сучасному суспільстві й підвищенні психологічного благополуччя кожної окремої людини, й зумовила спрямованість наших наукових пошуків на аналіз та узагальнення наукових підходів для дослідження взаємозв'язку стресостійкості і психологічного благополуччя.

Список використаних джерел

1. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості. Київ : Ніка-Центр, 2007. 28 с.
2. Кравцова О. К. Стресостійкість особистості як психологічний феномен: основні теоретичні підходи. *Вісник післядипломної освіти. Серія: Соціальні та поведінкові науки*. Київ, 2019. № 7. 98–117 с.
3. Санько К. О. Психологічне благополуччя як основа повноцінного та психологічно здорового функціонування особистості. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія: Психологія*. 2016. С. 42-45
4. Яворська Л. М., Г. С. Філоненко. Фактори становлення психологічного благополуччя особистості. *Наука і освіта*. 2014. №12. С. 212–220

ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ ЯК ЗАСІБ ПОДОЛАННЯ КОНФЛІКТІВ СТАРШОКЛАСНИКІВ

Карпа Діана,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»,

Науковий керівник – Сметаняк В. І.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри соціальної психології

Актуальність дослідження. Феномен емоційного інтелекту як засобу подолання конфліктів у старшокласників є дуже актуальним у сучасному світі, особливо з урахуванням стрімко зростаючої уваги до психологічного благополуччя підлітків. В цьому віці надзвичайно велике значення має психологічна та емоційна рівновага, які безпосередньо залежать від рівня розвитку емоційного інтелекту. Кожного дня підлітки стикаються з різноманітними конфліктними ситуаціями у школі та поза її межами, а також в стосунках з однолітками, батьками, родичами та оточуючими. Надважливою в ці моменти є здатність зрозуміти і керувати власними емоціями.

Оцінка і дослідження емоційного інтелекту мають велике значення для самореалізації, тому це необхідно для всіх, особливо для тих, хто займає керівні посади, освітян і тих, чий рішення можуть мати серйозні наслідки під впливом

емоційної напруги. Розуміючи, що від побудови і усвідомлення емоційного інтелекту ще у підліткові роки залежить подальше становлення вказаного феномену, можна стверджувати, що тематика дослідження є надзвичайно актуальною.

Метою дослідження є теоретичний аналіз впливу емоційного інтелекту на особливості подолання конфліктів у старшокласників.

Виклад основного матеріалу. Варто почати з того, що останніми десятиліттями концепція емоційного інтелекту відображається в дослідженнях психологічної науки і вважається відносно новою. Емоційний інтелект – це здатність розуміти, усвідомлювати і керувати власними емоціями, своєю мотивацією, думками та поведінкою, регулювати власний емоційний стан, а також вміння усвідомлювати й певною мірою керувати емоційними станами інших людей, помічаючи їхні актуальні потреби, співпереживати та розвивати їхні сильні сторони [1]. З вищезазначеного можемо припустити, що розвиваючи емоційний інтелект ми стаємо на шлях пізнання себе. Це в свою чергу призводить до повнішого усвідомлення й прийняття власних бажань та потреб, а кінцевою точкою такого пізнання є розуміння інших людей, їхніх потреб й реакцій.

Розглядаючи період навчання в старших класах розуміємо, що це емоційно складний етап життя, адже зазвичай це час максимального формування особистості й найбільш значущих якостей, котрі згодом формуватимуть траєкторію життя. Саме в цей період рівень емоційного інтелекту відіграє вагомую роль, оскільки він впливає на спосіб вирішення учнями конфліктних ситуацій, а враховуючи те, що кількість конфліктів в такому віці є високою – вміння їх мудро вирішувати є надзвичайно важливим [2].

На нашу думку, в підлітковому віці розуміння і усвідомлення власних емоцій та емоцій інших людей, є базовою і визначальною якістю для побудови та закріплення успішної соціалізації в майбутньому. Це вік у якому встановлюються найбільш визначні для індивідів зв'язки, погляди та життєві цінності (друзі, компанія, оточення, принципи, авторитети). Те, як підліток буде відчувати і сприймати зовнішній світ і оточення в цей час, стане визначальним у побудові його майбутнього і вибору життєвих шляхів, тому такою визначною є роль емоційного інтелекту на даному етапі життя та розвитку особистості.

Більшість вчених сходяться на думці, що період підліткового віку є найбільш складним та цікавим в житті людини, оскільки він супроводжується значними змінами у соціальній, психологічній та емоційній сферах та є проміжним періодом між дитинством та дорослим життям. Також це період, коли відбуваються значні фізіологічні зміни в організмі, спричинені статевим дозріванням. Підлітковий вік є часом інтенсивного внутрішнього і зовнішнього перетворення, коли індивіди стикаються зі значними викликами та можливостями. Саме в цей час формується їхня самоідентифікація під впливом змін навколишнього середовища та власного внутрішнього світу.

Висновки. Отже, з усього вищезазначеного можемо дійти висновку, що емоційний інтелект формує здатність усвідомлювати власні емоції та керувати

ними. Це надзвичайно потрібне вміння саме у підлітковому віці, оскільки воно вибудовує власне світосприйняття та дає змогу грамотно вибудовувати стосунки з оточуючими й загалом суспільством, що в кінцевому результаті призводить до свідомого життя. Також можливість розуміти власні емоції дає змогу усвідомлювати емоції інших людей, що є надзвичайно важливим для успішної соціалізації та мирного вирішення конфліктних ситуацій.

Список використаних джерел

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект / пер. з англ. С. Гумецької. Київ, 2018. 512 с.
2. Ю. І. Коноплицька, О. Г. Ставицька «Особливості розвитку емоційного інтелекту у підлітковому віці»: наукова стаття. 2018. URL:<https://journals.indexcopernicus.com/api/file/viewByFileId/762484.pdf> (дата звернення: 29.03.2024).

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СКЛАДОВИХ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ ВІЙНИ

Кіцул Роман,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,
ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»

Науковий керівник – Чуйко О.М.,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної психології

Актуальність дослідження складових психологічного благополуччя студентської молоді в умовах війни виражається у декількох аспектах:

По-перше, військові конфлікти та воєнні дії створюють серйозні стресові умови, які можуть масово впливати на психологічне благополуччя молоді.

По-друге, студентська молодь є однією з найбільш вразливих груп населення, оскільки вони знаходяться в періоді формування своєї особистості та самоідентифікації, і тому вони можуть бути особливо схильні до стресу та тривоги в умовах війни.

Такі дослідження можуть також служити основою для розробки політик та програм у сфері освіти та молодіжної політики з метою забезпечення психологічної безпеки та підтримки студентів у військових конфліктах. В кінцевому підсумку, розуміння психологічного благополуччя студентської молоді в умовах війни може мати вирішальне значення для створення умов сприятливого розвитку та самореалізації молодих людей в умовах кризи.

Мета: теоретичний аналіз складових психологічного благополуччя студентської молоді в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. Студентська молодь - це унікальна самостійна соціальна група об'єднана спільними інтересами, що перебуває на

етапі певного соціального становлення, шляхом інтеграції в життєдіяльність суспільства, провідною діяльністю якої виступає освітній процес (професійне навчання) та опанування професійної трудової діяльності.

Сучасні дослідники А.А.Мельниченко, І.В.Пиголенко та М.Л.Яковенко визначаючи студентство як соціальну групу яка володіє значним інтелектуальним потенціалом визначають орієнтири її провідної діяльності на отримання престижної та якісної освіти, як інструменту для забезпечення успіху в подальшій громадській, політичній та економічній діяльності [3, с. 111].

Під час навчання у вищих навчальних закладах студенти перебувають на етапі життя, коли багато з них уже зайняті трудовою діяльністю, яка часто буває не пов'язана з їхнім майбутнім фахом, але може слугувати джерелом матеріального забезпечення та полем для самореалізації особистості.

Паралельно з трудовою діяльністю студенти часто продовжують свій професійний розвиток. Вони можуть відвідувати різного роду майстер-класи, курси підвищення кваліфікації, стажування в різних компаніях чи навчатися новим навичкам, що дозволяє їм не лише отримувати додатковий досвід, але і розширювати свої можливості на ринку праці.

Даний життєвий період також характеризується активним розвитком міжособистісних відносин, як соціального так і інтимного характеру. Деякі студенти можуть вступати у романтичні стосунки, створювати сім'ї, або ж поглиблювати вже існуючі відносини з близькими людьми, що виступає для них важливою складовою їхнього соціального життя та впливає на їхнє психологічне благополуччя та загальний стан [5].

Чинники психологічного благополуччя студентської молоді за своєю структурою досить близькі до чинників психологічного благополуччя інших соціальних груп, аналіз структурних компонентів визначатиметься нами на основі багатовимірної моделі психологічного благополуччя К. Ріфф [4].

Дослідження структури психологічного благополуччя студентської молоді в умовах воєнного конфлікту, спонукає нас до об'єктивного аналізу впливу наслідків війни на кожен з чинників психологічного благополуччя індивідуально:

Самосприйняття один з ключових компонентів психологічного благополуччя. який описує позитивне ставлення студентів до себе, свого минулого, усвідомленість і прийняття різних сторін власного "Я". Під час воєнних подій здатність до самосприйняття набуває потенційно нового розвитку, адже об'єктивна оцінка власних сил та можливостей, попереднього досвіду чи тривоги пов'язаної з його відсутністю в потенційно небезпечні для життя ситуації – виступають чинниками об'єктивно усвідомлених дій, даючи можливість переоцінки прийняття можливих імпульсивних рішень [6, с. 124], [1, с. 56].

Особистісне зростання – складова моделі психологічного благополуччя яка вирізняється для студентів, саме потенційною можливістю до зростання в освітньо-розвивальному процесі, самовдосконаленні у визначеній галузі яка сприяє професійному становленню та реалізаційному потенціалу. В умовах війни для студентства даний чинник зазнаватиме значного падіння через невизначеність

у завтрашньому дні, теоретичну чи потенційну загрозу життю, які можуть проявитися у відсутності перспектив до зростання через катастрофізацію потенційного майбутнього [2, с. 134].

Наявність мети в житті виступає важливим мотиваційним компонентом і для студентської молоді характеризується чинниками перспективи майбутньої особистісної самореалізації через професійну діяльність, чи зміною діяльності, в той час як стресогенні воєнні події огортають життя кожного хто в них перебуває чинником невпевненості у завтрашньому дні, не зважаючи на перспективи перебування, чи неперехування на лініях прямих військових зіткнень. Завдяки даним подіям залученість студентства в освітній процес і як чинникний показник критерій матиме значно нижчі показники в порівнянні з мирним часом [2, с. 124].

Позитивні відносини з іншими – важлива компонента психологічного благополуччя студентської молоді, що обґрунтовується побудовою міжособистісних стосунків, формуванні подружніх стосунків, та побудові здорової конкуренції, яка може сприяти особистісному зростанню, завдяки чому студентська молодь може абстрагуватися від будь-яких соціальних контактів спрямовуючи свої ресурси в інше русло. В умовах війни наявність позитивних відносин з іншими, для будь-якої особистості виступає важливим соціальним критерієм, адже перебування в потенційно небезпечних умовах, таких як: загроза балістичного удару чи атаки БпЛА, замінування ЗВО чи потенційна загроза прямого воєнного контакту – виступають спільним тривожним чинником який першочергово сприяє групуванню людей з єдиною метою – забезпечення виживання, відкиданню власних другопланових переживань, тому даний критерій в структурі психологічного благополуччя виступатиме одним з ключових показників емпіричних досліджень [2, с. 136].

Управління оточенням – чинник психологічного благополуччя який виражає соціальну адаптованість студентства. У мирний час він сприяє формуванню спільнот людей із спільними життєвими цілями, які можуть бути реалізовані в колективі, і саме здатність до управління оточенням – побудови навколо себе такого колективу – вагомий чинник позитивної оцінки рівня суб'єктивного ПБ. У воєнний ж час, часте перебування у непередбачуваних та неконтрольованих обставинах – виключає можливість повноцінного управління оточенням залишаючи за собою тільки варіанти примирення – та налагодження соціальних контактів чи уникання несприятливих осіб. Такі обставини звісно ж мають перспективу негативного вираження на шкалі рівня психологічного благополуччя [1, с. 57].

Автономія – чинник багатовимірної моделі, який виражається у здатності особистості до самостійного повноцінного забезпечення власного функціонування та саморозвитку хоча і в мирний час може виражатися посередніми показниками, у зв'язку із особистісним становленням студентської молоді, яка тільки опановує доросле життя, підчас воєнних подій матиме один з найнижчих показників у структурі загального психологічного благополуччя, у зв'язку з тим, що порівняння попереднього життєвого досвіду із травмівними

викликами: відсутністю продуктів харчування, енергетичних ресурсів, руйнуванням життя, вимушеним переїздом, каліцтвом, можливості самозабезпечення – виступатиме виключно негативним чинником [2, с. 124].

Навчання у закладах вищої освіти під час війни – виступає важливим чинником та детермінантою суб'єктивного психологічного благополуччя особистості, оскільки для багатьох студентів освітнє середовище часто характеризується ключовим середовищем встановлення та налагодження соціальних контактів, структуризації мотиваційного компоненту та самореалізації особистості, з огляду на що, умови війни які часто провокують: соціальну ізоляцію, напруженість у міжособистісних стосунках та фрустрацію актуальних потреб які мають негативний вплив на суб'єктивне благополуччя [1, с. 57].

Важливим чинником психологічного благополуччя особистості в умовах війни також виступає статева приналежність. Чоловіча студентська молодь об'єктивно розуміє, що процес їхнього навчання зважаючи на виклики сьогодення є досить нестабільним конструктом. Дана акцентуація підсилюється стресом потенційної мобілізації, що часто не дозволяє їм будувати довгострокові плани, і яка рівнозначна до прямої загрози життю. Почуття невизначеності для них виступає ще більш стресогенним фактором, ніж відчуття примирення військовослужбовців які перебувають на лініях зіткнень, тому для нас буде цікавим та важливим подальше емпіричне дослідження їхніх чинників особистісної мотивації, життєвої цілі та особистісного росту в структурі суб'єктивного психологічного благополуччя в порівнянні з дослідженнями даних показників серед респондентів-жінок.

Виклики психологічного благополуччя які воєнні події ставлять для студентської молоді жіночої статі, першочергово пов'язані зі стресом на фоні можливої втрати (першочергово своїх чоловіків, батьків, інших близьких), та переживання за їхнє життя. Вони часто фокусуються на оточуючих факторах і прагнуть створити певні умови благополуччя вдома, домашній затишок, турбуються про дітей, налагоджують соціальні контакти – як компенсаторні фактори.

Висновки. На основі теоретичного аналізу наукових джерел розкрито складові психологічного благополуччя особистості:

Як результат проведення даного теоретичного дослідження ми змогли виокремити основні компоненти психологічного благополуччя студентської молоді (самосприйняття, особистісне зростання, наявність мети, позитивні відносини з іншими, управління оточенням, автономія) та основні чинники формування психологічного благополуччя молоді в умовах війни. Дане теоретичне дослідження може бути використаним у розробці ефективних стратегій психологічної підтримки та інтервенцій, спрямованих на зменшення негативних впливів війни на молоде покоління та збільшення їхнього оптимального функціонування.

Список використаних джерел

1. Коструба Н., Поліщук З. Психологічного благополуччя студентів у період війни: емпіричний аналіз. *Psychological Prospects Journal*. 2022. № 40. URL: <https://doi.org/10.29038/2227-1376-2022-40-kos> (дата звернення: 23.04.2024).
2. Особистісні детермінанти благополуччя молоді в сучасних умовах життєдіяльності. Особистісні та ситуативні детермінанти благополуччя особистості в сучасних умовах життєдіяльності: кол. монографія. 2023. С. 125–159.
3. Пташник-Середюк О.І. Студентство як соціокультурна група. *Science and Education a New Dimension. Humanities and Social Science*. 2014. II(3). Issue: 18. P. 110-113.
4. Ryff C. D., Keyes C. L. M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1995. Vol. 69, no. 4. P. 719–727. URL: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719> (date of access: 23.04.2024).
5. Super, D. E. 1963. “Self-concepts in Vocational Development.” Pp. 1-16 in *Career Development: Self-concept Theory*, edited by D. E. Super, R. Starishevski, N. Matlin, and J. P. Jordaan. New York: College Entrance Examination Board.
6. Khomenko Y. H. Psychological well-being of students in war time. *Habitus*. 2023. No. 51. P. 121–125. URL: <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2023.51.20> (date of access: 23.04.2024).

ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ ІНДИКАТОРИ ДОСЛІДЖЕННЯ АВТЕНТИЧНОСТІ ЯК ЧИННИКА ЕФЕКТИВНОСТІ МІЖОСОБИСТІСНОЇ ВЗАЄМОДІЇ

Ярема Надія,
І курс ОР «магістр», спеціальність «Психологія»,
ОП «Психологія»,
Науковий керівник – Чуйко О.М.,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної психології

Актуальність дослідження. На сучасному етапі суспільних трансформацій важливим завданням гуманітарних наук постає віднайдення та виокремлення особистісних основ, які дозволять людині не втрачати своє власне «Я» та зберегти адаптивні здібності у реальності швидких змін. Саме тому дослідження автентичності як поняття, яке є основним показником особистісної зрілості, є актуальним на даний час. Дослідження автентичності особистості має на меті виокремити ті складові автентичності, які сприяють досягненню найвищої ефективності в міжособистісній взаємодії.

Мета: виявлення взаємозв'язку автентичності та ефективності взаємодії, виокремлення психодіагностичних індикаторів, за якими можливе дослідження автентичності у міжособистісній взаємодії.

Взаємодію розглядають як процес впливу сторін одна на одну, обумовлений їх індивідуальними або груповими цілями [2 с. 37]. В процесі взаємодії проявляються прагнення та цілі особистостей, які для досягнення мети чи реалізації проектів вступають у взаємодію. Соціальне становлення особистості відбувається через її діяльність, взаємодію і спілкування з іншими.

Якщо критерієм поділу взаємодій розглядати кількісний аспект, тобто орієнтуватися на кількість суб'єктів, які беруть участь у взаємодії, можна виділити наступні види взаємодії: 1) взаємодія між групами; 2) взаємодія між особистістю та групою; 3) взаємодія між двома особистостями (діада).

Оскільки ми досліджуватимемо міжособистісну взаємодію, то розглядатимемо саме взаємодію між двома особистостями (діаду) або взаємодію між особистістю і невеликою групою людей (до 5 осіб).

В соціальній психології виділяють два основні типи міжособистісної взаємодії. 1. Конструктивна взаємодія, тобто взаємодія, яка сприяє спільній діяльності, досягненню мети. 2. Деструктивна взаємодія, тобто така, яка заважає спільній діяльності.

Також виокремлюють такі два основні види міжособистісної взаємодії (в основі розрізнення – дихотомічний поділ): 1. Співробітництво, співпраця: дії, які сприяють організації спільної діяльності, забезпечують її ефективність та успішність. Такий вид взаємодії також позначається поняттями «кооперація», «згода», «пристосування», «спільність», «асоціація». 2. Суперництво: дії, які розхитують спільну діяльність, створюють перешкоди на шляху до порозуміння. Позначають їх поняттями «конкуренція», «конфлікт», «опозиція», «дисоціація» [3].

В широкому розумінні ефективність є загальною результативністю людської діяльності. Вона відображає співвідношення одержаного корисного результату з обсягом витрачених на це ресурсів. Варто виокремити рівні ефективності: високий, середній та низький.

Серед показників ефективності міжособистісної взаємодії варто виокремити наступні:

- діалогічність, зрозуміла всім учасникам комунікація (вміння спілкуватися),
- досягнення поставлених у взаємодії цілей (чи цілей, для досягнення яких взаємодія і створювалася),
- відповідальність (за довірену у взаємодії частину роботи),
- як відбувається компроміс: чи мова йтиме про нонконформізм, коли людина чітко заявляє про свої права і не готова йти на співпрацю, чи вирішуватиметься конформізмом: коли людина просто жертвує своїми інтересами заради партнера; чи можлива співпраця як взаємні спільні домовленості;
- вміння вирішувати конфліктні ситуації.

Поняття «автентичність» досліджується у психології давно. Проте практично всі дослідження феномену автентичності мають здебільшого теоретичний характер. Це зумовлено складністю верифікації отриманих результатів досліджень, оскільки якщо розуміти автентичність як відповідність людини самій собі, своїй природі та індивідуальності – відсутня достовірна можливість перевірки [4, с. 9].

Дослідженню закономірностей формування автентичності присвячена наукова діяльність В. Л. Зливкова, серед зарубіжних психологів концепцію автентичності розвивають М.Н. Kernis і В.М. Goldman, А.М. Wood, Р.А. Linley.

Автентичність, справжність – це те, що стоїть за процесами і результатами самоідентифікації; що знаходиться за межами образів «я» і їх представленості іншим. Саме тому автентичність не може бути категорією оцінки. Ідентичність ще може бути оцінена на предмет її стабільності, сили, соціальної репрезентабельності. Автентичність складно виміряти, оскільки вона є метавластивістю.

Проте досліджувати автентичність особистості все ж можливо. Н. Kernis і В. М. Goldman основними компонентами автентичності виділяють: усвідомлення, об'єктивність, поведінку та стосунки з оточуючими [4, с. 53].

Усвідомлення або довіра до себе – це розуміння власних мотивів, бажань, почуттів і думок; знання і прийняття своїх сильних сторін і недоліків. *Об'єктивність* – не спотворення, не ігнорування власних думок і досвіду, прийняття себе такою, якою людина є. *Поведінка* відповідно до власних цінностей, переконань і потреб, не спрямованість на задоволення очікувань інших людей. *Орієнтація на стосунки* – відкритість у стосунках з іншими людьми, іншими словами реляційна прозорість, відсутність прагнення бути позитивно оціненими оточуючими, вибір власної участі чи не участі у тих чи інших стосунках. Згідно з М. Н. Kernis і В. М. Goldman автентичність – це постійний вираз власного справжнього Я у повсякденному функціонуванні людини [4, с. 54].

Психодіагностичні індикатори автентичності в міжособистісній взаємодії можна розглядати в трьох площинах. Умовно розділити їх варто на три групи: я, інший (спрямованість на іншого) та ті виразники, які стосуються взаємодії.

«Я»: відповідальність; чітке розуміння власного «Я» (де я, а де інший); довіра собі, своїм емоціям; відкритість (з наявністю окреслених меж/кордонів і правил взаємодії); вміння відстоювати власні переконання, асертивність; щирість; прийняття себе; знання себе; цілісне позитивне уявлення про себе; сумлінність; надійність;

«Інший»: повага; прийняття іншої людини/партнера; діалогічність; незалежність від думки інших;

«Взаємодія»: усвідомлені сформовані цілі і мета взаємодії; пряма комунікація (на противагу маніпулятивному стилю спілкування та взаємодії); об'єктивне всебічне прийняття і розуміння ситуації/взаємодії; взаємодія з позиції «Рівний Рівному» та «Дорослий» – «Дорослий»; ціннісний підхід; близькість та довіра у взаємодії та стосунках з іншою особистістю, які формуються.

Також окремі показники автентичності, такі як діалогічність, відповідальність, прийняття іншого та інакшості також виступають і показниками міжособистісної взаємодії.

Автентичність особистостей, відіграє важливу роль у досягненні порозуміння та формування спільного результату взаємодії. Автентичність заохочує проявлення істинних внутрішніх мотивів, характерних рис, думок, емоцій, поведінки властивих даній особистості, відображає здатність людини у взаємодії, відмовлятися від різних соціальних ролей. З одного боку – проявлятися самій, з іншого – поважати іншого у його проявленні та узгоджено взаємодіяти. Саме довіра до своїх почуттів та емоцій, культивування в собі справжності та непідробності забезпечує стійкість перед зовнішніми маніпулятивними корисливими впливами, у яких окрема особистість знеособлюється і втрачає свою суб'єктність та свободу.

Також в питанні автентичності особистості та міжособистісної взаємодії вагоме місце належить ідеї я-станів з теорії Еріка Берна. «Кожен індивід має у своєму розпорядженні обмежений набір Я-станів, що виступають не ролями, а психологічними реаліями» [1, с. 42]. У будь-який момент взаємодії людина може реагувати та поводитися як Батько, Дорослий чи Дитина. Людину, в поведінці якої домінує его-стан «Я-Дорослий» можна вважати зрілою. Вона адекватно оцінює свої дії та вчинки, у власних судженнях та переконаннях керується фактами, бере на себе відповідальність за свої вчинки та їх наслідки, зберігає можливість вчитися на помилках і використовувати набутий досвід для подальшого розвитку. Людина в позиції «Я-Дорослий» об'єктивно оцінює те, що з нею відбувається, перебуває в стані «тут і зараз». Отже, можемо припускати, що взаємодія на рівні «Дорослий – Дорослий» є найбільш ефективною і конструктивною, в порівнянні з іншими его-станами. Саме позицію «Дорослого» слід розвивати в собі для ефективної міжособистісної взаємодії.

Висновки. Отже, міжособистісна взаємодія є доволі широким поняттям, яке трактується як взаємні дії учасників для реалізації спільної мети. Про ефективність міжособистісної взаємодії можемо говорити по таких показниках: діалогічність та високий рівень комунікативних навичок, досягнення спільної мети та поставлених цілей, відповідальність, компромісність. Автентичність особистості як відповідність самій собі, проявлення справжності, щирості, здатність відкрито взаємодіяти як для досягнення спільної мети, так і для формування близькості з іншим є тим чинником, який чи не найбільше впливає на ефективність взаємодії між особистостями.

Список використаних джерел

1. Берна Ерік. Ігри, у які грають люди. – Видавництво: КСД Харків, 2016. 256 с.
2. Гаврюшенко В. Теоретичні основи дослідження міжособистісної взаємодії в психології. Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки. 2021. Випуск 11. С. 37–47.

3. Орбан-Лембрик Л. Е. Соціальна психологія: Підручник [Електронний ресурс] / Режим доступу: <https://www.westudents.com.ua/knigi/537-sotsalna-psihologya-orban-lembrick-lb.html>
4. Методологічні закономірності формування автентичності фахівців соціономічних професій: монографія / В.Л. Зливков, С.О. Лукомська, С.О. Копилов [та ін.] ; за ред. В.Л. Зливкова. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2017. 336 с.

ПСИХОЛОГІЯ РОЗВИТКУ

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ДІТЯМ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

Дякун Іванна,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»,

Науковий керівник – Паркулаб О. Г.,

кандидат психологічних наук, доцент,

завідувач кафедри психології розвитку

Актуальність. В арт-терапії зцілювальний ефект досягається за допомогою використання художніх матеріалів і процесу творчості, що вважаються потужними інструментами для самовираження й покращення психологічного стану людини. Цей вид терапії може бути корисним для індивідів різних вікових груп, включаючи дітей і підлітків, та успішно застосовуватися в програмах корекції та відновлення учнів з особливими освітніми потребами (ООП). Нині значно посилилась увага науковців до цієї теми, оскільки існує низка важливих соціально-психологічних проблем, розв'язання яких дозволить відкрити нові можливості для фахової допомоги цій категорії дітей і сприятиме оптимізації впровадження інклюзії в освітні та соціальні процеси.

Мета публікації – обґрунтувати доцільність застосування арт-терапевтичних технологій у роботі з дітьми з особливими освітніми потребами в умовах інклюзивного навчання.

Виклад основного матеріалу. Інтеграція арт-терапії, як послуги підтримки дітей з особливими освітніми потребами, є цінним і незамінним компонентом цілісної фахової допомоги. Цей напрям досліджень є перспективним і за своїм змістом охоплює ґрунтовне вивчення та глибоке розуміння лінії перетину між творчим самовираженням, терапевтичним втручанням та унікальними потребами дітей, які стикаються з різними труднощами в навчанні, розвитку та соціальній інтеграції [3].

Наукові розвідки відомих психологів і психотерапевтів (О. Вознесенська, Е. Крамер, Д. Моріа, Б. Мун, М. Наумбург, К. Уелсбі, Т. Яценко та інші) дозволяють виявити оптимальні арт-терапевтичні методи та підходи, що, зі свого боку, є важливим елементом для розробки ефективних програм і стратегій для задоволення індивідуальних запитів дітей з різними видами особливих освітніх потреб.

О. Вознесенська, будучи експертом у галузі арт-терапії, зробила значний внесок у розвиток цієї сфери в Україні. Створені нею практичні матеріали для арт-терапевтів містять досить ґрунтовні інструкції, техніки та приклади сеансів арт-терапії [4]. М. Наумбург належить до когорти піонерів арт-терапії, її публікації відіграли ключову роль у розробці та застосуванні методів арт-терапії для дітей з особливими освітніми потребами. У своїх наукових працях вчена підкреслювала значення творчого самовираження як засобу психологічного дослідження та зцілення, особливо в контексті розвитку та навчання дітей. Е. Крамер так само зробила вагомий внесок у сферу арт-терапії, зокрема, вона зосередилася на використанні мистецьких засобів як терапевтичного інструменту для дітей з особливими потребами. У своїх роботах Е. Крамер наголошувала на важливості самовираження, сенсорного дослідження та творчого вирішення проблем у сприянні психологічного зростання та благополуччя дітей, які стикаються з різноманітними проблемами.

Головною метою арт-терапії для учнів з особливими освітніми потребами є відкриття перед ними можливостей для самовираження, розвитку творчого потенціалу, сприяння підвищенню їхньої самооцінки та соціальної адаптації. За дослідженнями науковців, арт-терапія допомагає дітям розпізнавати, виражати та керувати своїми емоціями [5]. Це особливо важливо для малюків з ООП, які мають складнощі з розумінням та вираженням своїх почуттів. Арт-терапія також підтримує розвиток творчих здібностей дітей, що сприяє їхньому творчому мисленню. Показово, що саме цей вид групової терапії або у парах, допомагає учням успішно адаптуватися в освітньому середовищі і ефективно спілкуватися з іншими учасниками навчального процесу [1, 2].

З розвитком технологій традиційні підходи арт-терапії еволюціонували, включивши в себе цифрові інструменти та інтерактивні платформи, розширивши можливості для творчого самовираження та терапевтичного втручання. Ми виокремили п'ять арт-терапевтичних технологій, які отримали широке визнання за свою ефективність у корекційно-розвиваючому впливі на особистість дитини:

1. Пісочна терапія. Може сприяти емоційному звільненню, розумінню та інтеграції, особливо для дітей, які пережили травму або мають проблеми з емоційною регуляцією.
2. Терапія експресивними мистецтвами. Поєднує різні види мистецтв, такі як образотворче мистецтво, музика, рух і драматургія, щоб сприяти самовираженню, дослідженню та зціленню. Вона заохочує дітей до невербальної комунікації та творчого самовираження, допомагаючи їм розпізнавати та обробляти емоції, розвивати самосвідомість і навички подолання труднощів.

3. Наративна арт-терапія. Використовує розповідь історій та візуальне мистецтво для дослідження особистих історій, досвіду та ідентичності. Діти створюють роботи, які відображають їхні життєві історії, мрії та прагнення, а також застосовують наративні техніки, такі як розповідь, ведення щоденника або керовані образи, щоб дослідити болісні теми та краще зрозуміти свої власні емоції, а головне, знайти способи їх вираження та вирішення своїх проблем.
4. Арт-терапія в громаді. Залучає дітей до спільних мистецьких проєктів у їхніх громадах (школи, райони чи культурні простори), що в свою чергу зумовлює позитивне соціальне залучення.
5. Терапія садівництвом і городництвом (або гарденотерапія). Залучення дітей до роботи з рослинами. Учні, які спілкуються з природою, задіюють свої органи чуття та відчують терапевтичні переваги роботи з живими організмами. Цей альтернативний вид терапії може покращити самооцінку, сенсорну інтеграцію та екологічну свідомість дітей з ООП.

Висновок. Використовуючи перетворюючу силу творчості та самовираження, арт-терапія пропонує унікальний шлях для сприяння психологічного зцілення, особистісного зростання та соціальної інтеграції дітей, які стикаються з різноманітними проблемами. Тому вкрай важливо, щоб освітяни, терапевти, політики визнали важливість включення арт-терапії в більш широкую систему спеціальної освіти та послуг з охорони психічного здоров'я, забезпечивши рівний доступ та ефективну реалізацію для всіх дітей, які її потребують.

Список використаних джерел

1. Вовк О.А. Соціалізація дітей з особливими освітніми потребами методами арт-терапії. *Дитина з особливими потребами*. 2020. № 3 (63). С.22-24.
2. Мішкулинець О.О. Використання арт-терапевтичних методик в умовах інклюзивного освітнього середовища. *Психологія: теорія і практика*. Випуск 2 (2) 2018. С.76-86.
3. Паркулаб О., Дметерко Н. Арттерапевтичні технології психологічної допомоги дітям, які опинились у складних життєвих обставинах. *Наукові праці Міжрегіональної Академії управління персоналом. Психологія*. 2023. Вип. 2(58). С. 31-36. <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2023.2.5> (дата звернення: 14.03.2024)
4. Voznesenska, O. Media-art-therapy as a helping tool for a personality in the information age. *European Journal of interdisciplinary studies*. Vol. 11. Issue 1. 2019. URL.: <http://www.ejist.ro/abstract/429/Media—Art—Therapy-as-a-Helping-Tool-for-the-Personality-in-the-Information.html> (дата звернення: 21.03.2024)
5. Mazur, Piotr; Kondur, Oksana; Budnyk, Olena; Nikolaesku, Inna; Parkulab, Oksana; Lazarovych, Nadiia; Grebeniuk, Nataliya. Artistic and aesthetic preferences of adolescents in Ukraine and Poland. *Revista Inclusiones* Vol: 7 num Especial (2020): 593-607.

СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО, ПОВ'ЯЗАНЕ З КОНФЛІКТОМ, ЯК ФОРМА ГЕНДЕРНО ЗУМОВЛЕНОГО НАСИЛЬСТВА НА ОКУПОВАНИХ ТЕРИТОРІЯХ УКРАЇНИ

Кіщук Андріана,

III курс ОР бакалавр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»

Науковий керівник – Паркулаб О.Г.,

кандидат психологічних наук, доцент,

завідувач кафедри психології розвитку

Актуальність. Гендерно зумовлене насилля (ГЗН) є одним з найпоширеніших злочинів проти людини в усьому світі, що глибоко вкорінене у різних культурах і порушує права індивіда. Воно завжди має руйнівні наслідки, що важко долаються навіть упродовж тривалого часу, змінює звичний спосіб життя мільйонів людей, незалежно від віку, раси, статі, статусу, етнічної приналежності, сексуальної орієнтації, завдає шкоди їх психічному та фізичному здоров'ю, посягає на людську честь і гідність. При цьому варто зазначити, що ризик ГЗН стає вищим під час збройного конфлікту [4]. Оскільки зараз Україна переживає складний період війни, то право особи на безпеку порушуються щодня. Жителі окупованих територій особливо страждають від сексуального насильства, пов'язаного з конфліктом (СНПК), загалом кількість таких випадків стрімко зростає. Згідно з оцінкою UNFRA, на сьогодні понад 3,6 млн українців мають потребу в послугах у сфері запобігання та протидії ГЗН. Моніторингова місія з прав людини задокументувала 125 випадків СНПК, які були скоєні з 24 лютого 2022 року проти цивільних мешканців та проти військовополонених [2]. Нині ця тема набула ще більшої актуальності з огляду на повномасштабне вторгнення росії в Україну.

Мета публікації - проаналізувати зміст поняття “сексуальне насильство, пов'язане з війною” (СНПВ), як форми гендерно зумовленого насильства (ГЗН); розкрити його прояви, вплив на постраждалих та суспільство в цілому.

Виклад основного матеріалу. Сексуальне насильство, пов'язане з конфліктом, є болісною темою для Української держави й важливою та трагічною проблемою для самих потерпілих. СНПК вважається воєнним злочином і злочином проти людяності, ознаками якого є: сексуальне рабство, згвалтування, примусова вагітність, примусова проституція, примусове роздягання (поширеним є на блокпостах), примусовий аборт, примусове спостереження за вчиненням сексуального насилля, імітація статевого акту тощо. Цей список є не повний, але він дає змогу зрозуміти, що даний злочин має багато проявів і може вчинятись стосовно будь-кого (жінок, чоловіків, дівчат, хлопців). СНПК класифікують тоді, коли сексуальне насильство пов'язане з війною та військовими діями прямо або опосередковано. У СНПК використовується термін конфлікт, а не війна, згідно з міжнародним гуманітарним правом, в якому з 1950-х років війна визначається, як

збройний конфлікт, що може бути міжнародним і неміжнародним [1]. Тобто в цьому контексті поняття «конфлікт» має те саме значення, що й «війна». Також СНПК є одним із видів зброї, яка застосовується під час війни. Злочинці таким чином намагаються контролювати, залякувати, принижувати та скорювати місцеве населення на окупованих територіях. Зв'язок між сексуальним насильством та війною можна визначити через профіль самого злочинця. Кривдник може бути пов'язаний з озброєною групою (у т.ч. терористичним угрупованням), і відчуває свою безкарність, вважаючи, що в противника відбувається колапс державних інституцій. Кривдник займається переправою людей за кордон задля комерційної сексуальної експлуатації або примусової праці. Сюди ще можна віднести злочинця, який має зв'язок з порушенням угоди про припинення вогню.

За міжнародним правом, СНПК скоюють озброєні угруповання та окремі особи озброєних угруповань задля досягнення військових цілей, покарання, помсти, наведення жаху, посилення дезорієнтації, зневіри серед населення та зовнішнього контролю за громадою. До випадків притягнення до кримінальної відповідальності за СНПК належать: підбурювання, віддання й виконання наказу, спільне та/або опосередковане вчинення злочину, співучасть тощо [5]. Відповідно до Римського статуту, ці дії кваліфікуються як злочин проти людяності, воєнний злочин і геноцид. Наслідки для потерпілих: фізичні, психологічні, соціальні, економічні, правові [1]. Жертви потребують психологічної допомоги, підтримки, правового захисту, правосуддя.

Фізичні наслідки СНПК: травми фізичного характеру, які можуть призвести й до смерті; хвороби та інфекції, які передаються статевим шляхом; інвалідність, безплідність. На жаль, отримати медичну допомогу постраждалим від СНПК вкрай важко, а то й неможливо на окупованих територіях, що підвищує ризики для здоров'я. Травматичні наслідки сексуального насилля можуть бути пов'язані з хронічними болями, відчуженням від громади (ізоляцією), уникненням соціальних контактів, неможливістю працювати. Таким чином фізичні наслідки тісно пов'язані з психологічними, на яких ми зупинимось детальніше.

До психологічних наслідків належать: панічний страх, відчуття безпорадності та відчаю, гострі стресові розлади, провина та сором, депресія, суїцидальні тенденції, самозвинувачення, емоційний ступор, патологічні стани тривоги, поява різних видів залежностей, аутоагресія, селфхарм, низька самооцінка, замкнутість тощо. Також постраждалі від сексуального насилля можуть втрачати довіру до близьких та боятися й не довіряти незнайомцям. Вони дистанціюються від зовнішнього світу та страждають на самоті.

Соціальні наслідки впливають не тільки на самих постраждалих, але й на суспільство в цілому. Наслідки СНПК для суспільства: руйнується самоцінність громад і соціальний порядок, відбувається стигматизація постраждалих, «діти народжені від згвалтування» стають таврованими суспільством і неприйнятими громадами, так як вони можуть сприйматись як згадка про колективний біль війни. Як бачимо, наслідки від СНПК не тільки травмують самих постраждалих, вони

також впливають на життєдіяльність суспільства та сприяють розвитку колективної травми.

Загальні рекомендації щодо роботи з потерпілими від СНПК полягають у необхідності розуміння й врахування, що тільки клієнти мають вирішувати чи хочуть вони працювати з психологом. Ґрунтовний аналіз коментарів психологинь з Центру допомоги врятованим у Києві засвідчує, що є постраждалі, які не можуть відвідувати консультації більше, ніж один-два рази, так як не готові ще починати роботу, але з часом, коли вони відчують, що вже здатні говорити про свою травму, то вони відновлюють сеанси. Основне на етапі відмови клієнтів від допомоги – не тиснути та не переконувати продовжувати роботу, так як можна ще більше їх травмувати. Якщо психолог погоджується та безумовно приймає вибір клієнтів, то таким чином дає зрозуміти, що контроль над своїм життям мають тільки вони. Психологу потрібно дотримуватися цього принципу, бо одне з основних завдань роботи з жертвами сексуального насилля є відновлення їх контролю над власним життям. Окрім цього, необхідно допомогти їм повернути довіру до себе та світу, впоратися з почуттям провини та відновити самоповагу. Психолог має сприймати потерпілих такими якими вони є, не осуджувати, не оцінювати, не давати порад, приймати їхні незвичні реакції, так як у них будь-яка реакція є нормальною на ненормальні події. При цьому треба ставитися до кожного постраждалого з гідністю та повагою й не сприймати однаково [3]. Різні люди переживають одну й ту ж психотравмівну подію по-різному, наприклад, реакція людини, яка постраждала від зґвалтування, може співпадати або не співпадати з реакцією людини, постраждалої від роздягання на блокпосту. Не варто порівнювати важкість ситуацій, небезпечних для життя та здоров'я, так як для конкретного(ї) клієнта/клієнтки це є болісний досвід. Психолог має зважати на те, що постраждалі проживають свою травму в міру своїх можливостей, тому не слід квапитися під час роботи, натомість потрібно дати клієнтам розуміння, що він готовий їх слухати й працювати стільки, скільки буде потрібно для проходження процесу зцілення від душевної травми.

Висновки. Сексуальне насильство, пов'язане з конфліктом, є формою гендерно зумовленого насильства, що використовується як психологічна зброя у військовий час, і проявляється зґвалтуванням, сексуальним рабством, примусовим роздяганням та іншими злочинними діями. СНПК тягне за собою серйозні наслідки фізичного, психологічного, соціального характеру, а також негативно впливає на суспільство, стигматизуючи потерпілих, руйнуючи соціальний порядок та сприяючи розвитку колективної травми. Робота з постраждалими від СНПК є делікатною та чутливою, що вимагає від надавач(ок)ів послуг, у тому числі й від психолог(инь)ів, вкрай бережного та поважливого ставлення до потерпілих. Важливо не осуджувати, приймати вибір постраждалих та не порівнювати їхні життєві ситуації. Ключовими завданнями в роботі з потерпілими є: відновлення довіри, контролю, самоповаги, подолання почуття провини. На етапі відновлення вони мають особливу потребу в соціальній підтримці та прийнятті.

Список використаних джерел

1. Левченко К. Гендерне тяжіння: виклики та рішення. Харків : Фоліо, 2019. 316 с.
2. Оперативний гендерний аналіз ситуації в Україні. Жовтень, 2023. С. 5-31. – URL: https://careevaluations.org/wp-content/uploads/RGA_Ukraine_2023_UKRAINE_UKR.pdf (дата звернення: 24.03.2024).
3. Паркулаб О.Г. Екстерналізація як інтегративна технологія психологічної допомоги особистості. *Психосоціальні ресурси особистісного та соціального розвитку в епоху глобалізації : матеріали Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Тернопіль, 4-5 листопада 2022 р.). Тернопіль, 2022. С.76-80 <http://psr.wunu.edu.ua/science/>
4. Підтримка людей, які пережили гендерно зумовлене насильство: довідник-порадник із взаємодії. С. 5-31. – URL: https://www.unicef.org/ukraine/media/27931/file/Mobile_booklet_Final.pdf
5. Сексуальне насильство, пов'язане з конфліктом (СНПК) : загальні рекомендації. 2023. 6 с. – URL: https://www.unhcr.org/ua/wp-content/uploads/sites/38/2022/10/crsv_dos_and_donts_ukr.pdf (дата звернення: 24.03.2024).

СЮЖЕТНО-РОЛЬОВА ГРА ЯК ЗАСІБ ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОГО РОЗВИТКУ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Микитин Вікторія,

II курс ОР бакалавр, спеціальність «Психологія»,

Науковий керівник – Опанасюк І.В.,

кандидат психологічних наук,

асистент кафедри психології розвитку

Актуальність дослідження. Спрадавна гра була провідною діяльністю дітей до семи років. Це дієвий засіб особистісного, розумового та поведінкового розвитку дошкільників, їх мовленнєвої та комунікативної культури, естетичного, художнього та соціального виховання. Дошкільний період є коротким, але дуже важливим етапом становлення особистості дитини, її морально-вольових якостей. Гра в педагогічному процесі дошкільного закладу є засобом виховання, формою організації навчальної діяльності (дидактичні ігри), прийомом і методом навчання дітей. Цій темі приділяється велика увага, оскільки гра допомагає дітям задовольнити їхні потреби, розкрити здібності та розвинути соціально-комунікативну компетентність.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати виховний потенціал гри в роботі з дітьми дошкільного віку та емпірично дослідити вплив дидактичних ігор на формування їхніх інтелектуальних умінь.

У сфері психології та педагогіки використовується розгляд структури дошкільного віку через педагогічну періодизацію, яка ґрунтується на хронологічному віці. Ця періодизація включає молодший дошкільний вік (до 4 років), середній (4-5 років) та старший (від 5 років).

З'ясовано, що проблема гри широко висвітлена в світовій науково-методичній літературі та відображена у працях українських науковців [2; 3]. Гра як специфічна діяльність не однорідна, кожний її вид виконує свою функцію в розвитку дитини. Умовно виокремлюють три класи ігор: 1) ігри за ініціативою дитини (творчі); 2) ігри за бажанням дорослого з готовими правилами (дидактичні, рухливі); 3) народні ігри (створені народом).

Організація ігор важлива для розвитку дитини, і ключовим аспектом є створення спеціального предметно-ігрового середовища. Однією з основних вимог є розвивальний характер та відповідність принципам, таким як вільний вибір іграшок, тем та сюжету гри, а також право на вибір місця та часу проведення. Важливо, щоб предметно-ігрове середовище було універсальним, дозволяючи дітям спільно з вихователями готувати та змінювати його відповідно до гри та її розвитку. Системність також важлива, забезпечуючи оптимальне співвідношення елементів гри та інших предметів.

Всі іграшки можна розподілити на три категорії: 1) готові іграшки, такі як автомобілі, літаки, ляльки, різні тварини та інші; 2) напівготові іграшки, серед яких кубики, картинки, конструктори, будівельний матеріал та інші; 3) для створення іграшок, такі як пісок, глина, дріт, шпагат, картон, фанера, дерево та інші. Важливо комбінувати всі три типи іграшок, так як розширюються можливості для творчості.

Розглянемо види ігор. Творчі ігри – це найважливіший вид діяльності дошкільнят. У них діти самі визначають сюжет, правила та ролі, відображаючи навколишнє життя. Сюжетно-рольові ігри – це важлива частина творчого розвитку дітей. У них діти беруть на себе різні ролі та виконують певні дії. Вони можуть бути людьми, тваринами, героями казок або фільмів.

Сюжетно-рольові ігри наповнені яскравими емоціями, залишаючи в дитячій свідомості глибокий слід, який відбивається у її ставленні до людей, їхньої праці та, загалом, до життя. До даного типу ігор також відносяться ті, які включають в себе елементи праці та творчості.

Театралізована діяльність – це вид творчої ігрової діяльності, в якій діти відтворюють в ігровій формі набуті знання, враження та почуття. Театралізовані ігри поділяються на дві основні частини: режисерські та ігри-драматизації. У режисерській грі дитина є режисером і водночас "голосом за кадром". Вона організовує театральну-ігрове поле, в якому ляльки є акторами і виконавцями.

Конструкторські ігри – це творчі ігри, в яких діти створюють різні об'єкти з конструктора. Вони спрямовують увагу дитини на різні види будівництва, сприяють набуттю конструкторських навичок, організації, зближенню дітей та залученню їх до трудової діяльності. У творчих конструкторських іграх виявляється виражений інтерес дітей до властивостей предмета і їх бажання

вивчати, як ним користуватися. Для таких ігор можна використовувати різні конструктори за розміром та видом, або природний матеріал, такий як пісок, глина, шишки і т.д., щоб діти могли творити різноманітні об'єкти за власним бажанням чи за завданням вихователя. Важливо, щоб педагог сприяв переходу від випадкового збирання матеріалів до ретельного конструювання [1].

Творчі ігри – це вид діяльності, в якому діти самі вибирають тему, сюжет, ролі та іграшки. Вони можуть проходити за допомогою дорослого, але головне – щоб діти мали можливість проявити свою ініціативу та фантазію. Ігри з правилами допомагають дітям вправлятися у певних навичках, розвивати фізичні та розумові здібності, виховувати характер і волю.

Дидактичні ігри скеровані на розвиток розумових здібностей малюка. Вони містять розумове завдання, яке необхідно вирішити. Дидактичні ігри також сприяють розвитку органів чуття, уваги, пам'яті та логічного мислення. Однак вони не повинні перетворюватися на навчальні заняття. Гра захоплюватиме дитину лише в тому разі, якщо даватиме радість і задоволення.

Дидактичні ігри мають правила, які допомагають організувати гру та забезпечити однакові умови для всіх учасників. Активні рухливі ігри виявляються ключовим елементом у фізичному розвитку дошкільнят, оскільки сприяють їхньому гармонійному зростанню та розвитку, властивому їх віці.

Ігрові вправи - це ігри, в яких діти виконують конкретні рухові завдання. Такі ігри допомагають удосконалити рухові навички, такі як біг, стрибки, метання й сприяють розвитку спритності, швидкості та сили.

Сюжетні рухливі ігри та ігрові вправи є важливими для розвитку рухових навичок у дітей дошкільного віку. Оптимальним є поєднання цих двох типів ігор, щоб забезпечити всебічний розвиток дитини. За ступенем фізичного навантаження виокремлюють рухи великої, середньої та малої рухливості

Організація ігор важлива для розвитку дитини, і ключовим аспектом є створення спеціального предметно-ігрового середовища. Однією з основних вимог є розвивальний характер та відповідність принципам, таким як вільний вибір іграшок, тем та сюжету гри, а також право на вибір місця та часу проведення.

Всі види дидактичних ігор, в їх функціональній суті, спрямовані на навчання та розвиток дітей через ігровий концепт. Ця властивість гри – самонавчання – визначає особливості взаємодії педагога з ігровими методиками для розвитку дитини. Грамотне використання гри перетворює її в постійного союзника вихователя, адже під час гри діти перевіряють свої здібності, розвивають фантазію, відчувають радість та задоволення, а також формують вміння і навички, які будуть корисні для виконання соціальних та професійних обов'язків у майбутньому.

У дослідженні взяли участь діти середньої групи, 5-ти років чисельністю 30 осіб (19 дівчат і 11 хлопців). Дослідницькою базою є Старомізунський заклад дошкільної освіти (ясла-садок) "Журавлик" Вигодської селищної ради.

Дослідження проводилося в три етапи: на першому етапі проводилась оцінка когнітивного розвитку перед впровадженням педагогічних ігор; другий етап -

реалізація комплексу педагогічних ігор для підтримки інтелектуального зростання п'ятирічних дітей; третій етап - діагностика розумового прогресу після завершення курсу дидактичних ігор.

Дітей середньої групи було випадковим чином (рандомно) поділено на дві групи: 1-ша група (14 дітей) і 2-га група (16 дітей). Проведено діагностику рівня розвитку мовлення в обох групах за вибраними методиками. Слідом за цим було проведено серію занять, побудованих на дидактичних іграх, у експериментальній групі (2-га група, 16 дітей). Контрольна діагностика була проведена для всіх дітей з метою аналізу результатів та визначення динаміки змін після застосування дидактичних ігор. Повторне обстеження показало позитивні зміни в двох дітей з низьким рівнем розумового розвитку експериментальної групи. Середній рівень – зріс як за показниками сформованості пізнавальних процесів загалом, так і в окремих показниках (наприклад, елементи логічного мислення від 25% – 4 дітей до 50% – 8 дітей; увага від 18,75% – 3 дітей до 43,75% – 7 дітей і так далі). Високий рівень – зріс від 0% до 12,5% – 2 дітей; сприйняття від 6,25% – 1 дитина до 62,25% – 10 дітей. У контрольній групі є шестеро дітей, які залишаються на попередньо низькому рівні розумового розвитку. Зазначений експеримент підтверджує, що систематичне використання дидактичних та розвиваючих ігор у дошкільній освіті сприяє підвищенню рівня розумового розвитку.

Висновки. Дошкільне дитинство є періодом, коли дитина пізнає світ людських відносин. Вона моделює їх у сюжетно-рольових іграх, які стають для неї провідною діяльністю. Граючи, вона вчиться спілкуватися з однолітками і переживає формування особистості.

Дослідження свідчить, що за допомогою правильно організованих дидактичних ігор, зокрема інтелектуальних, можна значно підвищити ефективність формування інтелектуальних умінь дітей та робити процеси навчання та виховання більш приємними.

Дане дослідження не є вичерпним, перспективу вбачаємо в підвищенні значущості дидактичних ігор у самостійній діяльності малюків та їх впливу на рівень інтелектуального розвитку.

Список використаних джерел

1. Ващенко Г. Роль ігрової діяльності у навчанні. Загальні методи навчання. Київ, 2017. С. 366–380.
2. Кононко О.Л Психологічні основи особистісного ставлення дошкільника (системний підхід), Київ : Стилос, 2012. 336 с.
3. Савченко О. Я. Дидактика початкової школи. Київ, 2017. 368 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ МЕТОДИ ДОСЛІДЖЕННЯ КРЕАТИВНОГО МИСЛЕННЯ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Тріщ Олександр,
І курс ОР бакалавр,
спеціальність 014 «Середня освіта (за предметними спеціальностями)»,
ОП «Середня освіта (Історія)»
Науковий керівник – Хімчук Л.І,
доктор педагогічних наук, кандидат психологічних наук,
професор кафедри психології розвитку.

Актуальність. Впродовж останніх десятиліть ХХ та першого десятиліття ХХІ століть суспільство зазнало прискорених темпів технологічного розвитку, реформ національної системи освіти та інших викликів сьогодення. Швидкі зміни вимагають від людини гнучкості та здатності адаптуватися до нових умов життєдіяльності.

Першочерговим завданням є розвиток креативності здобувачів освіти, що є важливою складовою їх особистісного зростання та майбутнього успіху в кар'єрі. Крім того, галузь «Креативне розв'язання проблем» визначена в рамках Програми міжнародного оцінювання студентів (PISA), найбільшої у світі системи оцінювання академічних і загальних здібностей студентів (включаючи оцінювання в понад 70 країнах) і зосереджена на вивченні загальних навичок мислення підлітків, їх здатності до розв'язання проблем. Поняття «проблема», автор PISA використовує для розуміння ситуації, коли людина має певну мету, але стикається з перешкодами в процесі досягнення цієї мети. У рамках Програми міжнародного оцінювання студентів (PISA) розглядають поняття «Компетентність у галузі креативного розв'язання проблем» як здатність підлітка використовувати когнітивні процеси для досягнення поставлених цілей, оптимальним способом в умовах, коли є різні шляхи розв'язання певної проблеми й необхідним є прийняття рішень щодо вибору певного способу діяльності тощо. Результати PISA в цій галузі мотивували країни спрямовувати зусилля на більш послідовне формування в учнівської молоді спроможності до розв'язання проблем, що є передумовою для успіху у висококваліфікованих управлінських і технічних професіях [1].

Метою нашого дослідження є актуалізація проблеми формування креативного мислення учнів та студентів, оцінка рівня їх креативності за методикою Е. П. Торренса.

Виклад основного матеріалу. Креативне мислення стало предметом дослідження для багатьох вчених в Україні та за кордоном. Значний внесок у дослідження креативного мислення зробили західноєвропейські та американські психологи Дж. Гілфорд та Е.П. Торренс, Р. Стренберг, Е. Фромм. У вітчизняній психології результати досліджень про природу креативного мислення

відображені в працях О. Брушлинського, Г. Балла, Г. Буша, О. Кульчицької, М. Лещенко, В. Моляко та інших.

Слово «креативність» походить від латинського слова «creatio», що означає творити. У зарубіжній психології існує близько сотні визначень цього поняття. Зазвичай під поняттям «креативність» розуміють здатність до творчості.

У 1960-х роках поняття «креативність» набуло широкого вжитку в психології, майже витіснивши вживане раніше поняття «творчі здібності».

Необхідно розрізняти поняття «творчість» і «креативність». Наприклад, у «Сучасному тлумачному психологічному словнику» В.Б. Шапара поняття «творчість» трактується як «психічний процес створення цінностей, як би продовження і заміна дитячих ігор, результатом чого є створення нової матеріальної чи духовної цінності» [3, 320], поняття «креативність» визначається як «здатність генерувати незвичайні ідеї, відхилятися від традиційних моделей мислення, швидко розв'язувати проблемні ситуації» [3, с.225].

Дж. Гілфорд визначає шість показників креативності: «гнучкість – здатність розглядати різноманітні підходи й концепції; вміння встановлювати й формулювати проблемні завдання; здатність генерувати широкий спектр ідей; оригінальність – здатність реагувати на виклики нестандартними шляхами; здатність до удосконалення об'єкта, додавання деталей; здатність до аналізу й синтезу, та розв'язання проблем» [2].

Учені вирізняють такі види креативного мислення:

- конвергентне мислення – походить від латинського слова «convergere» «сходитися». Цей тип мислення передбачає дотримання точних інструкцій та алгоритму виконання дій для розв'язання задачі;
- дивергентне мислення (divergere) – «розходитися», «відхилятися». Здатність людини адаптуватися до різноманітних ситуацій. Згідно з Дж. Гілфордом, дивергентне мислення є своєрідною основою для креативності;
- латеральне мислення (lateralis) – «бічний». Цей термін був введений у 1960 році відомим мальтійським та британським вченим, психологом, винахідником Едвардом де Боно й передбачає нестандартні підходи та генерацію різноманітних ідей для розв'язання задач.

Для оцінки креативності людини Е.П. Торренс запропонував тест. У практиці світової психологічної науки даний тест вважається найбільш валідним і надійним стандартизованим інструментом, що дозволяє виміряти основні показники креативного мислення та оцінити творчий потенціал особистості. Вчений висунув твердження про те, що поведінка респондента, виявлена в процесі тестування, відрізняється від навчальної поведінки та реальних життєвих ситуацій, тому застосування даних тестів може слугувати моделлю для дослідження природи творчості. Завдяки тестуванню Е.П. Торренс визначив принципи для тестів: наявність невизначеного стимулу; відкритість завдання; неоднозначність відповідей; відсутність жорстких часових обмежень.

Для виявлення креативності учнів та студентів у нашому дослідженні використовувався спрощений варіант тесту Е.П. Торренса, «Закінчи малюнок».

Особливу увагу приділено визначенню невербальної креативності як здатності створювати нові, оригінальні продукти в умовах обмеженої усної комунікації. Врахувалися такі показники, як швидкість, гнучкість та оригінальність.

У дослідженні взяли участь 20 учнів Ліцею №23 імені Романа Гурика та 20 студентів першого курсу груп СОІ-11 та СОІ -21, спеціальності 014 Середня освіта (Історія) ОР «Бакалавр» Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.

Результати порівняння креативності учнів та студентів свідчать про те, що у студентів є більше досвіду та знань, що допомагає їм генерувати складніші та обґрунтовані ідеї. Однак цей досвід, в окремих учнів, може обмежуватися варіативністю ідей. Натомість учні молодшого віку активно фантазують та експериментують без обмежень, оскільки їхнє мислення ще не обтяжене шаблонами й стереотипами.

Загалом креативність учнів та студентів має індивідуальний характер і виявляється по-різному через їхні когнітивні можливості, середовище у якому вони перебувають, мотивацію та набутий досвід.

Висновки. Галузь креативності складна для дослідження і викликає багато суперечок. Однак, більшість вчених єдині в тому, що для максимального розкриття потенціалу креативності здобувачів освіти, потрібно створити сприятливе середовище, що сприятиме вільному вираженню творчих ідей та відкритості до всього нового. Розв'язання цієї проблеми може стати ключовим чинником у розвитку та удосконаленні системи освіти для підтримки креативності здобувачів освіти.

Список використаних джерел

1. PISA-2021: рамковий документ щодо оцінювання креативного мислення (чорновий варіант, третя редакція) / перекл. з англ. К. Шумово; наукове редагування Т. Вакуленко, В. Терещенко; переднє слово та додатки А й Б Т. Вакуленко, В. Терещенко. Київ : Український центр оцінювання якості освіти, 2022. 131 с. URL: https://osvita.ua/doc/files/news/867/86784/PISA-2021_ramkovyj-dokument.pdf (Дата звернення 19.03.2024).
2. Тименко В.П., Малиношевська А.В., Мельник М.Ю., Грицан О.Г.. Методика діагностики практичного інтелекту учнівської молоді. Методичний посібник. Київ: Інститут обдарованої дитини НАПН України. 2017. 156 с.
3. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Х.: Прапор, 2007. 640 с.

ОСОБЛИВОСТІ КОМУНІКАЦІЇ УЧНІВ В УМОВАХ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Бурак Ірина,
І курс ОР бакалавр,
спеціальність 014 «Середня освіта (за предметними спеціальностями)»,
ОП «Середня освіта (Історія)»
Науковий керівник – Хімчук Л.І,
доктор педагогічних наук, кандидат психологічних наук,
професор кафедри психології розвитку.

Актуальність. В умовах сьогодення, здатність до конструктивної взаємодії й комунікативні навички в освітньому просторі розглядаються як цінність цивілізованого суспільства, де кожен індивід має право на самовираження. Для виходу з кризових ситуацій, спричинених глобальною пандемією та війною, необхідно розвивати духовну зрілість молодого покоління, яка виявляється у доброзичливому ставленні, комунікабельності, здатності ефективно спілкуватися з іншими людьми та демонструвати товариську.

Здатність до комунікації не є вродженою, а формується в процесі життєвого шляху та взаємодії людини у соціальному середовищі. Середовищем для формування комунікативних умінь і навичок учнів є освітній заклад.

Вміння учнів ефективно комунікувати в освітньому середовищі допомагає досягти кращих результатів навчання, підвищує особисту цінність учнів на шляху до вибору майбутньої професії.

Метою дослідження є актуалізація проблеми комунікації в умовах освітнього середовища та визначення труднощів учнів у системі взаємодії «учень-учень».

Виклад основного матеріалу. Особливості комунікації вивчалися українськими психологами й педагогами, зокрема І.Д.Бех, С.Д. Максименком, В.А. Семиченко, Л.Е. Орбан-Лембрик, Ю.М. Швалб, В. Сергеева та інші.

Вчені вирізнили три основні моделі розвитку комунікації в учнівському колективі:

1. Конформізм – схильність особистості піддаватися уявному, або реальному тиску групи чи колективу.
2. Гармонія – особистість і колектив чи група перебувають в оптимальних стосунках.
3. Нонконформізм – коли колектив підпадає під вплив особистості.

Кожна з означених моделей впливає на формування особистості учня. Крім цього, комунікація між учнями має різні форми, такі як вербальна (усна), письмова, невербальна (жести, міміка) та електронна (через соціальні мережі та месенджери). Кожна з цих форм має свої особливості та може впливати на якість спілкування та взаєморозуміння між учнями.

Для виявлення труднощів у встановленні комунікації у системі «учень-учень» було проведено спостереження за учнями 5-9 класів Ліцею №23 Імені Романа Гурика. Учням було запропоновано опитувальник, який містив такі запитання :

1. Чи хотілося б тобі допомагати своїм однокласникам, навіть якщо вони не завжди дякують?
2. Чи довіряєш ти своїм однокласникам?
3. Якби тобі запропонували працювати в парі з тим, з ким ти не дружиш, чи погодився б ти?

Результати опитування показали, що школярів відносно встановлення ними комунікації можна віднести до таких категорій:

- 29,73% школярів - категорія «співпрацівників»;
- 21,62% школярів - категорія «індивідуалістів»;
- 13,51% школярів - категорія «конфліктних»;
- 27,03% школярів - категорія «товариських»;
- 8,11% школярів - категорія «егоїстів».

Висновок. У ході дослідження виявлено, що розвиток комунікативних навичок учнів може бути поліпшений за допомогою методу активного слухання. Цей метод включає такі елементи, як зосередження, запам'ятовування та критичний аналіз.

Зосередження проявляється у вивченні співрозмовником, уважному слуханні, підтримці зорового контакту та виявленні зацікавленості через слова, вираз обличчя, інтонацію, міміку та жести.

Розуміння виявляється у співчутті до співрозмовника і зусиллях з кращого розуміння його позиції.

Запам'ятовування передбачає процес накопичення отриманих від співрозмовника даних для подальшого використання.

Критичний аналіз полягає в умінні відрізнити факти від суджень та аналізувати їх об'єктивно.

Список використаних джерел

1. Бех І. Д. Справедливість–несправедливість у міжособистісних взаєминах. Педагогіка і психологія: Вісник АПН України. 2006. № 1. С. 5–14.
2. Ващенко І. В. Конфлікт та його сутнісні характеристики. Психологія: Зб. наук. праць. Київ : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2000. Вип. 3 (10). С. 47–54.
3. Гарькавець С. О., Волченко Л. П. Конфлікти в освітньому середовищі: діагностика та практика вирішення: навчально-методичний посібник. Харків : Друкарня Мадрид, 2020. 92 с.
4. Кривонос О. Педагогічна діагностика: історичні витоки, генезис, сучасні підходи в контексті концепції «Нова українська школа»: монографія. Суми : Видавництво Сум ДПУ імені А.С.Макаренка, 2019. С. 131–68.
5. Ніколаєнко С. І. Конфлікти у педагогічній взаємодії та способи їх розв'язання. Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний

ВПЛИВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ПСИХОЛОГІЧНИЙ РОЗВИТОК ПІДЛІТКІВ

Матковська Ольга,

І курс ОР бакалавр,

спеціальність 014 «Середня освіта (за предметними спеціальностями)»,

ОП «Середня освіта (Історія)»

Науковий керівник – Хімчук Л.І,

доктор педагогічних наук, кандидат психологічних наук,

професор кафедри психології розвитку.

Актуальність. На сьогодні важко уявити підлітків, які не користуються соціальними мережами. І хоча такі Інтернет-платформи допомагають розширити коло інтересів та підвищують зацікавленість до різних тем, все більше часу увага приділяється суто гортанню стрічки в Instagram чи перегляду відео в TikTok, що не може не призводити до негативних наслідків, в тому числі на психологічний розвиток особи.

Вчені всіх країн з розвинутою цивілізацією та технологіями виявляють занепокоєння стосовно поширення «хвороби 21 століття» – номофобії, тобто нав'язливого страху залишитися без свого мобільного телефону. Це жахливий факт, але результати соціального опитування показали, що близько 66% людей тримають телефон завжди при собі, в тому числі в туалеті, ванній, за кермом і відчувають дискомфорт та навіть паніку, коли не можуть користуватися пристроєм [4].

Оскільки соціальні мережі для багатьох мають переважну роль порівняно із живим спілкуванням зокрема в родині чи школі і є невіддільною частиною життя сучасної людини, **метою даної роботи** є охарактеризувати загальні аспекти в дослідженнях українських та закордонних учених щодо проблеми впливу соціальних мереж на психологічний розвиток підлітків.

Ключові слова: соціальні мережі, підлітки, психологічний розвиток, соціалізація, спілкування, залежність.

Виклад основного матеріалу. Вивченням цього питання займалися як закордонні, так і вітчизняні вчені, серед яких: О. Акімова, Р. Гнатюк, В. Нагнибіжа, А. Голдберг, Д. Грінфілд, Ю. Данько та інші, які проводили дослідження щодо мотивації користувачів Інтернету та соціальних мереж. Вони аналізували вплив цих технологій на розвиток та соціалізацію особистості, на саму особистість користувачів, виявляли симптоми та причини Інтернет-залежності, а також розробляли профілактичні заходи з її попередження.

Важливим моментом є визначення терміну «підлітковий вік», що позначає бурхливий період, який позначений швидкими біологічними та психосоціальними змінами, протягом цього періоду люди більш сприйнятливі до різноманітних проблем зокрема при визначенні власної ідентичності й цінності в суспільстві та уникнення таких симптомів як депресія та агресивна поведінка. Однак залишається незрозумілим, чи інтернет-залежність викликає симптоми депресії, чи агресивну поведінку, чи навпаки, не кажучи вже про фактори, які посилюють або пом'якшують ці зв'язки.

Згідно з твердженнями Т. Веретенко та К. Ярмоленко, сучасні підлітки часто виявляють симптоми інтернет-залежності. Це проявляється у надмірному бажанні відвідувати інтернет, перевіряти соціальні мережі, в тому числі в незручний час, а також у неспроможності керувати часом, проведеним в мережі. Інші ознаки включають розумове і фізичне виснаження від спілкування в мережі, порушення сну та уваги, а також проблеми у реальному спілкуванні з людьми, такі як дратівливість та депресивні думки [1, с. 147].

Позитивною характеристикою соціальних мереж є їхні можливості для формування груп за інтересами, що дозволяє кожній особі знаходити спільноту, яка відповідає її уподобанням. Однак для забезпечення безпеки молоді в онлайн-середовищі необхідно впроваджувати заходи, спрямовані на підвищення свідомості молоді щодо потенційних ризиків віртуального простору. Ці заходи мають сприяти розвитку критичного мислення та створенню платформ для взаємодії між спеціалістами, які займаються забезпеченням безпечної активності молоді в Інтернеті [2]. Соціальні мережі також слугують як платформа для навчання. Зокрема всі ми є свідками початку розвитку дистанційної форми навчання.

Враховуючи ці умови можемо спостерігати тенденцію як вчителі та викладачі ділитись своїми знаннями у коротеньких відео на своїх сторінках в мережах.

Втім, не все так чудово, як може здаватися. Важливим моментом є те, що інформація, яка міститься в соціальних мережах, має майже необмежений характер і вона своєю чергою виступає засобом різних маніпуляцій людьми. Користуючись соціальними мережами, підлітки часто виявляють солідарність із думкою інших навіть маловідомих осіб та переймають від них ставлення до різних подій і явищ, що не завжди має позитивні моменти. Наприклад зараз дуже багато фіксують випадків, коли молодики посеред вулиці нападають і жорстоко б'ють перехожих та одночасно знімають відео, яке потім викладають у всесвітню мережу.

Спостерігаючи такі відео на постійній основі, в глядачів, а тим більше підлітків, які мають досить не стійку психіку може проявлятися агресивна поведінка. Крім того, соціальні мережі виступають як платформи для інформаційної війни, що наразі є актуальним питанням для нашої країни, враховуючи ситуацію, яка склалася на даний час. Задля введення осіб в оману

використовуються різні дипфейки, що можуть призводити до тривожного стану, залежно від контексту, який хотіли донести [3, с.181].

Варто зазначити те, що соціальні мережі впливають на самооцінку та впевненість людей. Як правило, в Інтернеті показують ідеальну картинку, яка не має нічого спільного з реальним життям та дійсністю. Тим самим підлітки намагаються досягти цієї ідеальності, що не завжди виходить, що має своїм наслідком розпач і навіть депресивний стан. Як це дивно не звучало б, але, на перший погляд, безневинні вподобайки та репости також можуть впливати на свідомість. В тому числі молодь звикла отримувати максимальну кількість уваги до себе і таким чином одержувати багато реакцій на свої фото. Отже, у випадку недостатньої кількості тих самих вподобайок підлітки втрачають впевненість в собі.

Деякі молоді люди, особливо підлітки, прагнуть привернути увагу та отримати більше друзів у соціальних мережах, навіть шляхом приєднання в число друзів незнайомих. Такий підхід може бути небезпечним для їх особистої безпеки, оскільки вони часто розкривають занадто багато особистої інформації. Деякі неповнолітні створюють кілька профілів з різними іменами на одній платформі, що може негативно впливати на їх самоідентифікацію [2]. Зокрема, зважаючи на дослідження, проведені в Індії серед молодших лікарів, було виявлено значний зв'язок між залежністю від соціальних мереж та депресивними симптомами, відчуттям стресу та швидким психічним виснаженням. Взаємозв'язок між ними може бути пов'язаний з тим, що люди, які багато часу проводять в соціальних мережах, часто нехтують іншими, більш конструктивними аспектами свого життя, потенційно сприяючи депресії. Оскільки вони часто демонструють меншу соціальну взаємодію віч-на-віч, знижений рівень фізичної активності та погані звички спати, це все сприяє розвитку симптомів депресії [4]. З іншого боку, ті, хто відчуває симптоми депресії, також можуть бути більш схильні до того, щоб стати залежними від Інтернету. Очевидно, що зв'язок між Інтернет-залежністю та симптомами депресії є взаємозалежними за своєю природою, причому обидва стани впливають і сприяють посиленню одне одного.

Ще одне цікаве дослідження було проведено серед студентів першого курсу одного з університетів Туреччини, результатами якого було виявлено взаємозв'язок між залежністю від соціальних мереж, депресивним розладом і симптомами гіперактивності/розладу дефіциту уваги. Було показано, що загальні проблеми зі здоров'ям, депресія та емоційні та поведінкові розлади, такі як самотність, соціальна ізоляція та агресія, зростають зі збільшенням тривалості використання мереж. Визначено, що така залежність часто зустрічається у людей з низькою соціальною підтримкою, які сприймають соціальні мережі як середовище, в якому вони можуть встановлювати соціальні стосунки [5, с. 1434]. Проте той факт, що віртуальна соціальна підтримка через Інтернет не трансформується в постійні стосунки в реальному житті, призводить до соціальних проблем; тоді як незадоволеність і нещастя в соціальних відносинах спрямовуються у віртуальний світ, створюючи порочне коло.

Висновок. Соціальні мережі можуть бути важливим елементом сучасного способу життя, але їхнє використання повинно бути обмеженим та збалансованим. Враховуючи, що психіка підлітків може досить легко піддаватися змінам з боку як позитивних, так і негативних факторів, потрібно належним чином контролювати контент і більше приділяти увагу традиційному способу спілкування, що краще впливає як на психічне, так і на фізичне здоров'я молоді.

Список використаних джерел

1. Веретенко Т., Ярмоленко К. Соціально-педагогічна профілактика інтернет-залежності старшокласників. *Науковий збірник «Актуальні питання гуманітарних наук: міжвузівський збірник наукових праць молодих вчених Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка»*. 2018. Т. 1. №19. С. 145-149
2. Гнатюк Р. Соціальні мережі: співвідношення позитиву і негативу? *Дзеркало тижня*. Mirror Weekly. URL: <https://zn.ua/ukr/family/socialni-merezhi-spivvidnoshennya-rozitivu-i-negativu.html> (дата звернення: 13.03.2024)
3. Данько Ю. Соціальні мережі як форма сучасної комунікації: плюси та мінуси. *Сучасне суспільство: політичні науки, соціологічні науки, культурологічні науки*. 2012. № 2. С. 181. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/cuc_2012_2_25 (дата звернення: 13.03.2024)
4. Miller C. Does the social media cause depression? Child Mind Institute. 2017. URL: <https://childmind.org/article/is-social-media-use-causing-depression/> (дата звернення: 13.03.2024)
5. Nesi J., Prinstein M.J. Using social media for social comparison and feedback-seeking: Gender and popularity moderate associations with depressive symptoms. *Journal of abnormal child psychology*. 2015. 43(8). P. 1427-1438.

РОЛЬ ПСИХОЛОГІЇ В УМОВАХ ВИКЛИКІВ СЬОГОДЕННЯ

Трінчук Вікторія,
І курс ОР бакалавр,
спеціальність 014 «Середня освіта (за предметними спеціальностями)»,
ОП «Середня освіта (Історія)»
Науковий керівник – Хімчук Л.І,
доктор педагогічних наук, кандидат психологічних наук,
професор кафедри психології розвитку.

Актуальність. У сучасному світі людство стикається з численними викликами, що нерідко несуть за собою негативні наслідки та різноманітні негаразди. Вони впливають на всі сфери життя і вимагають адаптації та пошуку ефективних стратегій подолання. В умовах стрімких змін соціального, технологічного, економічного, навколишнього середовища, непередбачуваності

подій і явищ, складності міжнародної ситуації роль психології набуває особливого значення. Адже саме ця наука є ключем до вирішення різноманітних викликів, що постають перед людьми та здійснюють вплив на їхню психіку.

За останні роки у світі відбулося багато змін, що відповідно породило нові виклики, з якими ми сьогодні стикаємося. Серед них найбільшим потрясінням, на мою думку, стало повномасштабне вторгнення росії на територію України, тому у своєму дослідженні я вирішила зробити акцент саме на ролі психології в умовах війни, яку зараз переживають українці. Актуальність теми не викликає сумнівів, адже вона прямо пов'язана із сьогоденням та стосується психологічного стану як військових, так і цивільного населення. Тож **мета даної роботи** полягає в дослідженні ролі психології перед сучасними викликами, а саме в умовах повномасштабної війни росії проти України.

Ключові слова: роль психології, виклики сьогодення, сучасні виклики, війна, психологічний вплив.

Нові виклики в умовах воєнного часу позначаються збільшеною вимірністю психологічної діяльності, яка ще до недавно була значно вужчою та більш визначеною. Так, натепер, абсолютно актуальними постали питання розробки та впровадження сучасних інноваційних форм проведення психокорекційної роботи з тимчасово переміщеними особами, учасниками бойових дій та їх родинами, нових підходів щодо реабілітації громадян в умовах воєнного та післявоєнного часу, набуття необхідних компетентностей фахівцями-психологами у формі дистанційних та онлайн семестрів тощо [1].

Одним із найістотніших психологічних викликів, що постали перед українцями, є необхідність перебудови образу сприйняття російсько-української війни, що склався в попередні роки. Народною війною проти окупантів на момент останнього опитування її вважали 40,5% українців. А частка тих, хто сприймав її як нікому не потрібну війну, розв'язану українською (порошенківською) владою, у різні роки коливається від 30% до майже 46%. Тобто громадська думка стосовно збройного протистояння на Донбасі була поляризованою, що істотно підривало єдність фронту і тилу. Тому закономірно, що, коли вторгнення таки відбулося, це докорінно змінило в суспільній свідомості сприйняття російсько-української війни, тож на цей психологічний виклик наше суспільство, на щастя, вже належно відповіло [4, с. 2].

Ще одним викликом є прояви та наслідки колективної психотравматизації. Травмівний вплив повномасштабного російського вторгнення може виявитися зіставним із трагедіями Голодомору і Другої світової війни. Йдеться не тільки про людей, які перебували під окупацією, пережили знущання, тортури, поранення, звалтування, смерть близьких, тим паче на їхніх очах. Високою є ймовірність генералізації травми війни на все українське суспільство [4, с. 4].

Активне і високопрофесійне надання психологічної допомоги всім відповідним категоріям українського населення, котрі безпосередньо зараз критично потерпають від гостро стресогенних обставин їхнього життя, є вкрай нагальним, природним і очевидним. В той же час, активна психосоціальна робота

фахових сучасних українських психологів, спрямована на перспективу українського суспільного буття, нині не потрапляє у фокус відповідного аналізу. А вона теж є вкрай важливою, оскільки особливості післявоєнних суспільно-політичних процесів в Україні формуються вже тепер і без належного психологічного супроводу вони мають значні шанси набути деструктивного характеру [2, с. 85].

Високою є ймовірність формування в біженців психологічного синдрому неповернення. За даними Управління Верховного комісара ООН у справах біженців станом на 26 квітня 2022 р. кількість біженців, які виїхали з України від початку російського вторгнення, перевищила 5,3 мільйона осіб. За даними соціологічного опитування Українського центру економічних та політичних досліджень ім. О. Разумкова (2022) понад 80%, а то й 90% біженців висловлюють палке бажання повернутися додому. Проте попереду їх чекає чимало психологічних пасток біженства, до яких належать не лише кращі, ніж удома, побутові умови, престижні заклади освіти для дітей, а й такі суб'єктивні чинники, як поступова адаптація до життя на чужині, вплив української діаспори, приклад трудових мігрантів, який нібито доводить, що українським патріотом чи не корисніше бути за кордоном [4, с. 4]. Варто врахувати також те, що українці можуть виявитися затребуваними на тамтешніх ринках праці як кваліфікована робоча сила.

Серед викликів ментальному здоров'ю особистості можна виділити поєднання травмивного впливу війни з досвідом переживання пандемії COVID-19 та спричинених нею карантинних заходів. Затяжний перебіг пандемії призвів до накопичення стресу та психоемоційного виснаження у значної частини суспільства. Повноцінного відновлення громадян після коронакризи так і не відбулося, а її відкладені негативні наслідки у вигляді поширення упереджень, деструктивних емоційних станів нині накладаються на травмивний досвід війни та ще більше ускладнюють завдання збереження ментального здоров'я [4, с. 5].

Фахівці різних служб та інституцій фіксують своєрідну динаміку емоційного реагування людини на війну: після шоку, ступору та цілковитої розгубленості її перших днів зазвичай настає період граничного емоційного піднесення, солідарності та палкої надії на швидку перемогу, який відтак неминуче змінюється депресивною фазою з домінуванням таких станів, як апатія, песимізм, безнадія. Окрім того, постійним емоційним фоном війни для багатьох є важке почуття провини, страх. Для людей, що зазнали втрат або травмування, особливу небезпеку становлять гострі стресові реакції, патологічний перебіг горювання.

Переважає більшість громадян України виявилася психологічно не готовою до війни як такої, а ще більше — до того рівня жорстокості та варварства, який демонструє ворожа армія. Звичне сприймання світу як загалом надійного та гармонізованого життєвого простору для багатьох перетворилося на повністю зруйноване або, принаймні, зазнало кардинального перегляду. Руйнування чи трансформація картини світу супроводжується болісними переживаннями, зміною

ціннісних пріоритетів, а подекуди й довірливим або підозрілим ставленням до оточення, знеціненням власного життя, емоційною нестабільністю тощо [4, с. 5-6].

Небезпекою для психологічного благополуччя особистості є також неконтрольоване споживання медіаконтенту, в тому числі створеного ворожою армією в цілях ведення інформаційної війни.

За дослідженнями науковців, які посилаються на досвід АТО/ООС, ризик отримати посттравматичні нервово-психічні розлади мав приблизно кожен п'ятий учасник бойових дій, а серед поранених та інвалідизованих – кожен третій. Безсумнівно, повномасштабна російсько-українська війна багатократно збільшує цю сумну статистику. Не менш деструктивних наслідків воєнної психотравматизації зазнає й мирне населення — як ті, хто вирішили залишатися вдома, так і ті, хто змушені були мігрувати й тепер стежать за подіями дистанційно [4, с. 6].

У 75–80 % людей, які пережили травматичні ситуації, де була пряма загроза їх цілісності та життю, згодом не розвиваються посттравматичні розлади, а спостерігається адаптивне пристосування і подолання наслідків травматичних ситуацій [3, с. 80].

Для більшості людей наслідки військових травм мають легкий або помірний характер, і часто є багато можливостей для покращення, якщо цю роль беруть на себе ті, хто вижив. Допмагаючи постраждалим поглянути на речі в перспективі та усвідомлюючи, що їм важко думати поза поточним моментом, можна допомогти їм рухатися далі. Психологічні наслідки травми війни широко поширені та багато в чому виявляються на індивідуальному рівні та впливають на спільноти загалом. Неусунені наслідки для постраждалих можуть призвести до інвалідності і вийти за рамки того, з чим можуть впоратися існуючі місцеві служби. Також не слід недооцінювати людську стійкість та здатність відновлюватися після травмуючих подій. Крім спеціалізованої терапії, яка може знадобитися у конкретних випадках, є багато речей, які можна зробити на особистому та громадському рівні, щоб допомогти відновити впевненість та почуття контролю [5, с. 81].

В умовах сьогодення психологи мають формувати психологічну готовність українського суспільства до різних сценаріїв подальшого перебігу війни, до значних зусиль і труднощів, пов'язаних із повоєнним відновленням України.

Соціально-психологічна допомога покликана, перш за все, знизити ризик виникнення посттравматичних розладів, а також сприяти розвитку стресостійкості, яка надалі допоможе адаптивно долати стресогенні події. Люди, які пережили травму, потребують інформації про те, що з ними сталося, що з ними відбувається і як травма впливає на них. Без цього розуміння ті, хто пережив стрес і залишився живим, не усвідомлюють, що з ними відбувається, часто відчують, що з ними щось не так [3, с. 78].

Разом із цим, ураховуючи затяжний характер російської агресії проти України, невизначеність термінів воєнного часу частка тих, хто буде потребувати

психологічної, психотерапевтичної та реабілітаційної допомоги постійно зростатиме. А тому, буде збільшуватися й потреба у фахівцях, які цю допомогу можуть надати [1, с. 80-81].

Таким чином, доходимо висновків, що психологія справді має величезне значення та відіграє неабияку роль в умовах теперішньої російсько-української війни. Психологічної допомоги потребує як усе українське суспільство загалом внаслідок різкої зміни поглядів після повномасштабного вторгнення, затребуваності єдності та згуртованості, так і кожна особистість зокрема, що відчула на собі травматичні впливи війни.

Список використаних джерел

1. Гарьковець С. О. До проблеми нових викликів у фахівців-психологів в умовах воєнного стану. *Психологія особистості фахівця в умовах воєнного часу та поствоєнної реабілітації*: матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції (27 жовтня 2023 року) / уклад. В. С. Бліхар. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2023. С. 80-82.
2. Гнатко М. М. Українська психологія в умовах національно-визвольної війни України проти ерефії. *Психологія особистості фахівця в умовах воєнного часу та поствоєнної реабілітації*: матеріали VIII Всеукраїнської науково-практичної конференції (27 жовтня 2023 року) / уклад. В. С. Бліхар. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2023. С. 83-87.
3. Семенко О. М. Актуальність соціально-психологічної профілактики ПТСР у людей, які зазнали травми війни. *Роль психології в часі відстоювання незалежності країни*: зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції молодих вчених, Київ, 14 жовтня 2022 р. Київ : НУБіП України, 2022. С. 78-80.
4. Слюсаревський, М. М. Соціально-психологічний стан українського суспільства в умовах повномасштабного російського вторгнення: нагальні виклики і відповіді: Наукова доповідь на засіданні Президії НАПН України 21 квітня 2022 р. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 4(1). Київ, 2022. 11 с.
5. Собчук А. В. Психологічна допомога особистості, яка зазнала травми війни. *Роль психології в часі відстоювання незалежності країни*: зб. матеріалів Всеукраїнської науково-практичної онлайн-конференції молодих вчених, Київ, 14 жовтня 2022 р. Київ: НУБіП України, 2022. С. 80-82.

ДЕТЕРМІНАНТИ КОНФОРМНОЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

Шепетько Анастасія,

I курс ОР бакалавр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»

Науковий керівник – Дзюбинська М. Я.,

кандидат психологічних наук,

асистент кафедри психології розвитку

Актуальність. У сучасному суспільстві підлітковий вік визначається як період інтенсивних змін в житті дитини. Один із ключових аспектів цього етапу - формування власної ідентичності та самоусвідомлення. У контексті цих процесів особливо важливе дослідження конформної поведінки, яка є одним зі способів взаємодії підлітків з оточенням.

Конформна поведінка визначається як підкорення особистості груповим нормам та очікуванням. Цей процес може мати як позитивні, так і негативні наслідки для розвитку особистості.

У контексті масової інформації, швидких змін у суспільстві та поширення соціальних мереж, дослідження детермінант конформної поведінки у підлітковому віці дозволить зрозуміти, як впливають фактори навколишнього середовища на формування поведінкових стратегій у молоді.

Метою цієї роботи є вивчення та узагальнення детермінант конформної поведінки в підлітковому віці спираючись на дослідження українських і зарубіжних учених.

Підлітковий період триває від 11 до 15 років. Його ще називають “складним, перехідним” віком, оскільки саме тут у дитини відбувається різка зміна інтересів, поглядів та, нерідко, оточення. На цьому етапі дитина переглядає попередні цінності, ставить їх під сумнів, шукає нові зразки для наслідування, активно формує власну позицію. Це зумовлює прагнення підлітка знайти своє місце серед однолітків, стати частиною самотужки обраної групи, до думки якої він активно прислухається. Дружба засновується не на випадкових інтересах, як у молодших школярів, а на спільних уподобаннях. Для того, аби заслужити повагу й авторитет, підліткові необхідно відповідати очікуванням однолітків. Бажання увійти в бажану групу однолітків у підлітка настільки велике, що задля їхнього визнання він готовий поступитися власними переконаннями. Це прагнення штовхає так званих «важких» підлітків до девіантної поведінки [1].

Існують дані, що підтверджують роль однолітків у готовності дітей до ризикованої поведінки, зокрема вживання алкоголю. У підлітків немає великого досвіду у вживанні спиртних напоїв, тож їхні фізіологічні реакції, на кшталт бадьорості чи розслаблення після вживання, не можуть бути достатньою мотивацією для того, аби почати пити. Однак не всі однолітки чинять однаковий вплив на підлітка. Дослідження доводять, що підлітки більш схильні

підлаштовуватися до популярних ровесників. Таким чином вони планують підвищити свій статус у групі. Разом із цим підлітки уникають осіб із низькою репутацією, ймовірно, через те, що перебування в компанії з ними призведе до падіння їхнього статусу – скажи мені хто твій друг, а я скажу хто ти [6].

В одному з досліджень підлітки спілкувались одне з одним у чаті, де з ними проводили опитування щодо їх позиції вживання алкоголю. У спільному чаті підлітки демонстрували більш проалкогольну поведінку, ніж за повторного “офлайн” опитування, що свідчить про бажання справити гарне враження на інших. Також це свідчить про те, що підлітки не перейняли норми однолітків, а ситуативно пристосувались [4].

Вплив ровесників на підлітка не може бути лише негативним. Перехресні дослідження показують, що ті підлітки, близькі друзі яких демонструють просоціальну поведінку, із меншою ймовірністю вдаватимуться до ризикованої поведінки, зокрема вживання алкоголю [5]. В іншому дослідженні з'ясувалося, що підлітки, які були агресивними в один момент, стали менш агресивними в інший, коли мали неагресивних друзів [4]. Можна висунути припущення, що подібні реакції притаманні не лише щодо алкоголю, але й інших видів девіантної поведінки.

Згідно теорії антисоціальної поведінки, діти зростають у контекстах (сім'я, притулок), що по різному впливають на їхній розвиток. Вони переймають моделі поведінки людей, з якими спілкуються найчастіше. Просоціальна поведінка виникає, коли важливий дорослий її дотримується [7].

У дослідженні, що проводили в групових будинках в штаті Онтаріо (США), з'ясувалося, що більший вплив однолітків проявлявся в групових будинках невеликого розміру, позитивний зокрема. Малі групові будинки запобігли близько третині злочинів, які молодь могла скоїти, якби жила у великих групових будинках. Це пов'язано з тим, що чим менше людей проживає в груповому будинку, тим більше уваги персонал здатний приділяти кожному. Крім цього результати показали що чим більше просоціальних людей в оточенні підлітка, тим ймовірніше, що він перейме їхні цінності [3].

Це справедливо і для традиційної сім'ї. У благополучних сім'ях, де батьки не мають можливості приділяти достатньо уваги дитині, вона не формує з ними достатньо близького зв'язку. У результаті об'єкт наслідування вона шукатиме поза домом. Крім цього, існують докази того, що ризикована поведінка друзів може бути причинно-наслідковою; тобто приналежність до ризикованих однолітків пов'язана зі збільшенням ризикованої поведінки самих підлітків впродовж часу. Ймовірно, що це є результатом поєднання двох ефектів: ефекту відбору (гомофілії) та теорії ефекту соціалізації. Перший полягає в тому, що підлітки вибирають друзів, які мають схожі моделі поведінки, а соціалізація – у неявному чи явному впливі одне на одного [4]. Це пояснює те, чому підлітки із неблагополучних сімей часто опиняються в «поганих» компаніях – із дитинства засвоюючи антисоціальні шаблони, вони згодом починаються обирати друзів, що поводять себе подібним чином.

З огляду на проаналізовані дослідження можна зробити такі **висновки**:

1. Підлітковий конформізм пов'язаний з потребою знайти своє місце у світі й бути прийнятим.

2. Конформна поведінка необхідна для формування моральної свідомості підлітка.

3. Характер конформної поведінки залежить від оточення підлітка – просоціальні однолітки сприяють формуванню просоціальної поведінки їхніх друзів.

4. Підлітки пристосовуються лише до тих однолітків, яких вважають статусними, ровесників із низької репутацією схильні уникати.

5. Значущі дорослі впливають на подальший вибір підлітка – чим більш просоціальні значущі дорослі, тим більша ймовірність, що він також буде таким.

Список використаних джерел

1. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія: навч. посіб. Київ : Академвидав, 2005.202с.
2. Brown, V. Bradford Clasen, Donna R. Eicher, Sue A. Сприйняття тиску з боку однолітків, схильність однолітків до конформності та поведінка підлітків. URL: <https://psycnet.apa.org/record/1986-29673-001>
3. Gershon K. Osei. Молодь, просоціальність і добробут дітей: дослідження позитивного впливу однолітків і просоціальної поведінки молоді в груповому домашньому догляді. URL:<https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/25161032211053340#table3-2516102211053340>
4. Hanneke A. Teunissen, Renske Spijkerman, Mitchell J. Prinstein, Geoffrey L. Cohen, Rutger C. M. E. Engels, and Ron H. J. Scholte. Відповідність підлітків проалкогольним і антиалкогольним нормам їхніх однолітків: сила популярності URL: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3666104/>
5. Kimberly A. Maxwell. Друзі: роль впливу однолітків у ризикованій поведінці підлітків. *Журнал молоді та юності . Історія*. No 4, серпень 2002 р. URL: <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=e2149d82ecafc9cdebbab72c6d3b308f8bcf4413>
6. Rob Gommans, Marlene J. Sandstrom. Популярність, симпатія та відповідність одноліткам: чотири польові експерименти. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0022103116307715>
7. R. F Catalano, J. D Hawkins. Модель соціального розвитку: теорія антисоціальної поведінки. URL: <https://www.ojp.gov/ncjrs/virtual-library/abstracts/social-development-model-theory-antisocial-behavior>

ЕКСПЛОРАЦІЯ КОНЦЕПЦІЇ ЗДОРОВОЇ ОСОБИСТОСТІ ЧЕРЕЗ ПРИЗМУ МЕТОДОЛОГІЇ М.В. САВЧИНА

Ткачишин Назар,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»

Науковий керівник – Климишин О. І.,

доктор психологічних наук,

професор кафедри психології розвитку.

Актуальність. У сучасному світі здоров'я розглядається як багатогранний феномен глобального значення, що виходить за рамки медичної проблеми. Воно включає самоусвідомлення потенціалу власного здоров'я, гармонію та самореалізацію. Сучасне життя, з його швидким темпом, культом споживання та соціальними перетвореннями, породжує неврози, психози та впливає на всі аспекти особистості. Таким чином, цілісний підхід до здоров'я стає актуальним завданням як для окремих людей, так і для суспільства.

Метою дослідження є представити основні елементи методології М.В. Савчина, зроблені на основі його досліджень. Наголошуючи на цілісній перспективі особистості, охоплюючи фізичний, психічний, соціальний, моральний і духовний виміри здоров'я.

Виклад основного матеріалу. Концепція здорової особистості займає центральне місце в психологічних дослідженнях і практиці. Здорова особистість характеризується інтеграцією різних вимірів благополуччя, включаючи фізичний, психічний, соціальний, моральний і духовний аспекти. Видатний психолог-науковець М.В. Савчин розробив комплексну методологію для розуміння та оцінки компонентів здорової особистості. Його підхід пропонує цілісну структуру, яка інтегрує різні виміри благополуччя, забезпечуючи цінне розуміння складності людської психології.

До загальних критеріїв оцінки здоров'я людини належать пристосованість до навколишнього середовища, активна взаємодія з ним, проактивна позиція, а також прогресивне функціонування та розвиток. М.В. Савчин розглядає кожен аспект здоров'я за конкретними критеріями:

- Духовне здоров'я: відображає прояв духовності людини у стосунках з Богом, собою, світом та іншими.

- Моральне здоров'я: передбачає усвідомлення своєї духовної сутності як найвищого закону людського буття, що виходить за межі гонитви за егоїстичними задоволеннями та нездоровими суспільними ідеалами та нормами.

- Соціальне здоров'я: означає високоефективну організацію свого соціального життя, соціалізацію, володіння соціальною компетентністю, активність і конструктивність у соціальних відносинах, творення соціального блага.

· Психічне здоров'я: передбачає цілісність, інтегрованість, гармонійність і консолідацію психіки. Включає саморегуляцію внутрішніх станів, цілісну та несуперечливу Я-концепцію, гармонію в мотиваційній, емоційній та чуттєвій сферах, оволодіння інтелектуальним потенціалом, самовизначення, розвинену особистість, відсутність шкідливих психічних станів, процесів та властивостей.

· Психологічне здоров'я: передбачає розвинену саморегуляцію поведінки та діяльності, різноманітну, адекватну та здорову активність, повноцінне особисте життя, здоровий контакт зі світом, здорові стосунки з іншими людьми, постійний саморозвиток, творчість, оволодіння власним життєвим досвідом, здатність надавати психологічну допомогу.

· Фізичне здоров'я: передбачає наявність здорового тіла, нормальне функціонування систем організму, адекватну фізичну самооцінку, високу мотивацію до збереження та покращення фізичного здоров'я [2, с. 210].

Мирослав Васильович Савчин зазначає, що здоров'я виникає в результаті стійкої взаємодії адаптаційних, компенсаторних та проактивних механізмів і факторів. У моменти стресу (біфуркації) атрактори здоров'я функціонують як альтернативні шляхи функціонування та розвитку людини - коридор нормальної адаптації та проактивності, що сприяє збереженню рівноваги [2, с. 211–212].

Висновки. Внесок Мирослава Васильовича Савчина у розуміння здорової особистості відзначається глибиною та інтегративністю. Його дослідження фундаментальних цілей здоров'я, враховуючи сучасні виклики цивілізації, розкриває широку перспективу. Розмежування суб'єктивних концепцій різних аспектів здоров'я в поєднанні з емпіричною ідентифікацією проявів забезпечує комплексний погляд. Його вчення про роль знань, ставлення та оцінки у формуванні стратегій збереження здоров'я відповідає холістичному підходу, який враховує моральні та духовні чинники.

Список використаних джерел

1. Савчин М. В. Духовна парадигма психології : монографія. Київ : Академія, 2013. 252 с.
2. Савчин М. В. Здоров'я людини: духовний особистісний і тілесний виміри : монографія. Дрогобич : ПП «Посвіт», 2019. 232 с.
3. Савчин М. В. Дослідження особистості в контексті духовної парадигми психології. *Психологія особистості*. 2011. № 1 (2). С. 191-199.
4. Савчин М.В. Здатності особистості : монографія. Київ : Академвидав, 2016. 288 с.

ПЕРСПЕКТИВНІСТЬ ЗАСТОСУВАННЯ П'ЯТИВИМІРНОЇ МОДЕЛІ ДУХОВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ Ч. СЕКЕЛІ ДЛЯ ПІДТРИМКИ ДУХОВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ШКОЛЯРІВ З ОБМЕЖЕНИМИ ФІЗИЧНИМИ МОЖЛИВОСТЯМИ

Ярошко Іван,
1 курс ОР магістр,
спеціальність «Психологія»,
ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»
Науковий керівник — Климишин О. І.,
доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри психології розвитку

Актуальність теми. Духовне благополуччя школярів з обмеженими фізичними можливостями є вирішальним аспектом їхнього загального розвитку та якості життя. Духовність відіграє важливу роль у формуванні життєстійкості, самоприйняття та цілеспрямованості, особливо для осіб, які стикаються з унікальними викликами, пов'язаними з фізичними вадами. Однак традиційні підходи до духовного розвитку часто не враховують специфічні потреби та досвід представників цієї групи населення. П'ятивимірна модель духовності особистості Ч. Секелі пропонує всеосяжну та інклюзивну основу для розуміння та підтримки духовного зростання школярів з обмеженими фізичними можливостями.

Мета публікації. Ця публікація має на меті дослідити потенційні можливості застосування п'ятивимірної моделі духовності особистості Ч. Секелі для підтримки духовного благополуччя школярів з обмеженими фізичними можливостями. Розглядаючи кожен вимір — перцептивний, експресивний, екзистенційний, ціннісний і трансцендентний — стаття прагне надати ідеї та рекомендації для психологів, педагогів і медичних працівників, які працюють з цією групою населення. Кінцевою метою є сприяння цілісному підходу до духовного розвитку, який визнає і вирішує унікальні проблеми і сильні сторони учнів з фізичними порушеннями.

Виклад основного матеріалу. П'ятивимірна модель Ч. Секелі забезпечує всеосяжну основу для виховання духовного благополуччя учнів з фізичними порушеннями в різних аспектах духовності.

Звернення до *перцептивного виміру* передбачає втручання, які підвищують чуттєву обізнаність, такі як практики усвідомленості, перебування на природі та діяльність, що стимулює органи чуття [5, с. 237–251] [4, с. 45–54]. Ці практики сприяють глибокому зв'язку зі світом природи, розвиваючи в учнів почуття подиву і вдячності.

Експресивний вимір може бути підтриманий за допомогою мистецьких засобів, таких як візуальне мистецтво, музика і танець, що сприяють самовираженню і самопізнанню [1, с. 123–134]. Аугментативні та альтернативні засоби комунікації полегшують артикуляцію духовних переживань. Групи

підтримки за принципом «рівний-рівному» створюють відчуття приналежності та взаєморозуміння в громаді. Загалом ці втручання сприяють самовираженню, емоційній обробці та спільному духовному дослідженню.

Методи екзистенціальної терапії є безцінними для *екзистенціального виміру*. Логотерапія допомагає учням визначити сенс і мету життя [2]. Парадоксальна інтенція зменшує тривогу, приймаючи страшні ситуації. Екзистенційний діалог сприяє саморефлексії екзистенційних проблем через відкритий дискурс. У сукупності ці методи розвивають автономію, відповідальність і здатність протистояти глибоким життєвим питанням. Для ціннісного виміру вирішальне значення мають можливості для моральних міркувань, прийняття рішень та соціальної активності. Ці шляхи сприяють розвитку цінностей, принципів і почуття мети, що є невід'ємною частиною духовного зростання. Психологи можуть допомогти учням орієнтуватися в суспільних викликах, розвивати життєстійкість, самоповагу і розширювати можливості, використовуючи їхні унікальні перспективи.

Нарешті, *трансцендентний вимір* розвивається через повагу до різноманітних духовних переконань, заохочення рефлексивних практик, зв'язок з духовними спільнотами та виховання позитивних духовних емоцій [3, с. 151–158]. Психологи створюють безпечний, неупереджений простір для дослідження сакральних, трансцендентних аспектів духовності. Завдяки цій цілісній моделі втручання в усіх п'яти вимірах синергетично підтримують всебічний духовний розвиток і благополуччя учнів з фізичними порушеннями. Цей інтегративний підхід сприяє особистісному зростанню, створенню сенсу та процвітанню, незважаючи на життєві виклики.

Висновки. П'ятивимірною моделлю духовності особистості Ч. Секелі забезпечує всебічну та інклюзивну основу для розуміння та підтримки духовного благополуччя учнів з фізичними порушеннями. Звертаючись до кожного виміру — перцептивного, експресивного, екзистенційного, ціннісного і трансцендентного — психологи, педагоги і медичні працівники можуть розробити індивідуальні втручання, які сприятимуть духовному зростанню, життєстійкості і відчуттю мети серед цієї групи населення. Прийняття цього багатовимірного підходу до духовності може призвести до цілісного і надихаючого досвіду для школярів з фізичними порушеннями, сприяючи самоприйняттю, особистісному зростанню і загальному благополуччю.

Перспективність дослідження. Подальші дослідження необхідні для вивчення практичної реалізації та оцінки втручань, заснованих на моделі Ч. Секелі, в різних освітніх та медичних установах. Цінну інформацію могли б надати лонгітюдні дослідження, що вивчають довготривалий вплив цих втручань на духовне благополуччя, психічне здоров'я та загальну якість життя учнів з фізичними порушеннями. Крім того, спільні зусилля психологів, педагогів, медичних працівників і духовних лідерів можуть призвести до розробки інноваційних та міждисциплінарних підходів до підтримки духовного розвитку цієї групи населення. Прийнявши цілісну та інклюзивну перспективу, ми зможемо

краще зрозуміти і розвивати духовний потенціал школярів з обмеженими фізичними можливостями, даючи їм можливість процвітати і робити внесок у суспільство своїми унікальними сильними сторонами.

Список використаних джерел

1. Eod T. The expressive arts and spirituality in education. In M. de Souza (Ed.), *International handbook of the religious, moral and spiritual dimensions in education*. Springer, 2014. С. 123–134.
2. Frankl V. E., Man's search for meaning. Beacon Press, 1984.
3. MacDonald D. Identity and spirituality: Conventional and transpersonal perspectives. *International Journal of Transpersonal Studies*. 2009. № 28(1). С. 151–158.
4. Maller C., Townsend M., Pryor A., Brown P. Healthy nature healthy people: 'Contact with nature' as an upstream health promotion intervention for populations. *Health Promotion International*. 2006. № 21(1). С. 45–54.
5. Miller J. D., Sensory awareness for spiritual growth. *Journal of Spiritual Formation and Soul Care*. 2006. № 6 (2). С. 237–251.
6. Székely C. Nurturing the spiritual development of children with special educational needs: A five-dimensional model. *Journal of Spiritual Education*. 2019. № 5 (1). С. 30–48.

КЛІНІЧНА ТА РЕАБІЛІТАЦІЙНА ПСИХОЛОГІЯ

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПОРАНЕНИМ З АМПУТАЦІЯМИ В ПРОЦЕСІ РЕАБІЛІТАЦІЇ

Головко Оксана

I курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,
ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»,
Науковий керівник – Шкраб'юк В. С.
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології

Зважаючи на продовження активних бойових дій, спричинених вторгненням росії на територію України, а також на щоденне збільшення пацієнтів з ампутаціями, отриманими внаслідок поранень під час захисту Батьківщини, реабілітаційна допомога є, і довгий час буде, в фокусі уваги НСЗУ та МОЗ.

Реабілітаційні послуги в Україні здійснюються мультидисциплінарними командами в спеціалізованих установах (реабілітаційних центрах, абілітаційних центрах, сучасних центрах протезування) [3].

Психологічна реабілітація є важливою складовою частиною комплексної реабілітації, зокрема, через наявність у кожного пацієнта травматичного стресу – стану, який виникає в людини, котра пережила подію, що виходить за межі звичайного життєвого досвіду [4]. Оскільки пацієнти, які опинилися в ненормативній кризі: пережили обставини, які загрожували життю, бачили смерть, втратили здоров'я, втратили кінцівку(-ки) – отримали стрес високої інтенсивності, - для ефективного відновлення і досягнення реабілітаційних планів, потребують супроводу фахівця з ментального здоров'я. Терміни реабілітації осіб з ампутаціями обмежені певними нормами НСЗУ, які спираються на фізичні показники і не враховують в пакетах психологічні особливості горювання при втраті. Процес надання психологічної допомоги військовим суттєво ускладнюється тим, що переважна більшість із них стала до зброї вимушено, тим, що всі люди різні, а також тим, що психологічні інтервенції в нашій країні є суто добровільними.

Головна особливість полягає в тому, що повернути до життя потрібно людину, яка втратила кінцівки, які до поранення в неї були присутні.

Перше, що потребують пацієнти з ампутаціями – це прийняття. Прийняття спеціалістами на засадах гідності і поваги, без співчуття і жалю, з чітким розумінням процесів, що відбуваються в душі і в тілі.

Друге, що потребують пацієнти з ампутаціями – запевнення їх в їхній нормальності. (Я, дивлячись пацієнтові в очі, кажу: «Після тих ненормальних подій, в яких ти вижив, те, що ти зараз відчуваєш – абсолютно нормально!»)

Психолог, який долучається до мультидисциплінарної команди, щоб здійснювати реабілітацію поранених з ампутаціями, має бути готовий до того, що біля його кабінету не стоятиме черга, як до перев'язочної. Для того, щоб принести користь пацієнтам, спеціалісту знадобиться проявити неабиякі комунікативні здібності, щоб подолати бар'єр недовіри.

До реабілітаційного центру пацієнти потрапляють переважно з госпіталю з незагоєними післяопераційними ранами (бо в госпіталях наразі немає місць для довгого утримування пацієнтів, через постійний притік поранених)

Процес реабілітації поранених з ампутаціями складається з двох етапів: допротезного і післяпротезного.

На етапі допротезної реабілітації пацієнту необхідно усвідомити втрату, прийняти себе в «новій комплектації», побороти страхи, щодо того, як його приймуть рідні, адаптуватися до побуту - навчитися по-новому робити звичні речі (туалет, гігієна, прийняття їжі, одягання, пересування на милицях, або в кріслі колісному та ін.), освоїти навички догляду за куксою, подолати фізичний та фантомний біль, зробити вибір протезного підприємства і укласти з ним угоду, працювати над формуванням кукси, повернути собі здоровий сон, слідкувати за продовженням ВЛК, збирати необхідні документи для оформлення статусу, виплат, протезування за державний кошт, звикнути до поглядів сторонніх людей в соціумі, щоденно виконувати фізичні вправи для прокачування певних груп м'язів та відпрацювання балансу.

На цьому етапі психологи мультидисциплінарної команди можуть здійснювати індивідуальні та групові інтервенції, такі як: клінічне інтерв'ю, діагностування, психоедукація, групи ділення, групи арт-терапії, БСТ та ін.

З огляду практичного досвіду, актуальними темами для психоедукації на даному етапі є:

- психологія болю
- фантомні болі
- етапи горювання
- як поповнювати ресурс
- можливості для ветеранів

На післяпротезному етапі основна реабілітаційна мета – навчити пацієнта самостійно користуватися протезом. Як показує практика, протез – це досить складний у користуванні гаджет, який вимагає від користувача якісної фізичної підготовки, дисципліни, організованості, дотримання гігієнічних вимог та технічних правил експлуатації. На даному етапі психологу необхідно відслідковувати дві групи пацієнтів:

- 1) Пацієнти, які впадають в стан жертви – вони пропускають заняття з фізичними терапевтами, відповідно, у них буде низька якість володіння протезом, а звинуватять вони команду фахівців.

2) Пацієнти, які перебувають в ейфорії від отримання протезу (це переважно стосується нижніх кінцівок) – вони мають занадто багато очікувань від протезу і ніби перебувають в ілюзії, що протез замінить втрачену кінцівку, нехтують пересторогами лікарів ФРМ та фізичних терапевтів на рахунок поступовості і часу використання виробу, внаслідок чого виникають натертості, мозолі, шкірні висипи – що унеможлиблює користування протезом на певний час, до повного загоєння, за цей час втрачаються здобуті навички ходьби і треба буде все починати заново. Такі пацієнти, в разі невдачі, впадають в депресивний стан.

Слід зазначити, що ампутацій може бути кілька, цей факт, звісно, додає навантаження в фізіологічному та психологічному плані.

Перешкоди, які можуть виникати на обох етапах реабілітації і затягувати або унеможлилювати процес протезування:

Реампутація по медичних показниках

Виникнення остеофітів і невром, що тягне за собою оперативне втручання.

Додаткові травми або хвороби

Проблеми юридичного характеру пов'язані з діяльністю і комунікативною здатністю військового та військової частини, в якій він проходить службу

- Розлад адаптації
- ПТСР
- Різні види адикції

В ДНП ЦКР «Галичина», який у період повномасштабного вторгнення перепрофільований на реабілітацію військових з ампутаціями, на постійній основі здійснюються такі групові інтервенції як:

- Терапія йогою (за адаптованими протоколами irest, щопонеділка)
- «Арт-терапія по середах»
- Іпотерапія (кожної неділі)
- Сеанси біосугестивної терапії двічі на тиждень (вівторок і четвер)
- Навчання пілотування дронами (щоденно по буднях)
- Стрільба з лука
- Анімалтерапія
- Ситуативно проводяться:
- Групи підтримки для родичів
- Зустрічі із знаменитостями, концерти
- Виїзди на екскурсії
- Пікніки
- Спортивна рибалка
- Роупджампінг
- Дрифтінг
- Скелелазіння
- Сплави на байдарках, каяках, катамаранах (у теплий сезон)
- Кіно, театри, музеї, філармонія, органний зал
- Навчання і тренінги: «Права людини», «Ветеран. Можливості в бізнесі», «Ветеран. Навчання», «Ветеран. Можливості в агросекторі» та ін. Мета групових занять,

тренінгів – усунення неврозів з порушенням труднощів у міжособистісному спілкуванні та при соціальній адаптації[2].

Всі вищезгадані заходи призводять до встановлення довірливого контакту з психологом і сприяють ефективній особистій терапії реабілітантів.

Список використаних джерел

1. Сабліна Н. В. Психологічна допомога та робота психолога з військовими та їх родинами у дні війни // Військова психологія. Навчально-терапевтичний посібник. Вінниця: ТВОРИ, 2023. 228 с.
2. Дуб В. Реабілітаційна психологія: методичні матеріали до семінарських занять. Дрогобич: Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2017. 92 с.
3. Питання організації реабілітації у сфері охорони здоров'я. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1268-2021-%D0%BF#Text> (дата звернення : 27.03.2024 р.).
4. Мішиєв В. Д., Михайлов Б. В., Гриневич Є. Г., Омелянович В. Ю. Розлади психічної сфери внаслідок бойових дій: навч. посіб. К.: ВСВ «Медицина», 2023. 127 с.

ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ: ЩО ЦЕ ТАКЕ І ЯК ЇХ МОЖНА ДОСЛІДИТИ

Вовчук Наталія,

IV курс ОР бакалавр, спеціальність «Психологія»,
ОП «Психологія»

Науковий керівник – Кулеша-Любінець М. М.,
кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології

Актуальність. Одним із найважливіших компонентів у структурі особистості є ціннісні орієнтації. Для особистості вони є системоутворюючим компонентом побудови життєвих стратегій, що визначають не лише якість життя людини, а й прокладають увесь життєвий шлях особистості.

Мета. Розкриття сутності ціннісних орієнтацій, їх впливу на поведінку особистості та можливостей їх наукового вивчення за допомогою психологічних методик.

Виклад основного матеріалу. У психологічному словнику поняття «цінності» визначено як «продукти матеріальної і духовної діяльності людини, що можуть стати предметом її потреб». А також означено, що «цінності – це суспільно значущі елементи середовища, які складають органічну частину культури» [4, с.298]. За Г. Лялюк, цінність виникає внаслідок взаємодії між суб'єктом і об'єктом, а також в процесі оцінювання. Вона не лише повторюється чи зберігається, але діє

як важливий зміст свідомості і володіє певною спонукальною силою, направленою на досягнення тих цілей, які вона втілює або відображає [7, с.36].

Однією з найбільш стабільних характеристик особистості є ціннісні орієнтації, що так би мовити «програмують» поведінку людини протягом тривалого періоду часу і встановлюють загальну, генеральну лінію поведінки. Ціннісні орієнтації є «суб'єктивно ідеалізоване і мотивоване відображення в психіці людини, соціальної групи цінностей на конкретному етапі історичного розвитку» [4, с.327].

С. В. Матяж та А. О. Березянська зазначають, що «ціннісні орієнтації – це певна сукупність ієрархічно пов'язаних між собою цінностей, яка ставить людині спрямованість її життєдіяльності» [1, с. 28]. Як зазначав Шайгородський Ю. Ж. ієрархія цінностей полягає не тільки в тім, що одними цінностями іноді жертвують заради інших, але й у тім, що різні цінності мають різний ступінь спільності і одні є конкретизацією інших [5, с. 67].

Відповідно до тлумачного психологічного словника, поняття «ціннісна орієнтація» використовується в сфері соціальної психології та має два основних аспекти: по-перше, воно охоплює ідеологічні, політичні, моральні, естетичні та інші підстави, за якими суб'єкт оцінює дійсність та орієнтується в ній; по-друге, це визначає спосіб розрізнення об'єктів особою в залежності від їхньої значущості [6, с.305].

Українська дослідниця Людмила Романюк зазначає, що ціннісні орієнтації – це психологічний механізм, за допомогою якого людина диференціює об'єкти, які її оточують, і вибирає, які з них є особистісно значущими, відповідно до того, наскільки вони сформовані в загальнолюдських цінностях. Тобто ціннісні орієнтації є інструментом диференціації цінностей соціальної спільноти, а також здійснення особистісного вибору [3, с.139].

Також ціннісні орієнтації становлять важливий елемент внутрішньої структури особистості, закріплений в життєвому досвіді та всім розмаїтті її переживань, дозволяючи відрізнити суттєве від несуттєвого [7, с.34]. Вони виконують низку таких функцій: долучають індивіда до норм суспільства, сприяють самовизначенню особистості, реалізації здібностей та забезпечують гармонію її внутрішнього світу [1, с. 29].

Ціннісні орієнтації формуються в ході соціалізації особистості внаслідок проникнення суспільної інформації в її індивідуально психологічний світ. Спочатку особистість набуває досвіду попередніх поколінь, отримуючи соціально схвалені стереотипи поведінки, орієнтовані на соціокультурні цінності. А вже потім набуває власного досвіду, який допомагає індивідові адаптуватися в мікросередовищі [1, с. 28].

Визначаючи чинники, що впливають на формування ціннісних орієнтацій, важливо відзначити вплив різноманітних об'єктивних (таких як стать, матеріальний стан, місце проживання, соціальне оточення) та суб'єктивних (таких як цілепокладання на майбутнє, рівень самореалізації, професійні уподобання)

факторів. Цей вплив формує унікальні особливості системи ціннісних орієнтацій кожного.

Як зазначають Лариса Міщиха та Мирослава Кулеша-Любінець, допомога кваліфікованого фахівця зі сфери психічного здоров'я розпочинається з виявлення способу життя особи. А саме дослідження таких аспектів: ритм, інтенсивність життя, рівень фізичного та психічного напруження; ставлення до діяльності; наявність або відсутність перенавантаження; коректна зміна періоду активності на період відпочинку [2, с. 167]. Тут підкреслюється кілька ключових ціннісних орієнтацій, таких як здоров'я та благополуччя, гармонія та баланс, задоволення та успіх. Ці цінності є основою для формування життєвих пріоритетів особистості і визначають її підхід до життя та діяльності.

У контексті теми теоретичного дослідження важливого значення набуває питання емпіричного дослідження ціннісних орієнтацій особистості. Емпіричне дослідження (вибірка складала 36 студентів юнацького віку: 18 жінок та 18 чоловіків) було проведене на базі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника за методикою «Ціннісні орієнтації» М. Рокича.

Результати емпіричного дослідження показали, що у юнаків основними термальними цінностями є: упевненість у собі (свобода від внутрішніх суперечностей, сумнівів, внутрішня гармонія); добрі, вірні друзі; свобода (самостійність, незалежність у вчинках і судженнях); здоров'я; кохання (духовна і фізична близькість з коханою людиною); матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних труднощів). Відповідно, для досліджуваних жінок основними термальними цінностями є: щасливе сімейне життя; добрі, вірні друзі; здоров'я; кохання (духовна і фізична близькість з коханою людиною); свобода (самостійність, незалежність у вчинках і судженнях); продуктивне життя (максимально повне використання своїх можливостей, сил та здібностей).

Висновки. Таким чином, ціннісні орієнтації розгортаються у цілях, ідеалах, життєвих планах, принципах, переконаннях та є утворенням ідейно-цільового плану, генеральною лінією життя людини, що впливають на поведінку особи. Ціннісні орієнтації визначають кілька ключових аспектів особистості: загальну орієнтація на власні інтереси та бажання; ієрархію та рівень особистих вподобань та стандартів; програми цілей та мотивації; уявлення про реальність та механізми вибору відповідно до критеріїв значущості; ступінь готовності та наполегливості до реалізації свого власного «проєкту життя».

Відповідаючи на питання: «Які ж ціннісні орієнтації для людини є базовим?» ми зможемо не тільки типологізувати світогляд особистості, але зрозуміти сутність «механізму» активності людини, тобто зрозуміти, чому люди діють, а головне, чому вони діють по-різному. Дослідження ціннісних орієнтацій особистості дозволяє краще зрозуміти її переконання, інтереси, логіку поведінки особистості.

Список використаних джерел

1. Матяж С. В., Березянська А. О. Класифікація цінностей та ціннісних орієнтацій особистості. *Наукові праці: Соціологія*. 2013. Т. 225. № 213. С.27-30.
2. Міщиха Л. П., Кулеша-Любінець М. М. Психічне здоров'я як складова особистісного благополуччя. *Сучасні тенденції спрямовані на збереження здоров'я людини: збірник наукових праць*. Харків, 2020 р. Випуск 1. С.165-168.
3. Романюк Л.В. Становлення цінностей особистості: концептуальна модель та її методологічний потенціал. *Психологія особистості*. 2013. Т.1. №4. С.138-148
4. Синявський В.В., Сергєєнкова О.П. Психологічний словник. Київ: Науковий світ, 2007. 336 с.
5. Шайгородський Ю. Ціннісні орієнтації особистості: формалізована модель цілісного, багатоаспектного аналізу. *Соціальна психологія*. 2010. Т.1. №39. С.94–106
6. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор. 2007. 640 с.
7. Ямницький О. В. Категорія «цінності» у психологічному вимірі. *Наука і освіта*. 2013. №4. С.34-37.

ДЕТЕРМІНАНТИ ФОРМУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ПІДЛІТКІВ

Форманюк Оксана,

IV курс ОР бакалавр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Психологія»,

Науковий керівник – Кулеша-Любінець М. М.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології

Актуальність. Останнім часом в Україні відбувається чимало стресогенних та травмуючих подій, що негативно впливає на стан психічного та фізичного здоров'я населення. Сучасна людина стикається з широким спектром викликів, що потребує значних особистісних ресурсів, високої життєстійкості та здатності опановувати негативні емоційні стани. Протягом останніх років в психології активно досліджуються адаптаційні можливості особистості, її особистісні ресурси, життєздатність, психологічна резильєнтність (J. R. T. Davidson, K. M. Connor, S. Maddi, V. M. Paune та ін.). З іншого боку, зростає зацікавленість науковців проблемою співвідношення емоцій і розуму, їх взаємодії та взаємовпливу. Емоційний інтелект є інтегративною характеристикою особистості, яка зумовлюється динамічним поєднанням афекту та інтелекту. Від ступеня її розвитку залежить вміння управляти власним емоційним станом, здатність розуміти емоції інших людей, схильність до самопізнання й самореалізації через збагачення емоційного і соціального досвіду.

Мета. Здійснити теоретичний аналіз детермінантів формування та розвитку емоційного інтелекту у підлітків.

Виклад основного матеріалу. Теоретичні основи категорії емоційного інтелекту змістовно розроблялися як зарубіжними (Р. Бар-Он, Д. Гоулман, Д. Карузо, Дж. Майєр, К. Петрідес, П. Саловей, Е. Ферхнем та ін.), так і вітчизняними дослідниками (О. Власова, Н. Коврига, Л. Міщиха, Е. Носенко, І. Опанасюк, О. Яковлева та ін.).

Емоційний інтелект виступає важливою когнітивною складовою структури комунікативних здібностей особистості. Він забезпечує психологічну витривалість, допомагає прогнозувати розвиток міжособистісних стосунків, покращує інтуїцію та передбачливість, дає змогу долати кризи та знаходити вихід із непередбачуваних стресових ситуацій.

Підлітковий вік вважається особливо «емоційно насиченим» і тому вивчення емоційного розвитку підлітків займає провідне місце в психології. Мислення підлітка стає інтроспективним, що дозволяє аналізувати свої думки, формувати програму життя.

У контексті теми теоретичного дослідження важливого значення набуває питання аспектів розвитку емоційного інтелекту. За результатами аналізу наукової літератури можна виокремити біологічні та соціальні чинники, що впливають на загальний рівень розвитку емоційного інтелекту. До перших належать задатки емоційної здатності, властивості темпераменту та рівень емоційного інтелекту батьків. До соціальних – гендерні особливості виховання, ступінь розвитку самосвідомості, самоствалення та самооцінка, рівень освіти батьків та сімейного доходу, емоційно благополучні відносини між батьками [3, с. 211-212; 4, с. 2].

Емоційна здатність відображає успішність адаптації емоційного відгуку на стимул відповідно до обставин, що склалися. Тобто індивіди з добре розвиненою емоційною здатністю вдало поєднують задоволення особистих потреб із суспільними інтересами. Натомість слабо розвинена емоційна здатність почасти спадкова і передбачає неопрацьовані та незрілі почуття [3, с. 211-212].

Властивості темпераменту належать до вроджених особливостей людини, до яких входять емоційність та активність. Їхні функції полягають у забезпеченні когнітивного аналізу емоційної інформації, що надходить з навколишнього середовища [2, с. 59-68].

Фундамент самоприйняття і реалістичного усвідомлення себе у світі починають формуватися на ранніх стадіях онтогенезу і на пряму залежать від початкового прийняття дитини з боку батьків. Як зазначає А. Бандура, важливе значення відіграють саме емоційні реакції найближчого оточення на дії дитини, що згодом стають орієнтирами для розвитку самооцінки.

У межах впливу соціальних чинників Д. Гоулман припускає, що високий рівень розвитку емоційного інтелекту пов'язаний із рівнем освіти батьків та сімейного доходу, так як ймовірно, що люди з більш високим рівнем освіти можуть віддавати більше часу самопізнанню та саморозвитку, і при цьому їхні

діти розвиваються в більш емоційно та інтелектуально збагаченому середовищі, ніж нащадки неосвічених батьків [1, с. 327-344].

Емоційний клімат у родині відіграє важливу роль для осіб підліткового віку. Досліджено, що в сім'ях, де батьки обговорюють зі своїми дітьми різні емоційні стани, діти більш успішно адаптуються до емоційних проявів інших людей. Як наслідок, в підлітка може виникнути так звана «синтонність» – мимовільне переживання емоцій, що збігаються з почуттями людей довкола.

Перешкодою для розвитку синтонності може стати гіперопіка батьків та переоцінка можливостей своєї дитини. Через надмірну турботу і миттєве задоволення потреб дитина не відчуває необхідності встановлювати емоційний контакт з дорослими, і як наслідок, відповідні механізми не формуються. Асинтонність, у свою чергу, ускладнює процес розуміння емоцій інших людей та розуміння власних емоційних станів [6, с. 95-109].

Окремим чинником, що впливає на рівень емоційного інтелекту підлітка, є гендерні особливості виховання. В результаті певної стратегії може формуватися андрогінність, тобто дівчаток заохочують до самоконтролю і витримки, а хлопчикам дозволяють проявляти ніжні почуття та співпереживання [3, с. 212-213]. Відповідно до праць К. Г. Юнга, емоції, виявлення яких забороняється, придушуються, і це веде до витіснення їх зі свідомості. Такий сценарій часто пропонується хлопчикам, в той час як дівчаток виявляти свої почуття заохочують.

У сучасному суспільстві кількість людей, які страждають невротичними розладами, зростає, як наслідок – з'являються емоційні проблеми, що відображаються у зниженні самоконтролю. Таким чином, емоції порушують міжособистісні стосунки, ускладнюють відпочинок і погіршують здоров'я, перешкоджають здійсненню намірів, не дозволяють належним чином виконувати професійні та сімейні обов'язки [5, с. 79-82].

Розвиток емоційного інтелекту забезпечує особистості здатність адаптуватися до непередбачуваних подій та конструктивно боротися з труднощами, тобто плекати резильєнтність. G.A. Bonanno вважає поняття «резилієнс» динамічним процесом становлення позитивної адаптації в контексті несприятливих ситуацій та здатність особистості підтримувати психологічну рівновагу в цілому [7, с. 160-168]. Резильєнтність включає в себе такі соціально-психологічні навички та вміння, як відкритість, доброзичливість, комунікабельність, ефективна й екологічна взаємодія з оточуючими людьми, бажання постійно розвиватися, здатність до рефлексії, уміння організовувати власну діяльність. Вона може перебувати в латентному стані, але вчасно активуватися внаслідок подій, що розгортаються у житті людини. Це відображається у вигляді механізму збереження психічного здоров'я, коли в майбутньому подолання стресу потребуватиме менше психологічного ресурсу [7, с. 160-168].

Висновки. Таким чином, розвиток емоційного інтелекту набуває в підлітковому віці особливої значущості, що пов'язана з самооцінкою, усвідомленням власної індивідуальності та прагненням до побудови

конструктивних взаємин з оточуючими. Більшість дослідників погоджуються із думкою, що емоційний інтелект, насамперед, залежить від біологічних задатків та бачать в основі вроджені та психосоціальні чинники. Особистість з розвиненим рівнем емоційного інтелекту здатна адекватно розпізнавати, виражати та контролювати свої емоції водночас гармонійно інтегрувавшись в систему людських взаємин. У разі низького емоційного інтелекту йдеться про нездатність правильно розуміти власні емоційні стани та переживання інших людей, неможливість побудувати конструктивні стосунки з оточуючими, що може спричинити девіації поведінки особистості.

Список використаних джерел

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект; пер. з англ. С.-Л. Гумецької. Х. : Віват, 2023.
2. Кулеша-Любінець, Мирослава, Тетяна Ляхович. Гендерні особливості мотивації до лідерства у студентів університету. *Збірник наукових праць: психологія*. № 24. 2019. С. 59-68.
3. Лящ, О. П. (2015). Детермінанти та можливості формування емоційного інтелекту особистості.
4. Міхова, А. Г. (2010). Емоції і прояви емоцій: історичний екскурс (стресові та стресоподібні стани).
5. Мушкевич, М. І., & Чагарна, С. Є. (2017). Основи психотерапії.
6. Носенко Е.Л. Емоційний інтелект як соціально значуща інтегральна властивість особистості. *Психологія і суспільство*. 2004. №4.
7. Maddi S. R. Hardiness: The courage to grow from stresses. *The Journal of Positive Psychology*. 2006.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ "СИНДРОМ ЕМОЦІЙНОГО ВИГОРАННЯ" ПСИХОЛОГІВ У ЧАСІ ВІЙНИ

Салабай Марія,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»

Науковий керівник – Кулеша-Любінець М. М.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології

Актуальність дослідження синдрому емоційного вигорання у психологів в умовах війни обумовлена рядом чинників. Психологи, які працюють у воєнних умовах, зазнають великого психологічного навантаження через постійний стресовий вплив травматичних подій, насильства та людської трагедії. Це може викликати інтенсивні емоційні реакції та викликати розвиток синдрому вигорання.

Працювати як психолог у воєнних умовах – це неабияке випробування для професіоналів цієї сфери, оскільки психологам доводиться не тільки надавати допомогу тим, хто переживає глибокі емоційні травми, але й самим опиратися негативному впливу цих обставин.

Постійний контакт з травматичними історіями та емоційні обтяження, що супроводжують роботу з постраждалими, можуть призвести до інтенсивних емоційних реакцій у психологів. Вони можуть відчувати безсилля, гнів, смуток або відчуженість, що є нормальною реакцією на складні життєві обставини. Згодом, це може перерости у синдром вигорання, коли професіонал відчуває емоційне виснаження, втрату мотивації та зниження професійної ефективності.

Мета. Розкрити зміст поняття "емоційне вигорання" у психологів у часі війни та визначити методи профілактики синдрому емоційного вигорання.

Виклад основного матеріалу. У Сполучених Штатах перші повідомлення про синдром вигорання з'явилися в 1970-х роках. Г. Фреденбергер, американський психіатр, який працював у альтернативній сфері медичної допомоги, був одним із засновників ідеї вигорання. У 1974 році він розповів про те, що сталося з ним і його колегами: виснаження, втрата мотивації та відсутність відповідальності. Він дав цьому поняттю назву "вигорання".

У психології вивченням синдрому емоційного вигорання займалися такі дослідники як : Е. Аронсон, Р. Гонзак, В. Кебза, К. Маслач, М. Лейтер, А. Пайнс, Майрон Д. Раш, В. Шауфели та інші.

Згідно з Маслач, Шауфелі та Лейтер: "Вигорання – це тривала реакція на хронічні емоційні та міжособисті стресори на роботі і визначається трьома вимірами: виснаженням, цинізмом та неефективністю". Використання терміну "вигорання" для позначення цього явища стало з'являтися з певною регулярністю протягом 50-ти років у Сполучених Штатах, особливо серед людей, які працюють у сфері соціального обслуговування [6].

В. Кебза, І. Шолцова: «Синдром вигорання характеризується як тривала реакція на хронічні міжособистісні відносини стресори на роботі, або ситуаційно індукована стресова реакція, або також як остання фаза реакція на стрес, отже виснаження» [4].

А. Пайнс, Е. Аронсон стверджують, що "вигорання формально визначається та суб'єктивно переживається як стан фізичного, емоційного психічне виснаження, спричинене тривалою заклопотаністю ситуаціями, які є емоційно складними. Ці емоційні вимоги найчастіше викликані поєднання двох речей, високих очікувань і хронічного ситуативного стресу» [3].

Керол Дж. Александрова: «Вигорання — це стан повного відчуження як від роботи, так і від інших людей, а також від себе.» [5].

За словами Крістіни Маслач, професійне вигорання означає емоційне виснаження, знецінення, підвищення ефективності та деперсоналізації особами, які працюють з іншими людьми. Більш конкретно, вигорання визначається як психологічний синдром емоційного виснаження, деперсоналізації та зниження особистої адаптації [6].

Емоційне виснаження виражається у відчутті емоційного напруження та вичерпання емоційних резервів. Основні джерела цього виснаження включають перевантаження на роботі та конфлікти в особистому житті. Люди відчувають втомленість та виснаженість, не маючи джерел для відновлення енергії. У них не вистачає сил, щоб зустріти новий день чи відповісти на потреби інших людей. Компонент емоційного виснаження є основним стресовим аспектом вигорання [6].

Деперсоналізація виражає негативну, бездушну або надто відсторонену реакцію на інших людей, часто супроводжується втратою ідеалізму. Зазвичай це виникає внаслідок перевантаження, спричиненого емоційним виснаженням, і спочатку має захисний характер як емоційний буфер "відстороненої турботи". Але існує ризик, що відстороненість може перерости в дегуманізацію. Компонент деперсоналізації є міжособистісним аспектом вигорання [6].

Зниження особистих досягнень означає втрату відчуття компетентності та продуктивності на роботі. Це зменшення віри у власну ефективність пов'язане з депресією та неспроможністю впоратися з вимогами роботи, і його може посилити відсутність соціальної підтримки та можливостей для професійного росту. Працівники відчувають зростаюче відчуття неадекватності у здатності допомагати клієнтам, що може призвести до винесення вироку невдачі. Компонент особистих досягнень є аспектом самооцінки вигорання [6].

Під час війни перевантаження психіки та нервової системи стає надзвичайно актуальним явищем. Умови воєнного стану, постійний стрес, травматичні події та нестабільність внутрішньої та зовнішньої ситуації можуть значно підвищити навантаження на психіку і нервову систему осіб, які зазнають впливу цих обставин.

Проблема емоційного вигорання в роботі пов'язана з щоденним контактом з людьми та тягарем відповідальності за інших та за свої дії. Особливо вразливі до цього явища є представники "допоміжних професій", які вкладають у свою роботу частину своєї особистості.

Психологи, які працюють в зонах ризику під час війни, стикаються з особливими викликами, які можуть спричинити емоційне вигорання. Зокрема, вони повинні надавати допомогу тим, хто переживає стрес та травми, вирішувати конфлікти та допомагати в адаптації до складних умов. При цьому психологи самі можуть бути піддані значному навантаженню через власний емоційний вплив та надмірні вимоги до їхніх професійних функцій.

Негативні почуття у людей із високим рівнем вигорання пов'язані із втратою відчуття задоволення від своєї професійної діяльності, втратою здатності до самореалізації та втратою особистісної перспективи. Важливо вміти переключати увагу, переходити від одного роду занять до іншого, не нехтуючи фізіологічними потребами – відпочинком, сном [1].

Висновки. Отже, в умовах війни важливою є здатність психологів ефективно впоратися з власними стресовими факторами та емоційними труднощами. На їхній професіоналізм і здатність зберігати емоційну стабільність

значно впливають не тільки їхній власний добробут і здоров'я, але й якість надання допомоги тим, хто знаходиться в екстремальних ситуаціях війни.

Важливим аспектом є те, що робота з людьми, особливо в умовах війни, може призвести до перевантаження нервової системи. Сприяє цьому постійний стрес, травматичні події та нестабільність ситуації. Психологи, які працюють в таких умовах, стикаються з унікальними викликами, де вони повинні не лише надавати підтримку та допомогу, але і самі витримувати великий емоційний навантаження та виклики щодо власного емоційного благополуччя.

Враховуючи важливість цих аспектів, розуміння та управління емоційним вигоранням стає ключовим завданням в роботі з високо ризиковими та допоміжними професіями. Забезпечення психологічної підтримки та розробка стратегій самоопіки стають невід'ємною частиною створення здорового робочого середовища та збереження фізичного та психічного здоров'я працівників, що опікуються іншими в умовах високого стресу та невпевненості.

Список використаних джерел

1. Міщина Л. П., Кулеша-Любінець М. М. Психічне здоров'я як складова особистісного благополуччя. *Сучасні тенденції спрямовані на збереження здоров'я людини: збірник наукових праць*. Харків, 2020 р. Випуск 1. С.165-168.
2. Профілактика синдрому «професійного вигорання» у працюючих в екстремальних умовах: Навчально-методичний посібник. / Олена Анатоліївна Мірошніченко. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2015. 156 с.
3. Ходаківська О.М. Професійний стрес як чинник «вигорання» фахівців у системі «людина-людина» : навч. посібник. Хмельницький: ХІСТ Університету «Україна», 2010. 339 с.
4. Kebza Vladimír, Šolcová Iva, Syndrom vyhoření (Informace pro lékaře, psychology a další zájemce o teoretické zdroje, diagnostické a intervenční možnosti tohoto syndromu), Praha 2003.
5. Křivohlavý, J. Hořet, ale nevyhořet. 2., přeprac. vyd., v kna 1. Kostelní vydří: karmelitánské nakladatelství, 2012. 175 s.
6. Längle Alfred. Burnout – Existential Meaning and Possibilities of Prevention. *European Psychotherapy/Vol. 4 No. 1*. 2003. P. 107-121.

ТЕОРЕТИЧНИЙ ОГЛЯД ЧИННИКІВ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОБРОБУТУ УКРАЇНСЬКИХ ВОЛОНТЕРІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Шевченко Ярослава,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»

Науковий керівник – Кулеша-Любінець М. М.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології

Актуальність. Діяльність волонтерів під час повномасштабної російсько-української війни (з лютого 2022-го року) має велике значення, але й стала більш стресовою та, іноді, небезпечною. У зв'язку з цим важливим є дослідження впливу різних чинників на рівень психологічного добробуту українських волонтерів.

Мета. Провести теоретичний огляд чинників психологічного добробуту українських волонтерів в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. Психологічний добробут (благополуччя) оцінюється людиною з позицій її цінностей та цілей. Останні завжди індивідуальні, тому й не може бути універсальною для всіх компонентів структури добробуту. В такому разі, конструктивним є вивчення чинників, що впливають на відчуття задоволеності людиною від свого життя. Головними ознаки психологічного добробуту є превалюванням позитивних емоцій над негативними і позитивна оцінка свого життя, загалом. Також важливими є адаптивні можливості психіки, тобто здатність до адекватної зміни поведінки відповідно до змін оточення [3].

Вагомим чинником психологічного добробуту є фінансовий стан. Найбільш значимими є сприйняття поточної та майбутньої фінансової ситуації та перспектива стабільної роботи. Також є низка інших чинників, що безпосередньо стосуються відчуття добробуту – стать, вік, освіта, кількість дітей та сімейний стан [5].

Волонтерство визначається як свідома, добровільна та непримусова діяльність на благо інших, що виходить за межі родинних та дружніх зв'язків [4]. Якщо не враховувати вік, то ті, хто регулярно займався волонтерством, мають вищий рівень психічного добробуту ніж тих, хто ніколи не був волонтером. Цей зв'язок стає очевидним у віці старше 40 років і продовжується до старості. Численні дослідження показали, що особа, яка займається волонтерством, матиме більше ресурсів, ширше коло соціальних зв'язків, більше престижу, а це, у свою чергу, веде до кращого фізичного та психічного здоров'я [6].

За Е. Клері та М. Снайдером [1], особу спонукають до волонтерства шість чинників:

- цінності (прихильність, інтерес до людей, турбота);
- покращення (отримання знань й умінь, засвоєння нових навичок);
- соціальність (причетність до інших, бажання схвалення);

- розуміння (підвищення самооцінки, відчувати себе корисним, знайомства з новими людьми);

- кар'єра (отримати важливий досвід для працевлаштування);

- захист (компенсація особистих проблем, зменшення почуття провини).

Історично волонтерство спостерігається під час великих війн. Багато волонтерів брали участь у наданні допомоги під час Другої світової війни [4].

Розвиток українського волонтерства в період російської агресії можна поділити на два етапи. Перший етап розпочався у зв'язку з Революцією Гідності (з грудня 2013 р.). Надалі він продовжився у зв'язку з анексією Криму та окупацією частини Донбасу (березень 2014 р.). Від початку повномасштабної збройної російської агресії (з 24 лютого 2022 р.) почалася друга хвиля волонтерського руху в Україні [2]. Є дані, що українські волонтери повідомляли про високий рівень гіперзбудження, уникнення, депресії, тривоги, стресу, зосередженості на проблемі, ПТСР та ін. Проте, незважаючи на несприятливий вплив війни на психічне здоров'я, в українських волонтерах спостерігалася висока мотивація, що спрямована на цінності захисту, соціального добробуту, покращення світу та релігійності [4].

Висновки. Отже, значними негативними чинниками, що впливають на психологічний добробут волонтерів, є травмувальні події, пов'язані з війною, що ведуть до загрози ментальних проблем як, наприклад, гіперзбудження, висока тривога, депресія. Позитивними чинниками є мотивація до допомоги, захисту та соціалізації.

Список використаних джерел

1. Гапон Н. П., Худзіцка-Чупала А. Соціально-психологічні аспекти дослідження волонтерства: мотивація та організаційні очікування волонтерів. *Habitus*. Issue 47, 2013, С. 171-175.
2. Панькова О. В., Касперович О. Ю. Українське волонтерство в умовах збройної російської агресії: зміцнення потужностей через залучення ресурсів цифровізації, платформізації, ІКТ та мережових технологій. *Економічний вісник Донбасу*. 2022. № 2 (68). С.113-123.
3. Сердюк Л. З. Структура та функція психологічного благополуччя особистості. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Том V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. Вип. 17. Київ, 2017. С. 124-133.
4. Association between mental health, psychological characteristics, and motivational functions of volunteerism among Polish and Ukrainian volunteers during the Russo-Ukrainian War / Chudzicka-Czupala A. et al. *Scientific Reports*, 2023. Vol. 13, No.1 13. P. 1-12.
5. Oskrochi G., Bani-Mustafa A., Oskrochi Y. Factors affecting psychological well-being: Evidence from two nationally representative surveys. *PLoS One*, 2018. Vol. 13, No. 6. P. 1-14.

6. Tabassum F, Mohan J, Smith P. Association of volunteering with mental well-being: a lifecourse analysis of a national population-based longitudinal study in the UK. *BMJ Open*, 2016. Vol. 6. P. 1-8.

ПСИХОСОЦІАЛЬНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ САМООЦІНКИ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ ВІЙНИ

Задонська Катерина,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»,

Науковий керівник – Кулеша-Любінець М. М.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології

Актуальність. В умовах війни підлітки стикаються з рядом унікальних труднощів, що можуть суттєво впливати на їхню самооцінку та її формування. Розуміння цього впливу є актуальним та ключовим для розробки ефективних стратегій психологічної допомоги та реабілітації, оскільки висока самооцінка важлива для психічного здоров'я та адаптації до стресових ситуацій.

Мета. Теоретичний аналіз психосоціальних чинників формування самооцінки підлітків в умовах війни.

Виклад основного матеріалу. Самооцінка – це оцінка людиною самої себе, яка є однією зі складових частин внутрішнього усвідомлення, що може проявлятися емоційно насиченими висловлюваннями, які стосуються власної особистості, етичних рис, вчинків та здібностей. Самооцінка має неабиякий вплив на поведінку людини, завдяки якому можна оцінити взаємодію з навколишнім світом, рівень стандартів та самокритичності. Саме це вказує на результативність особистої діяльності та розвиток індивіда має прямий вплив самооцінки.

Феномен самооцінки є невід'ємним у психології, адже він складається з багатьох компонентів, кожен з яких розглядається та вивчається з різних теоретичних підходів.

Соціально-психологічний компонент є одним із найголовніших компонентів самооцінки і вивчається за допомогою теорії соціального порівняння Леона Фестінгера [1]. Теорія стверджує, що люди оцінюють себе, порівнюючи з іншими. Це особливо актуально в умовах стресових подій, коли людина порівнює себе з тими, хто опинився в подібній ситуації.

Існує також багато прикладів теорій, які враховують особистісний компонент самооцінки, проте найяскравішим з них є теорія самореалізації Карла Роджерса [2]. Згідно з цією теорією, розвиток та розкриття особистості відбувається тоді, коли людина має і дає собі можливість проявитись та виразити себе. Однією з найважливіших частин даної теорії є ідея позитивного особистісного компонента самооцінки, який включає в себе поняття "позитивного

прийняття себе". Згідно з Роджерсом, для того, щоб особистість була здорова та розвивалась, необхідно відчувати, в першу чергу, позитивне ставлення до самого себе, а також приймати усі свої сторони, тобто те, якою людина є, і при тому розвивати свій потенціал.

Наступним компонентом самооцінки є психодинамічний, який має неабиякий вплив на формування самооцінки ідентичності. Якщо дотримуватись теорії Зигмунда Фрейда [3], формування ідентичності відбувається через взаємодію між "Воно", "Я" і "Над-Я". Самооцінка відображає гармонію або конфлікт між цими психічними аспектами.

Також багато інших аспектів, пов'язаних із самооцінкою та ідентичністю, можна знайти у теоріях Жака Лакана, зокрема в концепціях "Дзеркало стадії" та "Символічне". Основна ідея "Дзеркало стадії" полягає в тому, що на етапі початкового розвитку дитина формує свою ідентичність через свідомий контакт із власним відображенням у дзеркалі. Цей процес визначає подальший розвиток самооцінки дитини.

Концепція "Символічне" пов'язана з розвитком мови та символічного мислення після трьох років. Самооцінка залежить від цього розвитку, адже мова і символічне мислення дозволяють дитині усвідомлювати та формувати себе як індивіда у соціокультурному контексті, створювати та випробовувати різні соціальні ролі та ідентифікаційні можливості.

Соціальне оточення та культурні чинники відіграють важливу роль соціокультурний компоненту у формуванні самооцінки. Позитивна оцінка з боку оточення сприяє формуванню позитивної самооцінки, тоді як конфлікт із загальноприйнятими нормами може призвести до низької самооцінки.

Згідно з теорією самокерування Керол Двек [4], зовнішні фактори, такі як підтримка та визнання, визначають сприйняття власної компетентності. Відповідність самооцінки встановленим стандартам впливає на мотивацію до досягнення та самовдосконалення.

Висновки. Отже, формування самооцінки підлітків в умовах війни залежить від соціально-психологічних, особистісних, психодинамічних та соціокультурних чинників. Розуміння цих аспектів є ключовим для розробки ефективних стратегій психологічної допомоги.

Список використаних джерел

1. Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7(2) 117-140.
2. Rogers, K. (1961). *On Becoming a Person: Psychotherapy through the Eyes of the Psychotherapist*.
3. Freud, S. (1933). *New Introductory Lectures on Psychoanalysis*. New York: Norton.
4. Jaeger, D.S., Johnson, R., Spitzer, B.D., Tshenevsky, K.G., Powers, D., Dweck, K.S. (2014). Far-reaching implications of what people believe can change: Implicit theories of personality formation influence stress, health, and achievement in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 106, 867–884.

ОСНОВНІ АСПЕКТИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ З РАС

Василенчук Мирослава,

I курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»

Науковий керівник – Кулеша-Любінець М. М.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології

Актуальність цієї теми полягає в необхідності розробки та впровадження ефективних методів психокорекції для дітей дошкільного віку з розладами аутистичного спектру (РАС). Враховуючи особливості психічного та психомоторного розвитку дітей цього віку, необхідно розробляти індивідуалізовані підходи до корекційної роботи, спрямовані на покращення їхнього емоційного, соціального та когнітивного функціонування.

Мета. Теоретичний аналіз особливостей та ефективних методів психокорекції для дітей дошкільного віку з розладами аутистичного спектру (РАС).

Виклад основного матеріалу. Психокорекція є системою дій, що спрямовані на виправлення емоційного недоліку, поведінкових та інтелектуальних аспектів особистості за допомогою психологічного впливу та спеціальних засобів. Також включає аналіз цілісних явищ психіки, взаємодію свідомого та несвідомого аспектів особистості. Для відновлення повного функціонування використовують тривалі процедури (психотерапія). Психокорекція спрямована на невеликі зміни, на розвиток і формування відсутніх і недостатньо розвинутих рис особистості [2, с. 10-11].

За даними ВООЗ, приблизно одна дитина на сто в світі страждає від аутизму. Хоча в Україні немає точних статистичних даних, проте ця кількість відповідає світовим показникам, що становить понад 1% від загальної кількості дітей. Іншими словами, з урахуванням 7,3 мільйонів дітей, народжених в Україні, близько 73 000 можуть мати розлад аутистичного спектру [3].

Базима Н. В. у своїй статті описує, що терміном «аутизм», за даними Американської асоціації з аутизму, позначають вроджений розлад, що має біоневрологічний характер і проявляється до 3-х років життя. А у Великобританії трактують це поняття як мовленнєві труднощі. У більшості досліджень аутизму цей термін «розуміється не як захворювання зі звичайною для цієї категорії етіологією, а як синдром з поєднанням атипових поведінкових характеристик» [1, с. 54]. В Україні вважають, що аутизм є порушенням, що охоплює широкий спектр і означаючи, що симптоматика порушення, рівень потенціалу дітей та інші характеристики можуть виявлятися в найрізноманітніших комбінаціях. Безпосередній ступінь тяжкості цієї хвороби також може варіювати.

Українська дослідниця Д. Шульженко визначає співвідношення між первинними та вторинними дефектами в осіб з аутизмом. Глибока вразливість до навколишнього середовища, страхи, фобії, реакція на зовнішні стимули та напруження призводять до виникнення вторинних ускладнень, таких як роздратування та втомлюваність. Ці ускладнення спотворюють сприйняття світу дитиною та призводять до її відокремлення від оточуючого середовища. Загалом, наявність нетипових форм поведінки, а також відмінності у соціальних, комунікативних та мовленнєвих функціях є поширеними психологічними явищами [7].

Корекційно-реабілітаційні заходи щодо дітей з РАС мають бути проведені із залученням різних фахівців, таких як дитячі психіатри, невропатологи, логопеди, психологи, педагоги, дефектологи, вихователі, музичні працівники, а також батьки, щоб забезпечити комплексний підхід. Корекційну роботу необхідно проводити поетапно, виходячи зі ступеня вираженості аутистичного синдрому. Оцінка стану аутистичної дитини всіма фахівцями є основою для розробки індивідуального плану корекційних заходів.

Діти з аутизмом, за словами Т. Скрипник, мають значний потенціал для розвитку. Обмеження, такі як відсутність соціальних навичок та порушення соматосенсорних і психомоторних процесів, що ускладнюють їх прогрес, можуть бути подолані. Використання спеціально підібраних методів навчання і розвитку, з урахуванням світового досвіду, сприятиме успішному формуванню їхніх інтелектуальних здібностей і адаптивних можливостей. Скрипник Т. В. у своїй монографії говорить про те, що для успішного подальшого навчання необхідно систематично, послідовно та докладно формувати основні (психофізіологічні) структури, процеси та функції – це є фундаментом, на якому можуть будуватися подальші навички та функції [4, с. 14-15].

В. В. Тарасун визначила основні напрями корекційно-розвивальної роботи для формування соціально-емоційної поведінки у дітей з аутизмом, а саме : формування емоційних станів, розвиток соціальної поведінки, створення базових етапів соціалізації, оволодіння стратегіями подолання складнощів у складних ситуаціях та засвоєння правил взаємодії з оточуючим середовищем, оволодіння конкретними соціальними знаннями та навичками, формування знань та вмінь, адаптаційні фази [5].

За концепцією Тарасун В. В. та Хворової Г. М. йдеться про те, що для успішної роботи з дітьми з аутизмом у дошкільних закладах педагоги повинні адаптувати свій підхід до нових освітніх принципів та методів, враховуючи індивідуальні потреби кожної дитини. Це означає використання диференційованого та особистісно орієнтованого викладання, а також розвиток системи підтримки для забезпечення успіху кожної дитини. Педагоги також повинні взаємодіяти з батьками та впроваджувати гуманні педагогічні підходи для заохочення дітей до навчання та розвитку [6].

Сучасні дослідники все більше враховують теоретичні підходи, сформовані міжнародними експертами, стверджуючи, що освіта для дітей з аутизмом повинна

бути на рівні з освітою дітей із стандартним розвитком. Це включає повну участь у звичайних освітніх закладах, де діти з РАС проводять більшість часу та беруть участь у всіх аспектах шкільного життя.

Висновки. Отож, психокорекція особистості в психології – це комплекс заходів та методів, спрямованих на покращення психологічного стану, душевної рівноваги, самопочуття, емоційного стану, а також формування позитивних особистісних якостей і розвиток внутрішньо-психічного потенціалу. Цей процес спрямований на корекцію негативних аспектів особистісного розвитку та підтримку позитивних змін. Таким чином, на сьогоднішній день робота з аутистичними дітьми вимагає комплексного підходу та використання різноманітних методів.

Список використаних джерел

1. Базима Н. В. Теоретичне вивчення проблематики аутизму. *Актуальні проблеми педагогіки, психології та професійної освіти*. 2015. № 1. С. 51–56.
2. Панчук Н. П. Основи психокорекції особистості дитини: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2021.
3. Проблеми дітей з розладами аутичного спектру. URL : <http://surl.li/ugezd> (дата звернення : 25.03.2024 р.).
4. Скрипник Т.В. Діти з аутизмом в інклюзії: сценарії успіху : монографія. Київ : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2019. 208 с.
5. Тарасун В. В. Аутологія: теорія і практика. Підручник. К.: «Вадекс», 2018. 590 с.
6. Тарасун В. В., Хворова Г. М. Концепція розвитку, навчання і соціалізації дітей з аутизмом: Навч. посіб. для вищих навч. закладів; За наук. ред. Тарасун В. В. К.: Наук, світ, 2004. 100 с
7. Шульженко Д. І. Основи психологічної корекції аутистичних порушень у дітей: Монографія. Київ, 2009. 385 с.

ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ : ТЕОРЕТИЧНИЙ АСПЕКТ

Паньків Христина,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»,

Науковий керівник — Кулеша-Любінець М. М.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології

Актуальність. Війна в Україні підняла актуальність проблеми збереження психологічного добробуту та психічного здоров'я військовослужбовців на

принципово новий рівень. Адже участь у бойових діях практично завжди супроводжується стресовою реакцією організму, що без відповідної своєчасної кваліфікованої допомоги може призвести до несприятливих наслідків як для самого військовослужбовця, так і для суспільства, загалом.

Військовослужбовці, які зазнали травм, стикаються зі значними психологічними викликами під час процесу відновлення та фізичної і психологічної реабілітації. Відомо, що найважливішим здобутком держави, що має стратегічне значення та відображає тенденції економічного, політичного, соціального, правового розвитку і процвітання країни, є здоров'я та добробут її громадян [3].

Війна в Україні, економічні негаразди, соціальна нестабільність, екологічні та техногенні катастрофи, стихійні лиха й озброєні конфлікти призводять до зростання загального напруження, невротизації, а отже – до осіб, які потребують специфічної допомоги в сфері психічного здоров'я.

Медична та психологічна реабілітація тісно пов'язані між собою, доповнюють одна одну і не повинні протиставлятися. При цьому слід розуміти, що медико-психологічна реабілітація не є доліковуванням. Її необхідно починати ще за наявності передпатологічних психічних змін, викликаних екстремальним психогенним впливом. Вона має проводитися починаючи з самих ранніх стадій формування психопатології, а особливо активно – на завершальних етапах лікування та після нього. На донозологічному рівні, коли психічний розлад ще не сформувався, в основному застосовується психокорекція, а за наявності сформованого психічного захворювання – психотерапія [5].

Мета. Здійснити теоретичний аналіз змісту психологічної реабілітації військовослужбовців.

Виклад основного матеріалу. Реабілітаційна психологія посідає одне з основних місць серед названих галузей і їй належить провідна роль у реалізації психологічної допомоги населенню.

Термін реабілітація (лат. *Rehabilitatio* – відновлення; *re* – означає «знову», *Nabilitas* – «здатність, спроможність») вперше почав використовуватися в юриспруденції, де він означає відновлення в громадських правах та скасування звинувачень. У контексті соціальної, медичної та психологічної допомоги його почали застосовувати значно пізніше.

За визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, реабілітація – це комплексне та скоординоване використання медичних, соціальних, освітніх та професійних заходів для підготовки або перепідготовки неспроможної особи до найвищого рівня реалізації функціональних можливостей. Значне місце в ньому займають психологічні аспекти, позаяк в центрі уваги будь-якої реабілітації є особистість людини з її здібностями, темпераментом, характером, почуттями, світоглядом, вірою, прагненнями.

Важливим у реабілітації є порушені можливості особи, взаємозв'язки, що тимчасово руйнуються між нею і суспільством та потребують відновлення. Процес відновлення концентрується не лише на потенційних можливостях

людини, але й на тому, що може запропонувати суспільство, на діях з боку суспільства й на формах взаємодії людини та суспільства [5]. Психічне здоров'я людини залежить від ряду чинників, що можуть здійснювати негативний вплив на людину. Серед яких відносимо труднощі в емоційній та когнітивній сферах: пригнічений або підвищений настрій (екзальтованість), необґрунтована тривожність, дратівливість або прояви злості до себе та інших, апатія у ставленні до будь-якого виду діяльності, неуважність, знижена концентрація уваги, домінанта негативних думок, що носять нав'язливий характер [4].

Психологічна реабілітація – це система заходів, спрямованих на відновлення, корекцію психологічних функцій, якостей, властивостей людини, створення сприятливих умов для розвитку особистості.

Реабілітаційні заходи проводять для відновлення позитивного ставлення хворого до себе, до родини, суспільства, життя, з метою попередження формування психічного дефекту зі схильністю до самоізолювання.

Психологічне відновлення військовослужбовців – це комплекс заходів, що надається військовослужбовцям в період прибуття до пункту постійної дислокації військової частини після виконання завдань за призначенням із району бойових дій та перед відбуттям їх у відпустку [2]. Психологічна терапія – комплекс проведення індивідуальних і групових занять, мета яких – усунення психологічних, нервових проявів. У результаті “пом'якшується” чи ліквідується наявна симптоматика (клінічно орієнтована психотерапія) і змінюється ставлення до соціального оточення і власної особистості (особистісно орієнтована психотерапія). Не потрібно при цьому змішувати психотерапію та реабілітацію.

Психологічна реабілітація поділяється на чотири важливі етапи [1] :

1. Діагностичний – вивчення характеру наявних у військовослужбовців психологічних проблем, ступеня впливу цих проблем на їхнє психічне здоров'я і життєдіяльність.
2. Психологічний – передбачає цілеспрямоване використання конкретних методів впливу на психіку реабілітованих військовослужбовців.
3. Реадаптаційний – здійснюється, переважно, при проведенні специфічної реабілітації.
4. Етап супроводу. На цьому етапі відбувається спостереження за військовослужбовцями, консультування та, за такої потреби, надається додаткова психологічна допомога після етапу психологічної реабілітації.

Медична й психологічна реабілітація сприяють проведенню соціальної реабілітації особи, відновленню її нормальних взаємин у суспільстві, насамперед у сфері праці [1].

Висновки. Аналіз наукових джерел дозволяє встановити характерні прояви стресових станів військовослужбовців, котрі зазнали фізичних та, безпосередньо пов'язаних з ними, психічних травм, серед яких найбільш поширеними є: думки про самогубство; потреба мати при собі зброю та за її допомогою вирішувати проблемні ситуації; часткова або повна втрата сенсу життя, невпевненість у своїх силах; депресія, песимізм, відчуття занедбаності й непотрібності; недовіра до

інших людей, нездатність відверто говорити про війну. Тому перспективами нашого теоретичного аналізу феномену “психологічна реабілітація” є проведення емпіричного дослідження та розробка рекомендацій для психологів, медиків та родин військових щодо психологічної допомоги та підтримки військовослужбовців з травмами кінцівок.

Список використаних джерел

1. Дуб В. Реабілітаційна психологія : методичні матеріали до семінарських занять [для студентів ВНЗ]. Дрогобич : Редакційно-видавничий відділ Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка, 2017. 92 с.
2. Кокун О. М., Агаєв Н. А., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Остапчук В. В. Психологічна робота з військовослужбовцями – учасниками АТО на етапі відновлення: Методичний посібник. К.: НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282с.
3. Кокун О. М., Пішко І. О., Лозінська Н. С., Олійник В. О., Хоружий С. М., Ларіонов С. О., Сириця М. В. Особливості надання психологічної допомоги військовослужбовцям, ветеранам та членам їхніх сімей цивільними психологами: метод. посіб. К. : 7БЦ, 2023. 175 с.
4. Міщиха Л. П., Кулеша-Любінець М. М. Психічне здоров'я як складова особистісного благополуччя. Збірник наукових праць. Харків, 2020. Випуск 1. С.166-168.
5. Романишин А. М., Бойко О. В. Первинна психологічна допомога і реабілітація в бойових умовах. Львів, 2014. 121 с.

ОСОБЛИВОСТІ МОТИВАЦІ ДО ОДУЖАННЯ ОСІБ З ІШЕМІЧНИМ ІНСУЛЬТОМ

Вінтоняк Ірина,

І курс ОР магістр, спеціальність «Психологія»,

ОП «Клінічна та реабілітаційна психологія»

Науковий керівник – Кулеша-Любінець М. М.,

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри клінічної та реабілітаційної психології

Актуальність. Інсульт – це складне захворювання, що виникає внаслідок порушення мозкового кровообігу. Захворювання може впливати на фізичний та психологічний стан людини. Ми можемо виділити три основні категорії уражень: когнітивні порушення, труднощі комунікації та порушення рухливості.

З початку 2023 року в Україні офіційно виявлено 87114 випадки гострого мозкового інсульту, з них 76575 – люди з ішемічним інсультом [1]. Надзвичайно важливими є вчасне надання допомоги та якомога швидша реабілітація людей, які перенесли інсульт, оскільки відсутність цих впливів призводить до незворотніх змін в організмі та може стати причиною інвалідизації людини [2].

Мета. Теоретично дослідити чинники формування мотивації до одужання осіб середньої дорослості з ішемічним інсультом.

Виклад основного матеріалу. У реабілітації центральною складовою є сам пацієнт та його оточення, які активно взаємодіють у встановленні мети реабілітаційного процесу [2]. Важливою складовою успішної реабілітації особи є мотивація до одужання. Абрахам Маслоу вивчав мотиваційну сферу особистості та розробив теорію ієрархії потреб, згідно з якою в конкретний момент часу людина спрямовує свої зусилля на задоволення найважливішої або найсильнішої потреби, при цьому всі потреби сформовані на основі їхньої важливості для самої особи [3].

Внутрішнє уявлення про хворобу включає в себе особисте сприйняття людиною свого стану, що має чотири аспекти [4]:

1. Больовий або сенсорний аспект – це те, що відчуває хворий фізично.
2. Емоційний аспект – охоплює емоції, що виникають у зв'язку з хворобою.
3. Когнітивний аспект – те, що людина мислить про причини та наслідки своєї хвороби.
4. Мотиваційно-вольовий аспект – стосується потреби в активній участі у відновленні та підтримці здоров'я.

Внутрішня картина хвороби є багатofакторним компонентом та способом психологічної адаптації людини до захворювання. Вона формується на основі основних механізмів адаптації в умовах захворювання, що прогресує, і надалі може впливати на поведінку людини [5].

Реабілітація пацієнтів, що перенесли ішемічний інсульт, спрямована на відновлення їх можливості ходити і повинна бути доступною для всіх стабільних пацієнтів з клінічної точки зору. Надзвичайно важливими є проведення своєчасного та раннього фізичного навантаження разом з комплексним лікуванням, які спрямовані усунути наслідки гострого порушення мозкового кровообігу та можуть мати вирішальне значення для відновлення таких пацієнтів. Початкова та адекватна рухова активність допомагає мінімізувати наслідки захворювання, покращує рухові функції, загальний фізичний та психологічний стани людини [6].

Ми розглядаємо мотив як складне утворення. Серед структурних компонентів мотиву досягнення виділяють три основні категорії: когнітивний (знання, уміння та вольові якості), емоційно-ціннісний (самооцінка, задоволеність результатами власної діяльності та інтерес) і діяльнісно-поведінковий (пізнавальна активність, практична реалізація індивідуально-психологічних можливостей та самостійні заняття) [7].

Висновок. Глобальний підхід до лікування інсульту орієнтований на комплексне відновлення та підтримку пацієнта на різних етапах його реабілітації. Важливим у реабілітаційному процесі є бажання одужати.

Список використаних джерел

1. Інсульт: що робить держава для пацієнтів. МОЗ України. URL: <https://moz.gov.ua/article/news/insult-scho-robot-derzhava-dlja-pacientiv> (дата звернення: 20.03.2024).
2. Гирявець М. В. Клініко-неврологічні та нейропсихологічні особливості відновлення рухової функції у хворих з когнітивними порушеннями після перенесеного ішемічного інсульту : автореферат дис. канд. мед. наук : 14.01.15 – нервові хвороби; М-во освіти та науки України, ДВНЗ «Ужгород. нац. ун-т». Ужгород, 2021. 22 с. URL: <https://www.uzhnu.edu.ua/uk/infocentre/get/33343> (дата звернення: 21.03.2024).
3. Бутенко Д. С. Теорії мотивації: практичний аспект. *Ефективна економіка*. 2020. № 5. URL: <http://surl.li/ugskv> (дата звернення: 20.03.2024).
4. Монастирський Ю. І. Внутрішня картина хвороби у пацієнтів різних відділень терапевтичного профілю. *Medicine Innovative areas of solving problems of science and practice*. Вінницький Національний медичний університет імені М.І.Пирогова
5. Лазебник Ж. В., Проскурня А. С. Психологічна адаптація до дебюту захворювання у хворих на шизофренію. *Психофізіологія та медична психологія*. URL: <http://habitus.od.ua/journals/2023/47-2023/38.pdf> (дата звернення: 20.03.2024).
6. Андріюк Л. В. Міхеєнко О. І. Фізична реабілітація осіб з ішемічним інсультом. *Проблеми здоров'я, фізичної терапії, реабілітації та ергоterapiї* (м. Суми, 4 грудня 2020 р.).
7. Артюшенко О. Ф. Нечипоренко Д. Л. Мотив досягнення та теоретичне обґрунтування його структурних компонентів. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2013. № 5. С.25-28.

ДИТЯЧА ПСИХОЛОГІЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНА ПРАКТИКА

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТАНОВЛЕННЯ ГЕНДЕРНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ В РАНЬОМУ ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

Качкан Тетяна,
IV курс ОР бакалавр, спеціальність «Психологія»,
ОП «Дитяча психологія та психологічна практика»,
Науковий керівник – Хабайлюк В. В.,
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри соціальної психології

Актуальність. Гендер складається зі стереотипів, норм та гендерної ідентичності. Особистість формується відповідно своєї гендерної ідентифікації на всіх вікових щаблях розвитку людини. Тобто ідентичність індивід не отримує одразу при народженні, ідентичність поступово формується під час взаємодії його природних задатків та соціалізації.

Юнацький вік є сензитивним для формування статево-рольової поведінки. У становленні статево-рольової ідентичності відіграє важливу роль самоаналіз та самооцінка дівчат та юнаків. Цей віковий період є важливим для подальшого розвитку, орієнтації юнаків на зразки Я-жінка та Я-чоловік. В цей час у юнаків відбувається становлення гендерної ідентичності, яка виступає їх внутрішнім переживанням стосовно своєї статевої приналежності, статевого самоусвідомлення та поведінки. Юнацький вік характеризується періодом особистісного самовизначення, у цей час активно формується образ власного Я. Цей вік також характеризується конкретизацією та розширенням статевого самовизначення, особистість починає активно усвідомлювати ставлення до самого себе та ставлення до інших.

Мета. Дослідити психологічні особливості становлення гендерної ідентичності в ранньому юнацькому віці.

Виклад основного матеріалу. Раніше замість гендеру вживали термін «стать». Однак цей термін позначав лише анатомічні та фізіологічні риси, за якими розрізняють чоловіків та жінок. Проте, поряд з цими рисами ще існує розподіл ролей та різні характеристики особистості. Гендер, як соціальний інститут є засобом, що допомагає людині організувати життя.

Сандра Бем, американська дослідниця, яка вивчала гендерні проблеми, розробила методіку «Статево-рольовий опитувальник» (the Bem Sex-Role Inventory). Згідно з цією методикою можна виділити такі основні типи, незважаючи, на фізіологічну стать [2]:

- Маскулінний тип, з вираженими чоловічими якостями;
- Фемінний, що характеризується переважанням жіночих якостей;

- Андроґінний тип з комбінацією жіночих та чоловічих якостей;
- Невизначений тип, тобто той, який не має виражених фемінних чи маскулінних якостей.

В сучасній психології цей опитувальник є найбільш широко використовуваний інструментом для вимірювання того, як доросла людина оцінює себе з точки зору гендеру. Це шкала, яку використовують для того, щоб виміряти ступінь, в якій особистість виявляє ті чи інші риси й особливості, що пов'язуються з жіночими чи чоловічими ознаками статево-рольової ідентифікації. Ця шкала містить 60 пунктів, з яких 20 пунктів є тісно пов'язаними з суспільною думкою про маскулінність, ще 20 пунктів шкали це, асоціації з фемінінністю та інші 20 пунктів відображають ступінь андроґінності.

Експериментальна вибірка дослідження – 30 учнів старших класів: 15 чоловіків та 15 жінок. Методика Сандри Бем відкрила можливість визначити статево-рольових характеристик.

Проаналізуємо спочатку результати дівчат. Так з опитуваної частини дівчат у 35% дівчат спостерігаються ознаки вираженої фемінності. Це свідчить про жіночність, турботу, привабливість тощо. У 27 % опитуваних дівчат виявлено фемінність, що вказує на те, що опитуванні ідентифікують себе зі своєю соціальною роллю дівчини. Ще 20 % належать до андроґінного типу. Це означає наявність в респонденток як жіночих, так і чоловічих характеристик. А у 18 % виявлено маскулінні риси, тобто силу, мужність, агресивність, аналітичність тощо. З результатами можна ознайомитися на діаграмі, що на Рис. 1.

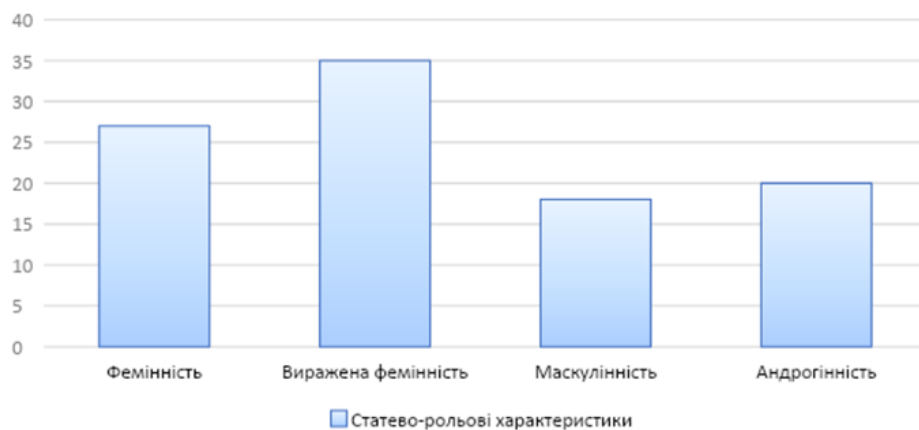


Рис. 1. Статево-рольові характеристики дівчат за методикою С.Бем

В опитуваних юнаків спостерігаємо наступну ситуацію. 40 % опитуваних хлопців характеризуються чіткою маскулінністю, що свідчить про активний розвиток хлопців відповідно до їх статі. В них проявляється сила, мужність, амбітність, аналітичний склад розуму, незалежність тощо. А виражену маскулінність виявлено у 25 % юнаків. 23 % складає частина юнаків, які характеризуються андроґінним типом, тобто їм притаманне поєднання характеристик, які властиві двом статтям. У 12% якості, які не зовсім узгоджуються з чоловічою статтю, тобто – фемінність. Розглянути результати можна на рисунку 2.

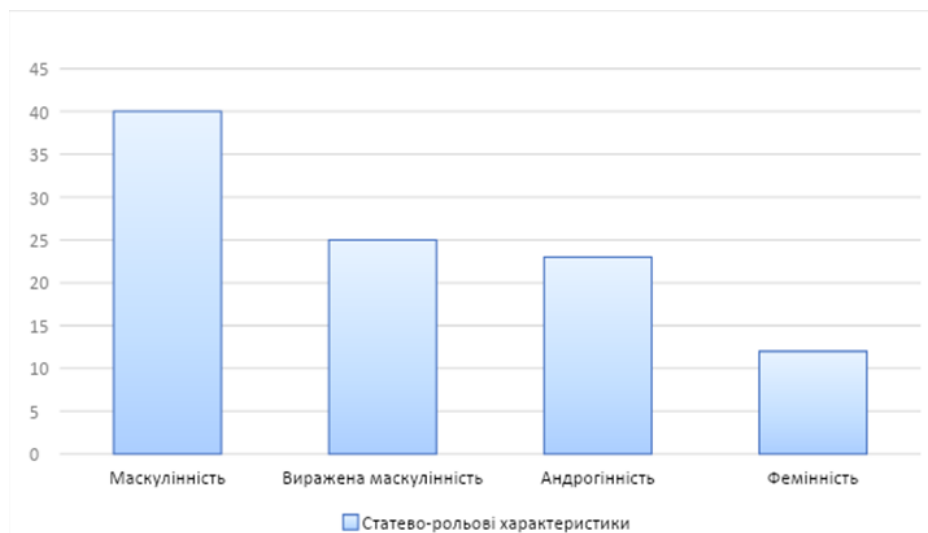


Рис. 2. Статеворольові характеристики юнаків за методикою С.Бем

Висновки. Питання становлення гендерної ідентичності в ранньому юнацькому віці є складним та багатограним. Гендерна ідентичність є однією із фундаментальних характеристик особистості. Формування гендерної ідентичності має соціальний характер, це усвідомлення і прийняття своєї мужності та жіночності, що зафіксовано у межах соціально зумовленої культури, у якій народжується та формується особистість.

Більша частина респондентів характеризують свою гендерну ідентичність відповідно до своєї статі. Тому надзвичайно важливо сприяти формуванню адекватної та позитивної ідентичності. При цьому необхідно надавати особистості відповідну психологічну підтримку, підказувати та направляти в шляхах самореалізації, забезпечуючи волевиявлення та свободу вибору.

Список використаних джерел

1. Арутюнова Д.Ю. Самоідентифікація гендерних особливостей в юнацькому віці. Дипломна робота на здобуття освітнього ступеня бакалавра спеціальності «Психологія». Національний авіаційний університет. Київ, 2022. 42 с.
2. Боровцова М. С. Статеворольовий опитувальник С. Бем (BSRI): можливості використання в умовах сучасності. *Актуальні проблеми практичної психології: матеріали Всеукр. наук.-практ. семінару /РВВ ГНПУ ім. О.Довженка. Глухів, 2012. С. 5–7.*
3. Кікінежді О. М. Гендерна ідентичність в онтогенезі особистості: монографія. Тернопіль.: Навчальна книга-Богдан, 2011. 400с.
4. Марченко О. Ю. Особливості гендерної ідентичності у школярів різного віку. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту.* 2014. с.37-41

ІСТОРИЧНІ ТА ТЕОРЕТИЧНІ ПРОБЛЕМИ ФІЛОСОФІЇ

ЕТИЧНІ ІДЕЇ СОКРАТА ТА Г. СКОВОРОДИ : ПОРІВНЯЛЬНИЙ АНАЛІЗ

Николайчук Марія,
ІІІ курс, ОР бакалавр, спеціальність «Філософія»,
ОП «Філософія»,
Науковий керівник – Гайналь Т. О.,
кандидат філософських наук, доцент,
доцент кафедри філософії, соціології та релігієзнавства

Актуальність. Сократ і Григорій Сковорода – представники різних часів та культур. Порівнюючи їхні етичні підходи, ми можемо краще зрозуміти, як культурні та історичні контексти вплинули на їхнє мислення та наше розуміння моралі. Також тут присутня і практична вигода. Ми знаходимося в освітньому просторі, де формуються світогляди і виростають особистості. Звернення до ідей, які розвинуті Сократом і Г. Сковородою, до їхніх принципів мудрості, самовдосконалення та внутрішньої свободи може надати орієнтир для розвитку як на рівні окремо взятої особистості, так і на рівні побудови справедливого суспільства.

Мета. Виявити спільне та відмінне в етичних ідеях Сократа та Григорія Сковороди.

Виклад основного матеріалу. В центр дослідження ми виводимо двох філософів з абсолютно різних епох, контекстів, світоглядних парадигм, традицій, і тим не менш їхні філософські, а також етичні уявлення дивовижним чином перетинаються. На нашу думку, моменти цих перетинань, а разом із ними точки відмінностей, заслуговують інтересу.

В основі порівняння буде лежати кілька моментів: 1) відмінності та подібності визначення самопізнання, яке знаходиться в умовному центрі вчень обох філософів; 2) діалог, який сам по собі започатковує Сократ, але пізніше у власному новому стилі використовує Г. Сковорода; 3) антропологічний поворот, який здійснили ці мислителі, кожен зі своїми контекстуальними особливостями.

В етичних вченнях обох філософів фігурує самопізнання як шлях до істини та пізнання в цілому, але між ними є суттєва різниця. Коли ми звертаємося до уявлень Г. Сковороди, варто пам'ятати, що вся його філософія базується на християнському світогляді. Принцип самопізнання у його філософії, полягає у заглибленні людини у себе, що є шляхом наближення до Бога. Тобто Г. Сковорода розуміє акт самопізнання не як гносеологічний, а онтологічний процес. Результатом такого процесу стає певне метафізичне перетворення людини,

осягнення нею власної сутності і сутності Бога. Досягнути цього результату взагалі не є можливим через інтелектуальний акт, бо надприродна реальність пізнається через переживання. Органом цього процесу є серце, а пізнання людиною себе є актом любові.

Взагалі вислів «Пізнай самого себе», як відомо, був написаний ще над входом до храму Аполона в Дельфах, однак вперше закріпився він саме за Сократом, адже жоден з філософів до нього не акцентував на принципі самопізнання в основній частині свого вчення. Для Сократа самопізнання – насамперед інтелектуальний акт, який приводить до знання та розуміння себе як суспільної та моральної істоти, не тільки як особистість, а й як людину взагалі, це – пізнати свої здібності. Учень Сократа Ксенофонт зафіксував таку думку свого вчителя: «Хто знає себе, той знає, що йому корисно, і ясно розуміє, що він може, а що ні. Займаючись тим, що знає, він задовольняє свої потреби і живе щасливо, а не беручись за те, чого не знає, не робить помилок і уникає нещастя» [див. 1]. За Сократом, знання людина не отримує ззовні як готове, а може досягнути лише власними зусиллями, шукати їх потрібно занурюючись в себе, адже, згідно із тогочасними віруваннями, безсмертна душа, пройшовши повне коло космічних перевтілень, потенційно знає все. Отже, потрібно змусити її згадати тимчасово забуте. Щоб цього досягти, слід поставити людину в ситуацію суперечності з собою. Це досягається в процесі діалогу або суперечки.

Таким чином, ми виходимо на наступну точку порівняння, – а саме, властивий Сократу і Г. Сковороді діалогізм. Сократ увійшов в історію як винахідник діалогу, який є головним методом пошуку знання. Сократом пізнання мислилося як складова частина людських взаємовідносин в моменті безпосереднього спілкування. В процесі комунікації людина має можливість вбачати себе через інших, як крізь умовне дзеркало, а також змінювати і поглиблювати свої думки. Сократ розробив метод суб'єктивної діалектики, складовою частиною якого є метод запитань і відповідей, таким чином, стимулюючи пізнання в живому спілкуванні. Запитання, які філософ задавав співрозмовнику, були стрижнем бесіди і наводили мисленнєвий потік у правильне русло, допомагаючи думкам народжуватись. В процесі діалогу загально визнане ставилося під сумнів і як результат відбувався спільний пошук істини. Такими суперечками філософу вдавалося викликати пізнавальний інтерес співрозмовника до теми, яка обговорювалася й активізувати його теоретичні пошуки.

У Г. Сковороди діалогічним можна назвати все його життя: пошук шляхів до досягнення людського щастя, тривале життя у мандрах і, звісно, діалог – це форма, якої часто набувають його твори. Сковорода вів активне спілкування з друзями, учнями та іншими філософами свого часу. Його листування й особисті зустрічі були важливою частиною його філософської практики, де він обмінювався ідеями та досвідом. Також у своїй педагогічній діяльності Г. Сковорода застосовував метод суперечності та діалогу, щоб стимулювати учнів до критичного мислення та самопізнання. Він пропагував ідею, що важливіше не знати правильну відповідь, а знати, як ставити правильні питання. Сковорода був

відомий своєю відкритістю до різних точок зору та готовністю слухати інших. Він відзначав важливість взаємодії та обміну думками для розвитку особистості та суспільства. В своїх діалогах мислитель створює умови активної взаємодії між автором і читачем, а також між різними ідеями і точками зору. Мислитель писав у формі листів, діалогів, розмов, що надає їм характеру живого спілкування між особами. Цей підхід дозволяє читачеві відчувати себе співрозмовником автора, активно долучатися до роздумів.

Ще однією дуже суттєвою рисою, яка належить вченням обох філософів є новизна і поворот поглядів. Г. Сковорода змістом і спрямуванням своєї філософії істотно відрізнявся від своїх вчителів. Якщо для професорів Києво-Могилянської академії було притаманним звернення уваги на онтологію і гносеологію, то філософія Г. Сковороди повернула фокус пізнання на людину і етико-гуманістичну проблематику. Філософ вбачав сенс життя людини в досягненні щастя і всіяко шукав дорогу до нього. У випадку Сократа все ще цікавіше, адже вся досократична філософія була космологічною і фундаментальними проблемами вважала питання про світ і світопорядок. Натомість після десятків років натурфілософії, центром пізнання Сократа стає людина, причому не як фізична, а як моральна сутність.

Висновки. Підбиваючи підсумки з вищесказаного, можемо простежити схожість філософських стилів Г. Сковороди і Сократа. Це можливо тому, що попри перебування ними в цілковито різних історичних вимірах і контекстах, схожими залишаються фундаментальні визначення власного буття. Ці визначні філософи поділяли спільну думку, про те що потрібно жити так, як філософуєш. За цей ідеал Г. Сковорода пішов в мандри, ізолювавши себе від спільноти, а Сократ взагалі прийняв смерть. Також не важко помітити, що українська філософська думка успадковує певні ідеї античної філософії через низку історичних подій. Філософи рознесені в часі, просторі і контекстах, продукують ідеї, що певним чином перегукуються, корелюються чи відверто співпадають і порівняльний аналіз дозволяє це фіксувати. І хоча марно сподіватися віднайти всезагальну істину на перехресті думок різних філософів, все ж це дозволяє досліджувати ідеї на рівні їх власної онтологічної автономії та повноти.

Список використаних джерел

1. Возняк С. М. Філософія Стародавнього світу : навчальний посібник. Івано-Франківськ : Видавничо-дизайнерський відділ ЦІТ, 2007. 200 с.
2. Горський В.С. Історія української філософії : курс лекцій : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. 3-тє вид. Київ : Наук. думка, 1997. 285, [1] с.
3. Суходуб Т.Д. Сократівський діалог Г.С. Сковороди: морально-особистісні вибори філософа. *Філософська та художньо-літературна творчість Г.С. Сковороди у контексті проблем сучасного людського буття* : матеріали Всеукр. наук.-теорет. конф., м. Дрогобич, квітень 2021 р. Дрогобич, 2022. С. 4-14.

СВІДОМІСТЬ VERSUS ІСНУВАННЯ : В РАМКАХ МИСЛЕННОГО ЕКСПЕРИМЕНТУ

Лапінський Олександр,
I курс ОР бакалавр, спеціальність «Філософія»,
ОП «Філософія»,
Науковий керівник – Возняк С.В.,
кандидат філософських наук, доцент,
доцент кафедри філософії, соціології та релігієзнавства

Актуальність. Дана розвідка є результатом авторських роздумів довкола проблеми співвідношення свідомості та існування та володіє значущістю тією мірою, якою даний мислений теоретичний експеримент надає альтернативну відповідь на питання призначення людини та місця її духовного світу в її становленні.

Мета: проаналізувати способи та структурні ітерації метафізичного опозиціонування свідомості, схопленої як *cogito*, із існуванням, що мислиться як *vita activa*.

Виклад основного матеріалу. Трагедія людського існування полягає в неможливості приведення людського Я до повної сатисфакції існування. Наша свідомість є трансцендентальною по відношенню до світу і має уявлення про ідеальне, не сковане правилами дійсності чи її умовами, і досягти цього ідеального неможливо в реальному світі. Що приносить людині постійну душевну шкоду, так це неможливість віднайти спокій. Тут також грає роль наша онтологічна складова, яка власне і не передбачає душевного спокою чи сатисфакції для людини, оскільки все живе, що існує, має за основну мету саме виживання свого роду. І не тільки живе. Все, що має місце в просторі, бореться за право займати його. А право на існування воно «вибиває» в невблаганного часу, який випробовує все, що існує, на витривалість, приводячи речі до розпаду та руйнації. Ніщо не може існувати вічно, речі зношуються, планети руйнуються, рослини висихають, люди помирають. Цей відбір відбувається через час, час якого не існує, бо в реальному світі присутній тільки момент дійсності. Це стан, який не має минулого чи майбутнього. Тільки жива мисляча істота, маючи пам'ять, може накопичувати фрагменти в пам'яті, які відтворюють те, що було. На відміну від свідомості, Всесвіт існує тільки в абсолютній дійсності, де щось або існує, або не існує. В приклад цьому можна привести дерево, що росте певний проміжок часу, засихає та падає. Прийшовши на місце падіння цього дерева, ми можемо побачити, як воно лежить, зафіксувати його наявність та на основі досвіду, знань та логіки припустити, що перед тим як впасти, воно повинно було вирости. І скоріш за все, ми будемо праві в своїх припущеннях. Але в дійсності факт того, що дерево взагалі коли небудь росло, відтворюється тільки в формі нашої думки, в той час як у Всесвіті ніде і ніяк це дерево більше не росте і не буде рости. В момент дійсності матерія в вигляді

лежачого засохлого дерева існує саме в такій формі, і ні в якій іншій. І моменту, в якому воно коли небудь не було лежачим та засохлим, в світі немає, є тільки дійсне та наявне. І в таких умовах констатувати наявність чогось ми можемо тільки тому, що щось існує, і в цей момент має форму та місце в просторі.

Ці речі змогли зберегти своє місце завдяки своїм властивостям. До прикладу, космічне каміння вирізняється своєю твердістю та щільністю за рахунок чого зберігає форму та існує на протязі тисячі років. Але його недоліком виступає не відтворюваність, при якій після цих тисячі років це каміння так чи інакше розпорошиться, втратить форму та зникне. А, наприклад, рослина існує значно менше, але при цьому має змогу самовідтворюватись, завдяки чому її матерія при належних умовах зможе зберегти форму та місце в просторі до безкінечності. Але належних умов для неї не буде, бо вона росте тільки в місці де з'явилась, і в випадку загрози для неї вона загине, оскільки не зможе уникнути несприятливих умов. А тварина зможе, вона може втекти від загрози, сховатись або змінити ареал проживання, чим забезпечує собі як можливість самовідтворюватись, так і уникати загроз, чим суттєво збільшує шанси на довічне існування. Нажаль, планета, на якій ця тварина існує не уникає загроз, і рано чи пізно згорить в сонці або буде розбита метеором чи знищена іншим чином, через що жива матерія тварини втратить право на існування. Тим не менш, один вид живого може пережити таке руйнування. Це – людина.

Так ми можемо простежувати динаміку розвитку матерії та того, яким чином вона намагається зберегти своє право на життя. Цікавим є те, що розум в цій історії працює системою захисту для тіл живих істот. Адже щоб плоть тварини рухалась і уникала загроз, вона повинна бути простимульована до цього. Ця стимуляція відбувається внаслідок переконання розуму в своїй наявності, завдяки зоровому, нюховому, слуховому, тактильному, смаковому та кінестетичному чуттю відбувається прихід інформації ззовні в розумовий посуд, де відбувається мислення межі та простір якого є трансцендентальним, тобто не має точки в просторі і дійсно не є зануреним в світ, а здобуває знання про нього виключно завдяки вище переліченим чуттям. І тому відбувається інпроекція розуму, через яку розум відчуваючи безальтернативну вписаність в світ, віддає сигнали в відділи головного та спинного мозку, чим стимулює тіло до дій.

Повертаючись до проблеми існування матеріального, ми маємо розуміти, що весь розвиток матерії та її види утворюються причинно наслідково, і її форму та функції визначають обставини, в яких вона утворюється. Ці умови утворюються внаслідок синтезу та взаємодій різних чинників. Наприклад, утворення сонячних систем відбувається в наслідку параметрів та властивостей планет і також правилам фізики. Все те, що існує прямо зараз, це те наявне що утворилось або залишилось в причинно-наслідкових зв'язках, і протягнулось дотепер. Констатуємо це як свідомість, що існує у тілі людському на фоні плинності, потрібно розуміти, що момент, який ми захоплюємо, рано чи пізно безповоротньо перерветься для нас та нашого виду. Тож наше завдання, а точніше, навіть екзистенція *нас* як свідомості, як особистості, як індивіда – це забезпечити в першу

чергу себе, а потім і інших таких, як ми, тепличними умовами для існування нашого виду. В дійсності є два шляхи життя індивіда: це або прагнути вберегти себе, або вберегти інших.

Висновки. Яким би ми шляхом не йшли, свідомо чи несвідомо, ми будемо рухатись в напрямку збереження життя. І навіть якщо хтось вибратиме свідому смерть або знищення одне одного, людство все одно повертається на єдине прагнення, прагнення жити, прагнення продовжити існувати. Але на жаль, вирвати нашу свідомість окремо від тіла не можливо. І для нас точно так само, як і для всього іншого настане мить припинення існування, коли ми більше не зможемо продовжувати матерію роду людини. Але – можливо, ми станемо (так само як і все інше в світі) однією з умов утворення чогось, що перейме естафету в забігу на безкінечні перегони з часом.

Список використаних джерел

1. Frede M. Algra K., Barnes J., Mansfeld J., Schofield M. Stoic Epistemology. *The Cambridge History of Hellenistic Philosophy*. Cambridge, 1999. P. 295-322.
2. Kahane Guy. The Value Question in Metaphysics. *Philosophy and Phenomenological Research*. 2012. Volume 85, Issue 1, July. P. 27–55.
3. Габермас Юрген. Постметафізичне мислення; [пер. з нім. В. Куплін]. К. : Дух і Літера, 2011. 280 с.
4. Гусєв В. І. Вступ до метафізики: Навчальний посібник. К. : Либідь, 2004. 488 с.

СТЕРЕОТИПИ ЯК ФОРМА МИСЛЕННЯ І ПРОБЛЕМА СУСПІЛЬНОЇ НОРМАЛІЗАЦІЇ ІДЕАЛІВ КРАСИ

Курко Віталіна,
І курс ОР бакалавр, спеціальність «Філософія»,
ОП «Філософія»,
Науковий керівник – Возняк С.В.,
кандидат філософських наук, доцент,
доцент кафедри філософії, соціології та релігієзнавства

Актуальність. У сучасному світі питання унормованості ідеалів краси та їх впливу на психічне здоров'я стає все більш загостреним, особливо серед молоді. Тому вкрай актуальним є питання про природу стереотипів та їх роль у суспільстві та у нашому мисленні.

Мета. Проаналізувати проблему унормованості ідеалів краси та запропонувати шляхи її вирішення.

Виклад основного матеріалу. Стереотипи стосовно зовнішності поширені в суспільстві і можуть викликати негативний вплив на самопочуття та психічне здоров'я. Шляхи вирішення проблеми включають підвищення освіти та

свідомості, підтримку різноманітності та самоприйняття, а також законодавче регулювання.

Що ж таке стереотипи? Це викривлене уявлення про світ та суспільство. Цей термін визначає ставлення до подій, чи явищ, які уявляють люди, хоча ці уявлення не мають нічого спільного з реальністю.

Суспільство, яке схильне до стереотипного мислення, не є розумним. Стереотип важко піддається змінам. Саме фальшиві знання, неякісне донесення інформації, брехня та необізнаність дуже легко входять у життя людей. Таким чином можна нав'язати будь-що. Вперше стереотип як термін ввів американський журналіст Волтер Ліппман у своїй книзі «Суспільна думка». Стереотипом він назвав метод, за допомогою якого суспільство намагається категоризувати людей, ґрунтуючись на деяких характеристиках осіб, ставить загальний «штамп» на суспільну групу, до якої вони належать.

Втім, стереотип водночас є необхідною, неунікною формою суспільного мислення. На певному етапі розвитку та входження в універсальні форми людської діяльності, на рівні повсякденної свідомості та наших автоматичних, ритуалізованих дій, з котрих складається істотна частина нашої активності, стереотипи відіграють роль усталених, аксіоматичних уявлень, що надають контекст та окреслюють наше інтегральне ставлення до дійсності. Це можна визначити як позитивну природу стереотипності, котра існує до нашого рефлексивного, відповідального та усвідомленого мислення. Ханна Арендт у своїй праці «Життя розуму» характеризує це наступним чином: «відсутність мислення дійсно являє собою потужний фактор в людських справах, статистично – найбільш потужний, і не просто у поведінці багатьох, але у поведінці усіх. Сама насущність, а-scholia, людських справ потребує попередніх суджень, довіри до звичаїв та звичок, тобто до упереджень (тобто до стереотипів – В.К.)» [1, р.71].

Звернімось до проблеми нормалізації уявлень про красу. У сучасному світі часто спостерігається підвищений тиск на зовнішній вигляд.

Варто розібрати наступний кейс, що презентує нам проблему. На вітрині дитячих магазинів, де виставлено, наприклад ляльки «Барбі», ми спостерігаємо ілюзію ідеальності. Дивлячись на них, бачимо тільки маленькі копії «моделей», якими не є середньостатистичні дівчата та жінки. Ще з дитинства дівчинці нав'язують, «демонструють» стандарти «прекрасного». Ляльки – це втілення краси, і серед них немає різних фігур, носів, губ, облич, товстої фігури; більшість ляльок білошкірі, немає різноманіття, яке є в світі людей.

Реальна людина не може бути ідеальною, як лялька. Ця «ідеальність» часто є унормованою та стандартизованою, що пригнічує індивідуальність та призводить до негативних відбитків на психічному здоров'ї та самопочутті. Популярною хворобою через прагнення людей бути нездорово худими є анорексія, що часто тлумачиться як психічне захворювання. За статистикою, більшість хворих це жінки, а особливо дівчатка. Також така стандартизація спричиняє негативний вплив на самооцінку та самоідентичність особистості.

Шляхи вирішення проблеми унормованості ідеальності зовнішності можуть включати різні підходи, і задаються різноманітними політиками гуманітарних організацій, правовими документами чи іншими формами декларативного мислення, що спрямоване на фіксацію певних цінностей та світоглядних установок. Загальновідомо, що сучасні ціннісні орієнтири західного ліберального світу істотним чином акцентують увагу на правах людини, в тому числі – і на право бути інакшою, нетиповою, нестандартною особистістю. Проте цього, вочевидь недостатньо, якщо не проблематизувати феномен стереотипного мислення на теоретичному та філософському рівнях. Тут варто зауважити, що попри необхідність та неunikність стереотипів, про яку ми згадували вище, проблеми з ідентичністю та самооцінкою починаються тоді, коли роль стереотипного гіпостазовано перебільшується в суспільстві – часто через різноманітні наративи традиції, етики та апеляції до суспільної впорядкованості. Законодавче регулювання впровадження законів та політик, що захищають права людей на особисту гідність та відмовляються від дискримінації на основі зовнішності.

Висновки. Зміна унормованих стандартів краси потребує комплексного підходу, що включає освіту, підтримку різноманітності та захист прав людей на особисту гідність.

Список використаних джерел

1. Arendt Hannah. The Life of the Mind. One-Volume Edition. San Diego: Harvest, Harcourt, 1981. 284 p.
2. Lippmann Walter.. Essays in the Public Philosophy. Boston: Little, Brown, 1955. 290 p.

ПРОБЛЕМА НАРОДЖЕННЯ В НЕОПЛАТОНІЗМІ

Савчук Лука,

І курс ОР бакалавр, спеціальність «Філософія»,

ОП «Філософія»,

Науковий керівник – Возняк С. В.,

кандидат філософських наук, доцент,

доцент кафедри філософії, соціології та релігієзнавства

Актуальність дослідження. Темою дослідження є проблема народження, зокрема тематизація народження у філософії неоплатонізму. Чому саме ця філософська школа є актуальною для сучасної філософії? Бо вона змістовно описує причину, процес і наслідок народження, що зумовлює появу низки фундаментальних філософських наративів, що в тому числі впливають і на сучасність.

Мета: проаналізувати особливості постановки проблеми народження у філософії неоплатонізму.

Виклад основного матеріалу. Народження відбувається в результаті еманациї, тобто випромінювання буттям вищого порядку до нижчого. Той, хто народжує і той, хто народжується мають єдиний рід, або характеристики та існують за єдиними законами. Народжений ієрархічно підпорядковується тому, хто народжує. До моменту народження, той, хто народжує і той, хто народжується є одним цілим, проте той, хто народжує є субстратом (*materia prima*) для того хто народжується. Але провівши імплікативне обернення цього судження втрачається логос, з цього слідує наступне: той, хто народився, до свого народження, до прикладу в утробі матері, перебував у феномені небуття, при тому дійсно існуючи у феномені буття як елемент матері. Чи існував той, хто мав народитися, ще задовго до народження, до прикладу до знайомства майбутніх батьків? Ми знову стикаємося із тим самим логосом. Майбутнє чадо перебувало у феномені небуття, проте дійсно було частиною феномену буття, оскільки його майбутні батьки перебували в феномені буття і склалися із субстрату, синтезом якого стала дитина. Процес народження складається із формування найнижчої матеріальної сфери буття – тіла і падіння душі із надчуттєвого світу. Душа є елементом Світової Душі – єдиної в своїй множинності. Всесвітня душа підпорядковується Єдиному, яке є абсолютною досконалістю і в момент перевищення божественного потенціалу Всесвітня Душа триває продукуючи нові елементи, проте цей процес характеризується своєю невичерпністю.

Провідна ідея “Неравное всем равенство” Сковороди може виступати експлікацією поняття Всесвітня душа/душа. Через метафоричні образи Всесвітньої душі як фонтану, розливання води як падіння душі і посудини як матеріальне тіло. Той, хто народжує, оскільки є вищою формою буття, може вплинути на те, чи народиться нижчий, проте нижчий такої волі не має. В результаті народження, так би мовити, відбувається процес здійснення матерії в сукупності з формою, творячи дійсність. Народження спонукає до оформлення матерії. При тому народження оформлює матерію, емануючи, продовжуючи рід із широким онтологічним статусом до вужчого конкретного представника цього конкретного роду, опираючись на ідеал форми. Ідеал форми уподібнюється до абсолюту естетики – Єдиного і в результаті ідеал форми є прекрасним за своєю природою виключаючи із себе будь, що інше окрім краси. Причиною цього є єдине начало яке береться із Єдиного і є абсолютним добром, унеможливаючи децей, як начало. Ідеалом форми я називаю той взірць/парадигму, уподібнюватись до якої приречений той хто народжується, тобто людина, представник роду людина, може народити тільки людину, представника роду людина, що за своїми характеристиками уподібнюється до ідеалу форми «людина», якщо виразитись тривіально, людина не спроможна народити, будь що інше, окрім представника роду «людина». Також у побутовій лексиці ми стикаємось із словосполученням «народилась думка», що означає, що конкретна мисляча особа в результаті мислення утворила інтерпретацію фактів, на

суб'єктивному відношенню до них, тобто думку, це словосполучення є із вужчим значенням ніж словосполучення «з'явилась думка», яка також характеризує появу думки, проте без явного автора цього поняття. З цього слідує наступне — для народження думки також характерний ідеал форми, оскільки в результаті мислення народжується саме думка, навіть якщо із нульовим значенням, вона є все-таки думкою і процес народження думки навіть із нульовим значенням є прекрасним. Народження в широкому сенсі є феноменом життя, воно може онтологічно фіксуватись лише в приватній орієнтації, як перехід до присутності. І ця присутність нам дозволяє усвідомити біологічно-фізіологічний фактор: народжуване входить в буттєву область, відому нам як тваринний і рослинний світ. Експлікація буття до народження: людина, яка існує, все-таки була народженою. Ми визнаємо достовірність народження, тобто ніхто не сумнівається в тому, що людина «з'являється на світ» шляхом народження. Власне буття до народження означає екзистентну можливість присутності. Ця буттєва здатність має бути можлива онтологічно. У чому екзистенційні умови цієї можливості? Як зробити її самою доступною?

Для здійсненості потрібні умови: батьки народжуваного повинні впринципі існувати, повинні впринципі бути здатними до народження, впринципі бути єдиного роду із народженим і ключовою умовою є вираження волі до народжування. Той, хто народжує бере на себе відповідальність за потенційне життя того, хто народиться, проте це не надає жодного права власності. Народження може відбуватись тільки в тандемі зі смертю (в цьому випадку смертю я називаю унеможливлення можливості екзистенції), оскільки той, хто народжує помирає після завершення процесу народження. Ми спостерігаємо загибель того, хто народжує, у зв'язку із тим, що відбувається зміна онтологічного статусу (перехід від того, хто народжує до того, хто народив, чи того, хто не народжує) по факту народження являє собою безперервне повернення: мати після народження повертає собі свою здатність до зачаття, чадом яке перебувало в утробі, як я вказував вище, перебувало в феномені небуття, проте дійсно існуючи як частина матері (людини) і після народження повертається із феномену небуття у феномен буття, стаючи представником роду людина. У який момент ми можемо ствердити, що той хто народжується здійснив перехід до того, хто народився? Ми можемо стверджувати, що народження здійснюється в момент персоналізації, тобто коли той, хто народжується перейшов до того, хто народився і за збігом утвердив тотожність себе із своїм буттям. Тобто разом із народженням той, хто народився встановлює межі реальності і оскільки єдиною реальністю є лише той, хто народився, то він може розмежуватись лише із самим собою. Зміст дійсності того, хто народжується окреслюється в просторі і часі. Народження є початком буття, разом із цим і мислення. Мислення є образом розуму. Розум відповідає за пізнання абсолютного знання і перебуває в метриці вічності, то мислення є оформлене розумом в часі і розглядається як акт самодіяльності суб'єкта спрямований на пізнання світу.

Важливо звернути увагу на гносеологічне питання. Які фактори впливають на пізнання тим, хто народжує того, хто народжується і на самопізнання того, хто народився? Пізнання не може протікати незалежно, в ізоляції. Отримати знання про того, хто народжується ми можемо тільки через те що ним не є. Відношення до зовнішнього об'єкту формується через волю до пізнання. В результаті пізнання відбувається прагнення до здійснення акту присвоєння відмінності зовнішнього об'єкта. У моменті пізнання того, хто народжується тим, хто народжує ми стикаємось із утрудненням оскільки для того, щоб пізнати потрібно щоб той, хто народжується був зовнішнім відносно свідомості того, хто народжує, проте той, хто народжується є частиною того хто народжує і тому втрачається логос. Також самопізнання для того, хто народжується є недоступним оскільки у нього навіть немає свідомості. Разом із початком існування у людини починає формуватись усвідомлення власного народження. Стверджувати, що той, хто народжується народився ми можемо лише за наявності того, хто є свідком та зафіксував завершення цього процесу. Народжений ж у свою чергу може лишень на підставі чужого досвіду усвідомити свою приналежність загальнолюдського шляху появи на світ – народження.

Висновки. Народження – це не одиничний випадок, народження має свій початок у фізіологічному народженні і тягнеться трансцендентально крізь буденність маєвтично повивається довкола матеріального тіла шукаючи шлях звільнення душі, за допомогою принципу світового розуму, немов допомагає тілу умовно “умовно витягнути душу із тіла як дитину”, завершуючись фізіологічною смертю, результаті якої відбувається повернення душі до світової душі, разом із цим з'єднання із Єдиним, за аналогією образу Одиссея, котрий повертається до дому батька свого.

Список використаних джерел

1. Плотин. Філософський енциклопедичний словник / В. І. Шинкарук (гол. редкол.) та ін. Київ : Інститут філософії імені Григорія Сковороди НАН України : Абрис, 2002. С. 487.
2. Адо П. Що таке антична філософія. К., Культурна Асоціація «Новий Акрополь», 2014. 428 с.
3. Burnyeat M. Can the Sceptic Live his Scepticism? Doubt and Dogmatism / Ed. by M. Schofield, M. Burnyeat, J. Barnes. Oxford, 1980. P. 20-53.
4. Возняк С. В. Онтологічні начала античної філософії як методологічний виклик. Вісник Київського національного торговельно-економічного університету : науковий журнал. Київ. : Вид-во КНТЕУ, 2019. №1(125). С. 45-53. URL: <http://journals.knute.edu.ua/scientia-fructuosa/article/view/609>.

РОЗМЕЖУВАЛЬНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСОБИСТОЇ СВОБОДИ ТА СВАВОЛІ

Соколов Віталій,
ІІІ курс ОР бакалавр, спеціальність «Філософія»,
ОП «Філософія»,
науковий керівник – Рохман Б. М.,
кандидат філософських наук, доцент,
доцент кафедри філософії, соціології та релігієзнавства

Актуальність. Розуміння свободи, особистої свободи, сваволі, дозволить значно поліпшити соціально комунікативні здатності, та пояснить певні підґрунтя появи правових систем у практиці суспільної взаємодії. Свобода з абстрактного асоціативного явища, буде більш конкретна для оперування нею в мисленні чи на практиці.

Мета. Окреслити поняття свободи, особистої свободи та сваволі, та розмежувати дві останні.

Виклад основного матеріалу. Підбираючи конкретний випадок, одразу постає картина того, як новоув'язнений прибуває у свою камеру та вперше знайомиться зі своїми сусідами по нещастю, які не дуже приязно до нього ставляться. Можливість вибору у діях є? Є.

Тепер питання: як саме він це буде робити? Правильно, відповідно до своїх знань та можливостей. Якщо будуть можливості в нього відмовитись від наполегливої пропозиції, то новоув'язнений це зробить, якщо ж можливостей відмовитись буде недостатньо (власне, здатності відбитись від нападників), то доведеться діяти відповідно до своїх знань, які навряд будуть достатніми щоб вдало вийти із ситуації, не постраждавши.

Тож, тепер розглянувши цей конкретний випадок, який декларативно, але все ж в повній мірі виконує зміст запропонованого визначення поняття, потрібно подумати, чи справді в цій ситуації людину можна вважати вільною? Це насправді зовсім не нагадує свободу в цілому. Отже, даним поняттям користуватись все ж не слід, воно однозначно не має у змісті атрибутивної властивості, яка б підходила до всіх можливих конкретних випадків, що можна відтворити виконавши умови визначення.

Постає запитання, що ж тоді є невід'ємним атрибутом Свободи? За яких обставин мислячий суб'єкт має можливість її вбачати у дійсності?

Щоб відповісти на ці запитання, гадаю все ж варто спробувати розглянути феномен Свободи та здійснити феноменологічну редукцію.

За будь яким словом стоїть певний сенс, у тому числі і за словом Свобода. Сенс це те, що ми здатні отримати зі сприйнятого пережитого явища, тобто безпосередньо феномена. Деякі з цих феноменів мають властивість “повторюватись”, “відтворюватись” у абсолютно інших сприйнятих обставинах. Наша свідомість вбачає та ідентифікує спільне між сприйнятим явищем та тим що

колись залишилось вже певним враженням в нашій пам'яті колись давно, що дає нам можливість “впізнати” старий сенс в нових обставинах, чітко визначивши його, як щось стабільне. Це говорить про те, що ми здатні вбачати загальне через знаходження спільного в багатьох конкретних випадках пережитих нашим досвідом, тому варто піти зворотнім шляхом відносно до перевірки загальності поняття. Тобто вбачати спільне в конкретних випадках та зредувати конкретні деталі до атрибутивної ознаки.

Візьмемо одразу декілька різних прикладів:

- Пташка, в якій зав'яз кіготь у смолі, але вона вирвалася та за нашим розумінням отримала свободу.

- Звір, який втрапив у браконьєрський капкан, але працівники заповіднику його звільнили, і він знову може вільно пересуватись

- Пацієнт який зламав руку та місяць лікувався. Після зняття гіпсу матиме відчуття свободи при рухах рукою.

- Полонений, якого звільнили з лап міжнародних терористів.

- ФОП, котрий працює сам на себе та самостійно встановлює собі робочий графік.

- Держава, яка здобула незалежність.

- Лава, яка вивергається з вулкану, під шаленим тиском.

Що ж об'єднує всі ці випадки, які ми можемо ідентифікувати, як певне досягнення свободи? Об'єднання між ними вельми просте. У всіх цих випадках ми вбачаємо певне обмеження і звільнення від нього, що у свою чергу дає свободу для здійснення конкретної дії, або якщо брати до уваги випадки сил природи, то певної зміни. Тобто дія або зміна, котрій щось заважає здійснитись, є обмеженою і саме через зняття цього обмеження ми і здатні помислити свободу чогось. До прикладу, вираз “Хочу бути вільним, як птах”, опосередковано вказує на цілком реальні обмеження людської природи, котрі полягають у відсутності здатності літати або в обов'язках яких неможливо уникнути. То ж чи не буде зручнішим, якщо визначення поняття Свобода буде звучати приблизно ось так.

Вада цього визначення в тому, що воно більше підходить до феномену свободи, а не абсолютної свободи. Хоча якщо абсолютною свободою знехтувати, як пустою абстракцією, що не існує в чистому вигляді поза межами мислячого світогляду, котрий здатен бавитись ознаками перемішуючи їх у будь які поняття. То ніби цього мало би бути достатньо.

Тим не менш, з'являється чималенький простір для ідіом на подобі, “Люстра, що впала комусь на голову це прояв Свободи, адже зникло обмеження у вигляді кріплень”. Проте, на наше щастя, падіння люстри це не дія, а подія. Сама ж дія є вольовим актом направленим на виконання певної мети. Нехай з такого поняття випадають, тоді природні явища. Але і сприймаємо з них феномен свободи, тільки ми самостійно вбачаючи даючи оцінку цим явищам. Тобто, так чи інакше ми прив'язані до власного оціночного сприйняття, і поняття свободи з'явилося саме в нашій антропо-соціальній реальності.

Особиста Свобода або свобода особистості, говорить вже про певний конкретний статус людини, та окреслює коло дій, котрі здійснює саме особистість. Як приклад обмеження свободи особистості ми можемо привести, більш тонкі випадки перепон. Якщо взяти до уваги долю багатьох українських митців, що жили в часи існування СРСР, то ми можемо побачити, як багатьох з них тримали на вельми “короткому повідку”, обмежуючи їх творчу діяльність, що у наслідку обмежувало їх як особистість, та їх здатність до самовираження у творчості. Або долю філософів, котрі не поділяли марксистсько-леніністські погляди та вельми критично ставились до діамату. Також можна власне охопити увагою всіх громадян, яким було заборонено виїздити до країн “Загниваючого заходу”. Це цілком собі належить до обмеження особистої свободи, зокрема тих людей, які не поділяли поглядів тогочасної влади.

Щодо поняття сваволі варто згадати Канта, котрий досить цікаво визначав поняття Права. За його словами, Право це коли сваволя (яку він трактував як вільну волю) однієї людини сумісна з сваволею іншої особи з точки зору загального закону. На перший погляд видається все логічно та гармонійно, але все ж маю до цієї позиції скептичне ставлення з наступних приводів.

По перше, Право це скоріше захищений дозвіл на здійснення певного роду діяльності. Право завжди має бути на Щось конкретне: комерційну діяльність, безпеку, освіту, вільне пересування тощо. Вільне здійснення конкретної діяльності, яку захищатиме від перепон держава. Власне каратиме людей, котрі порушили ваше право.

Наступне це трактування сваволі як “вільної волі”. Можливо, це труднощі перекладу стоять на заваді, але якщо малось на увазі безпосередньо “свобода волі”, то ми втрапляємо в іншу ситуацію: з’являється дві назви одного і того ж за змістом поняття. Чому тоді не вживати щось одне? В чому принципова, або бодай несуттєва різниця? На мою думку, це все ж свавілля має яскраво виражений негативний характер з метрики, стороннього спостерігача, або інетерсанта, або правової держави за конкретною людиною, котра наступає на свободу іншої людини своєю волевиявленістю. Феномен сваволі тягне за собою насилля та обмеження когось іще. Водночас ми можемо зауважити, що це залишається в межах свободи волездійснення однієї особи, а отже, всупереч Канту, може вважатися конкретним підвидом особистої свободи, як вужче поняття. Особиста свобода, обмежується правом, котре своєю наявністю, гарантує певні свободи але забирає можливість безкарної сваволі. Право як таке, певною мірою діє згідно вислову “*Номо homini lupus est*” (Людина людині вовк), який вперше вжив давньоримський письменник Плавт, а згодом його використовував Томас Гоббс. Про що можна красномовно сказати, що межа особистої свободи та сваволі знаходиться або на стику інтересів двох воліючих, але на практиці це перебуває в межах здійснення права та правопорушення.

Висновки. Свобода як така це здатність здійснювати конкретні дії без обмежень і є більше властивістю вдалої реалізації волі, котрій нічого не заважало.

Особиста свобода закінчується там де починається Особиста свобода іншого, заступ за ці межі буде названий зі сторони сваволею.

Список використаних джерел

1. Рохман Б. М. Постметафізичний дискурс про свободу. *Дні науки філософського факультету, 2014 : Міжнар. наук. конф., 15–16 квітня 2014 року*. К. : Вид.-поліграф. центр «Київський університет», 2014. Ч. 6. С. 200–201.
2. Кант І. Критика практичного розуму. Переклад з німецької : Ігор Бурковський. К.: Юніверс, 2004. 240 с.

РЕЛІГІЄЗНАВЧІ ТА СОЦІАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ФІЛОСОФІЇ

ЕТИКА ЧЕСНОТ І ЕТИКА НАСЛІДКІВ У ВСЕСВІТІ ГАРРІ ПОТТЕРА

Николайчук Марія,
ІІІ курс ОР бакалавр, спеціальність «Філософія»,
ОП «Філософія»,
Науковий керівник – Возняк С.В.,
кандидат філософських наук, доцент,
доцент кафедри філософії, соціології та релігієзнавства

Актуальність. У серії книг про Гаррі Поттера зустрічаються численні моральні дилеми, які ставлять героїв перед важкими виборами між правильним і неправильним, добром і злом. Аналіз цих ситуацій може допомогти розуміти різні етичні підходи. Рішення героїв у "Гаррі Поттері" часто мають далекосяжні наслідки, які впливають на весь Всесвіт та життя інших персонажів. Розгляд цих наслідків може розкрити складність морального світу та відносності етичних суджень.

Мета. Проаналізувати деякі морально-суперечливі ситуації у всесвіті Гаррі Поттера за допомогою трьох різних етичних теорій: деонтологія, аретологія і консеквенціалізм.

Виклад основного матеріалу. Спершу потрібно визначити ці три теорії і що кожна з них передбачає. Деонтологія – це етична теорія, згідно якої при винесенні оцінки здійсненому, керуються його відповідністю певним правилам. Іноді її називають етикою обов'язку чи етичною системою, заснованою на правилах поведінки, оскільки вони лежать в основі зобов'язань. Деонтологія базується на ідеї, що правильність чи неправильність дій визначається моральними обов'язками, правилами чи принципами. Важливим аспектом є те, що деонтологія акцентує на самій дії, її здійсненні згідно з обов'язками та принципами, незалежно від її наслідків.

Аретологія – це розділ етики та морального богослов'я, що вивчає чесноти. Етика чеснот акцентує увагу на тому, наскільки важливими є індивідуальні риси особистості, а також підкреслює саму сутність слова «чеснота», тобто те, що ми зазвичай маємо на увазі під цим. Різновиди етики чеснот існують відповідно до того, яка саме чеснота мається на увазі у кожному конкретному випадку: це може бути чесність, співчуття, розсудливість, а також проникливість, доброта, мужність. Ключові поняття цієї філософії – чеснота і практична мудрість. Аретологія визначає моральність через розвиток добрих рис та чеснот у людини.

Аретологія акцентується на характері та моральних якостях особистості, вважаючи, що моральність впливає з того хто ми є, а не з того, що ми робимо.

Консеквенціалізм – група моральних теорій, де критерієм моральної оцінки є результат поведінки. Таким чином, з погляду консеквенціалістів, морально правильним є така дія або бездіяльність, яка дає позитивні результати або наслідки для більшості людей.

Першою до розгляду візьмемо ситуацію із 5-ї книги – Гаррі Поттер і Орден Фенікса. Згідно з сюжетом Гаррі має серйозні підстави вважати, що його хрещеному батькові Сіріусу Блеку загрожує смертельна небезпека. Під час спроби переміститися зі школи в міністерство магії, задля його порятунку, Гаррі разом з друзями потрапляють під арешт тимчасової директриси Долорес Амбридж. Ситуація складається таким чином, що поки Гаррі і Герміона виводять Долорес із замку відволікаючим маневром, Рон вчиняє певну хитрість по відношенню до студентів-слизеринців, які досі утримували його і ще кількох учнів. Він хитрістю змусив їх з'їсти пампушечки-зносаюшечки (жартівливий винахід близнюків Візлі, викликає не смертельну кровотечу з носа), цим самим звільнивши себе і своїх однодумців.

Виходячи з аретологічної етики, Рон володіючи чеснотою вірності своїм друзям, заради них порушив деонтологічну етику причинивши пряму шкоду людям. Проте з етикою прорахунку наслідків виник казус, на перший погляд їм вдалося втекти задля порятунку невинного життя, але по факту виявилось, що загроза життю Сіріуса була лише виставою-провокацією, і якби вони не змогли вибратися із замку, то не сталося б цілої низки жажливих подій. Тому цей випадок можна вважати прикладом недосконалості консеквенціалізму, через неможливість передбачити далекі наслідки навіть малих дій.

Наступна ситуація, яка підлягає аналізу – Албус Дамблдор, наймогутніший чарівник свого часу і найкращий директор, якого бачив Гогвортс, розуміє, що йому не довго залишилося жити через прокляття. Через це він вирішує попросити Северуса Снейпа вбити його у потрібний момент, зі свідками з боку Темного Лорда. Такий стратегічний крок забезпечив би Снейпу повну довіру в тилу ворога. От і маємо ситуацію, в якій наслідки прораховані дуже детально і грають на користь: планове вбивство Дамблдора було в таємниці, тому для Темного Лорда і його поплічників це видалося вдало виконаним замовленням вбивством, крім того факт, що це зробив Снейп суттєвим чином вплинуло на довіру Волдеморта до нього, і ще архіважливим моментом було те, що паличка Дамблдора тепер мала коритися Снейпу. Тобто етика консеквенціалізму, як прорахунок наслідків своїх дій і того, скільки користі і якій більшості вони принесуть, в цьому випадку могла б вважатися не цілковито провальною ідеєю. Поряд з цим, Дамблдор діє цілком згідно з аретологічною етикою, адже він свідомо планує свою смерть, виходячи із чеснот практичної мудрості і мужності.

Проте все це повністю порушує деонтологічну етику, адже знову ж таки насилля неприпустиме, а тут ціле вбивство ще й беззбройного та ще й руками союзника.

Висновки. Цікавим є те, як в залежності від зміни ситуації, етичні принципи перестають працювати, або мають цілий оберемок недосконалостей. Так само стає зрозуміло, що однієї універсальної етики годі й шукати. Кожен окремо взятий випадок володіє такою кількістю нюансів, які неможливо вписати в один шаблон морально правильної поведінки. Історії з «Гаррі Поттера» нагадують нам про відносність моральних суджень. Те, що може здатися правильним для одного персонажа, може бути неприйнятним для іншого, і навпаки. Це показує, що моральність часто залежить від контексту та точки зору.

Список використаних джерел

1. Aretology. URL: <https://en.wikipedia.org/wiki/Aretalogy>
2. Consequentialism. URL: <http://surl.li/thcmm>.
3. Deontology. URL: <https://ethicsunwrapped.utexas.edu/glossary/deontology>
4. Koester, Helmut. History, Culture, and Religion of the Hellenistic Age, Second Edition. New York: 1995. Walter de Gruyter. 131 p.

ЕКЗИСТЕНЦІЙНІ ТА ОНТОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ КУЛЬТУ АДЕПТУС МЕХАНІКУС. ПАРАЛЕЛІ РЕАЛЬНИХ ПРАКТИК ТА ФАНТАСТИЧНОЇ СПЕКУЛЯЦІЇ

Соколов Віталій,

III курс ОР бакалавр, спеціальність «Філософія»,

ОП «Філософія»

Науковий керівник – Возняк С.В.,

кандидат філософських наук, доцент,

доцент кафедри філософії, соціології та релігієзнавства

Актуальність. Розвідка дозволяє сформулювати альтернативну метрику для аналітики форм та потенцій становлення нових релігій, навіть у надзвичайно наукоцентричному суспільстві.

Мета. Провести паралелі між філософською та релігійною спадщиною з фантастичною техно-релігією.

Виклад основного матеріалу. Ілюстрація даного релігійного феномену в межах фантастичної спекуляції потребуватиме пояснення контексту його появи. Отже, треба буде коротко окреслити суть техно-фентезійного всесвіту Warhammer 40 000. Він представлений як світ майбутнього, в якому людство розвивалося 40 тисяч років від Різдва Христового та зуміло розселитись по всій Галактиці, наростити свою чисельність до трильйонів осіб та бути, та досягнути неймовірного технічного розвитку та надзвичайної могутності. Піком розвитку в цьому світі є Темна ера технологій. Темна вона зокрема через те, що про неї вельми мало відомо в історичному плані. Одним з наслідків завершення цієї епохи

була громадянська війна, на Марсі, який був місцем однією з перших людських колоній. В мирні часи людство змогло технологіями терраформування, створити там сприятливий клімат для власного існування, тисячоліття мирного розвитку технологій давали здатність створити ще й не таке, але застосування ядерної зброї за мить знищила ці надбання. Суспільство, порівняно з яким наше сьогодення виглядало так, як для нас середньовіччя, впало мало не до первіснообщинного ладу.

Терраформуючі технологічні засоби було знищено, повернувся природній клімат планети, з лютим морозом, радіацією, піщаними бурями та відсутністю атмосфери. Зруйновано було все...

Залишки людей немов щурі були змушені ховатись по залишках інфраструктури, що могла забезпечувати, хоч якусь подобу життя, зв'язок з іншими колоніями було втрачено, а кількість живих вчених та інженерів була катастрофічно малою. Все це призвело до сакралізації будь яких технологій, фетишизм що проявлявся у поклонінні техніці, котра рятувала від несприятливих умов Марсу. Інженери стали священними особами, тими, що несуть безпеку і забезпечують життя. Здавалось би така повага до науки має сприяти саме сцієнтичному розвитку та вільному дослідницькому мисленню, але ні, цього не сталося. Мала кількість людей що здатні були здійснювати наукову роботу, не могла сформувати щось конкурентне до технічних здобутків старої Імперії. Єдиний варіант виживати полягав у вивченні старого, вже наявного. За десятки тисяч років населення, котре налічувало трильйони осіб, мало мільйони інститутів, університетів та академій зуміло накопичити просто колосальну кількість знань та вмінь. Тисячі вчених порівняно з якими Ньютон та Ейнштейн були школярами двієчниками, як змагались з такою спадщиною групці виживших? Значно ефективніше було збирати старі знання, та СШК - Стандартну Шаблонну Конструкцію. Навіщо роки досліджень, якщо можна знайти готове та ефективне і просто втілити. Це все стало підґрунтям для становлення "Технотеократії" під назвою Адептус Механікус, де вчені стали техно-жерцями поєднавши забони, релігійний світогляд та вивчення здобутків минулого. Знання стали священними, СШК – стандартні шаблонні конструкції, стали шматками святого письма та містили в собі дух конкретної машини, а природне людське прагнення до абсолюту, дало підґрунтя для появи Деус Механікус (Бога Машини), котрий був втіленням цього знання. Аналогом Логосу згідно якого втілюється космос є Русійна Сила – Механікус. Втіленням Деус Механікус на землі є Омніссія, що поєднує в собі як аналог Ісуса Христа, (будь-якого аватара) так і Святого Духу. Так чи інакше це нагадує Святу трійцю з нашої реальності та водночас органічно вплітається у цю фантастичну варіацію всесвіту майбутнього, в якому лунають наступні слова:

***“Немає в плоті істини – тільки зміна
Немає в плоті сили – тільки слабкість
Немає в плоті стійкості – тільки розпад
Немає в плоті впевненості – тільки Смерть.”***

Пізнання старих технологій давало можливість техно-жерцям замінювати частини та органи свого тіла, на технологічні конструкти, та продовжувати життя на дуже суттєвий час. Єдиним шляхом до безсмертя, більше того наочно ефективним, культом Адептус механікус вважалося пізнання духу Бога Машини, себто Омніссії. Всі знання вже були надані Богом -Машиною, їх потрібно було просто зібрати воедино, а будь якого дослідника котрий відступав від вже наявного розкиданого по Галактиці знання, жорстоко карали як техноєретика, що сумнівається в Богіві.

Така гнучка і несподівано органічна теоконструкція, зокрема має предметний потенціал вмщати в собі ідеї Платона, Абсолютного знання у Фіхте та онтологічні спекуляції Гегеля. В короткому вигляді можна провести наступні паралелі. Як одиничне та конкретне окремі знання = СШК= Дух конкретної машини = Окрема Ідея. Як множинне знання та сукупність суцього = Священне письмо (складене зі старих знань та СШК) = Світ ідей = абсолютне знання як потенційну Омніссію або рух Абсолютної Ідеї. Як загальне втілення знання у Абсолют Фіхте та Гегелівський Абсолютний дух = повну Омнісію = Деус Механікус. Тільки, на відміну від праць філософів німецької класичної філософії, все знання вже втілилось, його варто хіба що зібрати. Саме тому пригнічений дослідницький дух, проте Схола отримала новий обсяг для застосування, колосальні ефективні дослідницькі здобутки, своєю творчістю та креативом, стали тою могуттю, що підперли Догму, практичним ефективним результатом. На мою думку, це виглядає значно стійкішою теоконструкцією, аніж християнство, водночас і значно жорсткішою у своїх найгірших проявах.

Висновки. У підсумку можна спостерігати можливі появи сакралізації здобутків науки та оформлення їх у жорсткі догмати, що з легкістю можуть витіснити креативність та дослідницький дух, якщо отримають до своїх рук достатнє підґрунтя для виправдання віри. Також ми бачимо, як природне людське прагнення до Абсолюту та узагальнення може підібрати під своє втілення абсолютно несподівані речі, котрі мали би навпаки опонувати догматичному мисленню.

Список використаних джерел

1. Fichte J.H. The Science of Knowledge. URL: <http://surl.li/syheq>.
2. Адептус Механікус. Вікіпедія. URL: <http://surl.li/thbmg>.
3. Мартиненко О.П. Діалог сучасної науки та релігії (аналіз реакції В. Гінзбурга на ідеї, викладені в енциклопедії Іоанна Павла II «Fides et Ratio»). *Наука. Релігія. Суспільство*. № 4. К., 2010. С.126-131.