

Міністерство внутрішніх справ України
ДНІПРОПЕТРОВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ВНУТРІШНІХ СПРАВ
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ ПРАВА
ТА ІННОВАЦІЙНОЇ ОСВІТИ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

**ПРОСТІР, ЧАС
ТА ІННОВАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ
КЛІМАТ У СОЦІОГУМАНІТАРНОМУ
ДИСКУРСІ**

Колективна монографія

**Дніпро
2024**

УДК 159.9
П 78

*Рекомендовано до друку Науково-методичною радою
Дніпропетровського державного університету
внутрішніх справ (протокол №2 від 17.10.2023)*

РЕЦЕНЗЕНТИ

доктор психологічних наук, доцент **Іван БАТРАЧЕНКО** – професор кафедри загальної та соціальної психології Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара;

доктор психологічних наук, професор **Олександр САМОЙЛОВ** – професор кафедри психології ВНПЗ «Дніпровський гуманітарний університет».

П 78 Простір, час та інноваційно-психологічний клімат у соціогуманітарному дискурсі : колективна монографія / наук. ред. В. В. Корнієнко, О. В. Сергієні. Дніпро : Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ, 2024. 160 с.

ISBN 978-617-8035-99-0

Монографічне дослідження містить праці науково-педагогічних працівників, які вивчають духовне наповнення як міжособистісних стосунків студентської молоді, так і внутрішньоособистісних механізмів, процесів, станів, що позитивно впливають на розвиток Я-концепції та її компонентів (когнітивного, емоційного, спонукального, духовного та ін.); що формується за певними етапами соціалізації та організованого виховання і одночасно має відповідне індивідуально – природне спричинення.

Монографія зацікавить психологів, педагогів, соціологів та ін., а також науково та інноваційно налаштованих студентів, аспірантів, магістрантів та ін.

ISBN 978-617-8035-99-0

© Автори, 2023
© ДДУВС, 2024

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ I. Інноваційно-психологічний клімат у соціогуманітарному дискурсі розвитку талантів у сфері спорту (<i>О. Красильщиков, О. Шевяков, І. Бурлакова</i>)	5
РОЗДІЛ II. Особистісні характеристики студентської молоді (<i>О. Горіна</i>)	18
РОЗДІЛ III. Роль суспільства у формуванні особистості (<i>Н. Сидоренко, А. Наумик</i>)	30
РОЗДІЛ IV. Внутрішній світ особистості та суспільство (<i>В. Корнієнко, Ю. Ніканорова</i>)	39
РОЗДІЛ V. Особливості чинників життєстійкості студентської молоді (<i>О. Сергієні, В. Корнієнко</i>)	52
РОЗДІЛ VI. Переживання кризових і надзвичайних ситуацій студентської молоді (<i>О. Сергієні</i>)	74
РОЗДІЛ VII. Формування поведінкових механізмів в умовах інноваційного соціально-психологічного клімату (<i>К. Сахарова</i>)	94
РОЗДІЛ VIII. Особливості соціально-педагогічної підтримки жінок у різних умовах життєдіяльності (<i>О. Шевяков, Я. Славська</i>)	109
РОЗДІЛ IX. Взаємозв'язок інноваційно-психологічного клімату та Я-концепції студентів (<i>О. Шумейко</i>)	118
РОЗДІЛ X. Шляхи подолання складних життєвих ситуацій (<i>О. Ковальчук</i>)	133
(<i>Е. Панасенко, С. Березка</i>)	140
РОЗДІЛ XI. Теоретичні та прикладні аспекти формування психологічної стійкості студентів ЗВО у період правового режиму воєнного стану (<i>Г. Декусар, Н. Давидова</i>)	155

ВСТУП

На сучасному етапі розвитку суспільства науковим інтересом у психологічному просторі є формування та існування інноваційно-психологічного клімату навчання у вищій школі, що забезпечує духовне наповнення як міжособистісних стосунків студентської молоді, так і внутрішньоособистісних механізмів, процесів, станів. Вони позитивно впливають на розвиток Я-концепції та її компонентів (когнітивного, емоційного, спонукального, духовного та ін.), що формуються за певними етапами соціалізації та організованого виховання і одночасно має відповідне індивідуально-природне спричинення. Її основними функціями є засвоєння самосвідомістю людини своєрідного відчуття визначеності в соціумі, ідентифікуватися з певними його сторонами та досягнути гармонійного розвитку у такий спосіб, адже Я-концепція виникає в людини у процесі активної соціальної взаємодії, що піддається внутрішнім коливанням і змінам.

Доведено, що людське мислення не здатне осмислювати «час» і «простір» як різні форми існування, але в онтологічному плані вони складають єдині просторово-часові умови існування особистості, яка формується та вдосконалюється.

У вітчизняній літературі простір інтегрується з соціальною дійсністю, соціальним простором, а в психології сприйняття розглядається як «просторовість» навколишнього світу як об'єкт сприйняття, а з іншого боку, як базова категорія мислення, що формує механізми дослідження процесів сприйняття. За діяльнісною концепцією сприйняття простору з'являється в діяльності людини і опосередковується її властивостями як суб'єкт цієї дії. Тому сприймання просторових властивостей залежить від особливостей життєдіяльності особистості, а отже і від умов навчання та впливає на її Я-концепцію.

Презентована колективна монографія може зацікавити психологів, педагогів, соціологів, філософів та інших науковців, а також науково та інноваційно налаштованих студентів, магістрантів, аспірантів та ін.

Розділ I
ІННОВАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ КЛІМАТ У
СОЦІОГУМАНІТАРНОМУ ДИСКУРСІ РОЗВИТКУ ТАЛАНТІВ
У СФЕРІ СПОРТУ

INNOVATIVE AND PSYCHOLOGICAL CLIMATE IN THE
SOCIOHUMANITARIAN DISCOURSE OF TALENT
DEVELOPMENT IN THE FIELD OF SPORTS

Oleksandr KRASILSHCHIKOV¹

Oleksii SHEVIAKOV²

Iryna BURLAKOVA³

¹ PhD (Pedagogy), Professor, School of Health Sciences, University Sains Malaysia, Kelantan, Malaysia, email: olek@usm.my, ORCID: orcid.org/0000-0001-7575-1026

² Doctor of Sciences (Psychology), Professor, Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, Professor of the Department of Psychology and Pedagogy, Dnipro, Ukraine, email: shevyakovy0@gmail.com, ORCID: orcid.org/0000-0001-8348-1935

³ Doctor of Sciences (Psychology), Professor, Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, professor of the Department of Psychology and Pedagogy, Dnipro, Ukraine, email: burlakova22irina@gmail.com, ORCID: orcid.org/0000-0002-6043-4359

Abstract. Procedures for preliminary and final identification of talented athletes are proposed, which are confirmed theoretically and practically with the expectation of certain results for the development of talents. With high-quality teaching of physical education and a regular opportunity to fully engage in school physical education, it is possible to set the goal of increasing the number of "motorically" gifted and physically developed children at any school age.

If this goal is achieved, the number of children with "activated" potential, who are ready to undergo thorough procedures for identifying and identifying talents, can increase many times, thanks to:

- a) increasing the probability of identifying a child as talented;
- b) simplifying the work of coaches in recognizing and identifying talent among hundreds of proven potentially talented children for further development of their talent for sports and through sports.

Keywords: talent, motor giftedness, athletes, physical education, school, development, school age

JEL Classification: H10, IO, Y8
Formulas: 0; fig.3; tabl.1; bibl.17

Introduction. Talent Development has been an issue of discussions, debates, and numerous options of managing for decades if not for centuries.

It has often been used interchangeably with the term Attaining Excellence, particularly when emphasising the notion that excellence must be theoretically achievable by anyone, not necessarily by someone possessing talent. Hence, philosophically speaking here comes the first controversy: agreeing with the opinion that excellence in any human activity can be achieved by anyone, statement that excellence in sports (performance in which is often measurable and always comparable) can be achieved by anyone is questionable.

Excellence in sport (particularly the international level one) requires talent and international level of excellence is typically achieved due to complex interactions between advances in both genotype and phenotype with first being determined by genetic predisposition, whereas the second depending a lot on environmental factors including coaching, facilities, nutrition, scientific support, and many more.

Sports and talent development in sports may not the primary objective of research and implementation attempts while developing Generalized Talent Development Models. Sports and Excellence in Sports research, however, gave way to the development of Long-Term Athlete Development Models, which in turn contributed back to other fields of human activities and immensely supported the efforts of scientists and practitioners in talent development research and generalizations.

The issues of talent development in sport and in pre-sport activities as well obviously have own history and philosophy, both of which are attempted to be discussed in this paper.

Literature review. One of the most often cited and referred to as foundational to the talent development philosophy and further advances of talent development models is a study of Bloom and colleagues (1985) which was aimed at understanding of how advanced talent is developed. Researchers interviewed 120 subjects who had achieved international level success in various fields such as art, music, academics, and sports.

The study outcomes indicated that individuals who achieved excellence in various fields, had kind of similar learning and development pathways. To put it simple, author divided the entire development process into phases, such as initiation, development, and perfection.

One of the features was that the model embraced the holistic approach and described stages of development not by chronological age, but by the completion of certain tasks (Wolstencroft, 2002).

Aim. The purpose of the article is to offer procedures for the preliminary and final identification of talented athletes, which are confirmed theoretically and practically with the expectation of certain results for the development of talents.

Methods. Basic research methods include historical and comparative methods, methods of generalization and interpretation of the findings of different authors, retrospective and comparative analysis.

Results. Importantly, the contents of the model described the features and actions from the roles played point of view and included the roles of performer, mentor, and parents. It also included general features, and more importantly the transitions between the phases (Figure 1).

Stage 1 Initiation	Stage 2 Development	Stage 3 Perfection
Performer	Performer	Performer
<ul style="list-style-type: none"> Joyful Playful Excited 'Special' Fun/social oriented 	<ul style="list-style-type: none"> Hooked/committed Potential identified More serious Task/achievement oriented 	<ul style="list-style-type: none"> Obsessed/dominates life Personally responsible Independent Willingness to dedicate time and effort required for highest standards
Mentor	Mentor	Mentor
<ul style="list-style-type: none"> Process centred Kind/cheerful/caring Notice child's 'giftedness' 	<ul style="list-style-type: none"> Superior technical knowledge Strong personal interest Respected Strong guidance and discipline Expected quality results 	<ul style="list-style-type: none"> Master coach Feared/respected Love/hate relationship Successful/demanding
Parents	Parents	Parents
<ul style="list-style-type: none"> Positive Shared excitement Supportive Notice child's 'giftedness' Sought mentors 	<ul style="list-style-type: none"> More moral and financial support (to maintain mentor relationship) Restrict other activities Concerned for holistic development 	<ul style="list-style-type: none"> Lesser role
General	General	General
<ul style="list-style-type: none"> Little or no emphasis on competition 	<ul style="list-style-type: none"> Competition used as a yardstick for progress 	<ul style="list-style-type: none"> Fine tuning
Transition 1		Transition 2
<ul style="list-style-type: none"> Development of an athletic identity Accelerated development Introduction to a more technical coach Becoming more achievement oriented Talent identification Competition becomes yardstick of success Increased commitment 		<ul style="list-style-type: none"> Prioritisation of sport in life Psychological rebellion Transition characterised by turning points perhaps stimulated by a successful performance/key event Introduction of a master coach

Figure 1. Features of Bloom's (1985) model of attaining excellence

Another important step in the development of excellence advancements became the Ericsson's Notion of Deliberate Practice (Ericsson and Charness, 1994), which eventually put the quantity/amount of deliberate practice on top

of the factors listed as influencing (or contributing to) the degree of excellence (expertise).

The study concluded that the number of hours of deliberate practice accumulated in a domain is a significant determinant of the level of expertise attained.

Researchers have also found that experts invest more hours of practice per week compared to novices and start engaging in deliberate practice at younger ages.

It was revealed that it is impossible for individuals with less accumulated practice at a given age to catch up with the best individuals who started deliberate practice earlier and maintained optimal levels of practice that did not lead to either exhaustion or burnout (Ericsson and Charness, 1994).

Not all the conclusions of the study were applicable to the sport and sport related careers. Fully supporting the conclusions that amount of accumulated practice is one of the most important factors in attainment of excellence, and that experts typically spent more time practicing than the novices, but impossibility to catch up with best even though they started practicing earlier is not that obvious in sports.

Such situation can be relevant to rhythmic gymnastics, where an eleven-year-old beginner girl has practically no chance on catching up with an advanced athlete who was recruited at the age of 7 and spent 4 years in training already. Main reason being the proximity of the age of possible top performance in gymnastics, which is about 17 to 19 and the fact that the advanced girl has already covered about 40% of that excellence pathway, whereas the novice girl is at zero level.

In other sports, like boxing or rowing, it does not matter much. Many of the current professional boxing champions (e.g., Antony Joshua and Oleksandr Usyk) have started their careers in boxing after the age of fifteen and had comfortably achieved international amateur levels within a span of 5-7 years, catching up and often surpassing their opponents who started their careers way earlier than them in the amateur boxing. And they still reign in the professional division.

Rowing has known a number of occasions when international levels of performance have been reached within 5 to 6 years, hence talented and effectively trained novices were surpassing their much more experienced opponents in quite a short period of time.

Another popular model which brought talent development pathway to the context of sports participation (Earle, 1997) is known as Cote & Hay (2002) children involvement in sports pathway (Figure 2).

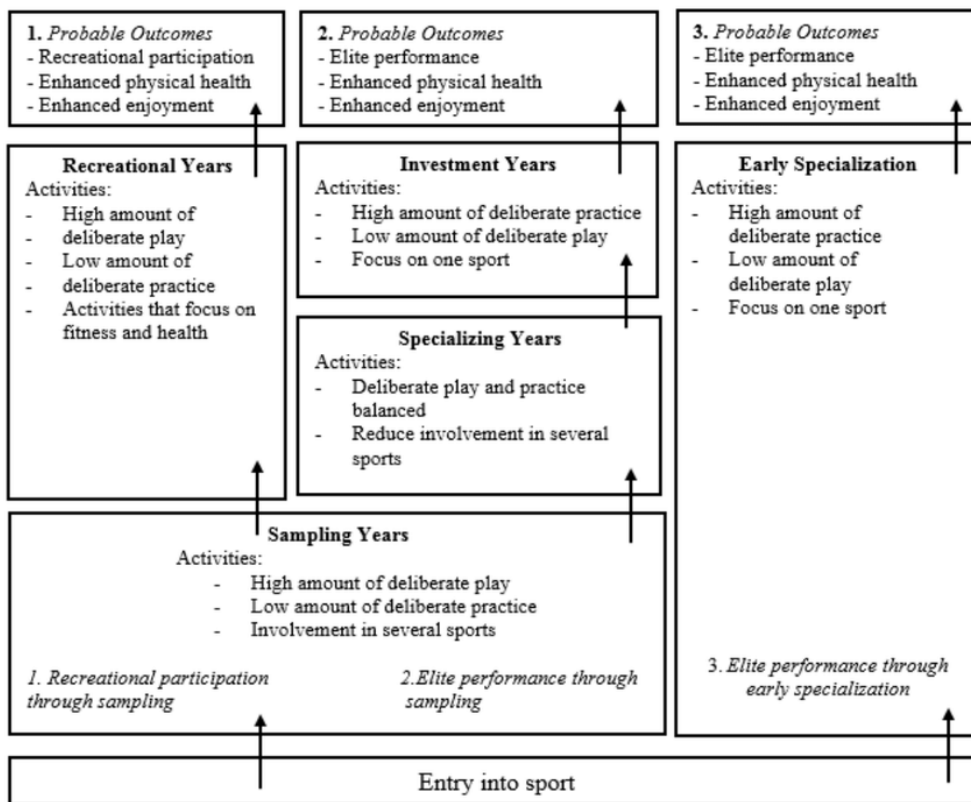


Figure 2. Children involvement in sports pathway (Cote & Hay, 2002)

In their structure, the sampling years consisted of a period during which children were encouraged to get engaged with different sports and games for recreational participation, rather than for attaining specific goals. Pathway towards elite performance through sampling, though is also possible.

During the specializing years, the athletes were encouraged to narrow their involvement in several sport or disciplines.

The investment years were characterized by the pursuit of an elite level of performance usually in one specific sport.

With these three phases being obviously observed, participation still got a recreational pathway with no shot at high performance and also an early specialization pathway, with sort of moving ahead without sampling and investment years. That, perhaps, can be applicable to the early age specialized sports such as gymnastics (both rhythmic and artistic), diving, acrobatics and figure skating.

Interestingly, there is no chronological sequences observed in the emergence of Generalized Talent Development (GTD) models and emergence of the well-known both theoretically and practically Long-Term Athlete Development (LTAD) models. Both were emerging in their own pace and in a way were mutually contributing to both model groups advancements.

Since it is not possible to discuss every practical LTAD model designed by numerous International and National Sports Governing bodies in multiplicity of sports for their longitudinal improvement, we will focus on the basic LTAD models, offered by the known sports scientists in the recent decades.

One of the first scientifically based LTAD models was suggested by East German sports scientist Dietrich Harre (Xappe, 1971). In his views, the long-term athlete development should include phases of **Basic Training** (Foundation Training) with two sub-phases, which depending on the group of sports, were defined as:

- Technical (Artistic) Sports: Phase I: 5 to 7 – 9; Phase II – 10 to 15/18
- Power Sports: Phase I: 9-12; Phase II – 13-18
- Endurance Sports: Phase I: 11-13; Phase II – 14-18

And the phase of **Advanced Training** (Masters' Training), which depending on the group of sports were defined as:

- Technical (Artistic) Sports: 15 to 18-20
- Power Sports: 18 to 22-23
- Endurance Sports: 19 to 23-24

The obvious advantage of the model is its specific orientation on various groups of sports, depending on the traditional age for the recruitment and the average age of top performance in those groups, which for obvious reasons is different.

Another model of LTAD was suggested in the earth while USSR, where Vladimir Platonov (Платонов, 1984) worked out the 5-stage model of long-term athlete development, which included the following stages:

Initial Training: about a year or two duration for more of the introductory type of training.

Preliminary Basic Training: two to three years of training with overall physical development in mind.

Specialized Basic Training: three to four years to master highly specialized skills and obtain specific fitness of the selected sport, discipline and event.

Maximal Realization of Individual Potential: four to five years of training to reach peak fitness, skills and performance levels.

Maintenance of Acquired Performance: unspecified duration for an athlete to try maintaining peak conditions to perform at the top level for as long as it is possible.

The model didn't suggest any particular age brackets for various groups of sports, progressive development, however, was introduction of the stage of Maintenance of Acquired Performance. It proved critical, especially with

increased longevity of the professional athletes and their successful participation in numerous consecutive Olympic Games and world championships.

Another interpretation of LTAD model was suggested in India by Hardayal Singh (1991). His developed sequence included the following phases:

- Basic Training (3-4 years)
- Advanced Training (4 years)
- High Performance Training, which for various groups of sports was specified as follows:

- Technical (Artistic) Sports: 15 years onwards
- Power Sports: 19/20 years onwards
- Endurance Sports: 20 years onwards
- Combats: 19 years onwards
- Team Games: 19 years onwards

That in a way was an extension of East German developed model catering for various sports depending on their age-specific recruitment and optimal age for top performance.

Canadian sport scientist T. Bompa (1994) suggested dividing the athlete long term training into generalised and specialized phases. Generalized, in turn was subdivided into two sub-phases. *Initiation* was meant for athletes of six to ten years of age with focus on overall athletic development and not sport-specific performance. *Foundation* was suggested for athletes of 11 to 14 years of age where the emphasis was still supposed to be on developing skills and motor abilities, not on performance and winning.

Specialized phase was also subdivided into the sub-phase of *Specialization*: for athletes of 15 to 18 years of age with proper foundation, performing more exercises and drills aimed specifically at high-performance development. *High performance* sub-phase was meant for athletes of 19 and above years of age to achieve high performance.

With undoubtful logic of the suggested sequence, a lot of doubts are however existing regarding the umbrella age suggested for the phases and sub-phases. In neither of the phases one can comfortably place a gymnast and a rower, for example, for the obvious reason of completely different age of recruitment and age of attaining excellence in these two sports.

Eventually, in 2005, another LTAD model was suggested by Canadian scientist I. Balyi (Canadian Sport Centres, 2005). In its modified version it is currently the most popular around the world LTAD model so far developed. Original model (2005) consisted of seven phases, five of which were directly belonging to training in sports, whereas the first and the last ones were one – pre-sport activities related, and another one – post-sport activities related.

Remaining five phases by and large resembled the 5-stage Platonov's USSR model of long-term athlete development.

The consecutive phase of the suggested LTAD model were marked and successfully marketed as:

- Active Start (for children from 1 to 6 years of age)
- FUNdamentals (Boys: 6-9; Girls: 6-8)
- Learning to Train (Boys: 9-12; Girls: 8-11)
- Training to Train (Boys: 12-16; Girls: 11-15)
- Training to Compete (Males: 16-23; Females: 15-21)
- Training to Win (Males: 19 +; Females: 18 +)
- Active Life All ages

Obvious positive attempt was made in this model to cater for gender differences in growth and development, umbrella age for various sports, however, obviously isn't a positive development.

As earlier mentioned, this original model was further developed and the latest edition (Balyi, 2006, Athletics Canada) contains a couple of extra phases, which obviously demonstrate an attempt to fit the model to the needs of the professional sport, in addition to the needs of the amateur sport as it was originally developed for.

Those nine current stages of the latest model include the following as in Table 1.

Table 1: Structure of the Long-Term Athlete Development (based on Balyi, 2006)

#	Stage name	Chronological Age	Stage objectives
1	Active Start Stage	Males 0-6, and Females 0-6	To make play and physical activity fun and exciting and an essential component of daily routine throughout life
2	Fundamental Stage (Fundamentals 1)	Males 6-9 and Females 6-8	To begin teaching agility, balance, Coordination, and speed (ABC's). To continue to instil the importance of daily play and physical activity.
3	Learning to Train Stage (Fundamentals 2)	Males 9-12, and Females 8-11	To continue to enhance ABC's to develop overall sports skills. To begin to integrate physical, mental, cognitive, and emotional components within a well-structured program. To develop physical literacy.
4	Training to Train Stage ("Building	Males 12-16, and Females	To develop endurance, strength, and speed

#	Stage name	Chronological Age	Stage objectives
	the Engine")	11-15	To develop athletics-specific skills and fitness
5	Learning to Compete ("Challenge of Competition")	Males 16-18 plus, and Females 15-17 plus	To develop event specific area physical preparation. To introduce event specific protocols to identify strengths and weaknesses. To implement event area specialization. To integrate physical, mental, cognitive and emotional development.
6	Training to Compete ("Heat of the Battle")	Males 18-21 +/-, and Females 17-21 +/-	To optimize event specific preparation for competition. To refine event area specialization. To continue with integration of physical, mental, cognitive and emotional development. To conduct event-specific testing and monitoring.
7	Learning to Win ("Consistent Performance")	Males 20-23 +/-; and Females 20-23 +/-	To maximize event specific preparation for high performance results. To introduce a formal Performance Enhancement Team. To continue with integration of physical, mental, cognitive and emotional development. To learn to compete when it counts.
8	Winning for a Living ("Performing when it Counts")	Males 23+/-; and Females 23 +/-	To maximize event specific preparation for results at the Olympic and World level. To maximize of training, competition, and recovery activities in support of a professional athletics career. To attain competitive repeatability when it counts. To work with a professional support team. To plan for retirement from athletics competition.

#	Stage name	Chronological Age	Stage objectives
9	Active for Life ("Dealing with Adversity")	Males any age Females any age	To make preparations for their integration into society.

Undoubtedly, the most comprehensive model developed so far, it still has numerous questions unanswered, particularly on the age groups depending on the group of sports and on sensitive periods of various motor qualities best developed.

And, as previously mentioned, this model touches upon one of the most important issues of talent development which precedes actual talent development in and importantly through sports.

Talent Development is traditionally (and basically by default) linked to the development of talent through sports related activities, after promising individuals get involved in regular training, the field is narrowed, and talented children are retained in sports specific environment. Such statement, however, philosophically is far from being correct.

The simple reason is that the question than remains unanswered: does talent exist and is it being developed before being identified through sport specific tests and measurements as such, during the process of Talent Identification? If it does, then how talent evolves, progresses, in what environment it does happen, and through which structures such developments are supported?

It sounds fair to say, both philosophically and logically, that Talent Development begins much earlier than talented child is detected by a scout or a coach as a potential subject for future sport-related endeavours. Hence, it is worth focusing on *Pre-Detection Talent Development* which ideally occurs within school environments through means and methods of physical education (Krasilshchikov, 2011; 2013).

Such development should be treated as Talent Activation and target to increase the number of children with unfolded movement potential through properly adjusted physical activities before they actually get exposed to Talent Detection process typically run by coaches.

Most of the Talent Identification in Sport specialists traditionally consider the term 'Talent Development' as grooming the ones Detected and further Identified as talent, mostly by means and methods of training in sport chosen for further specialization.

Such approach, however, doesn't help answering the question: When in fact Talent Development begins? The answer to this question sounds simple and complicated at the same time: Talent Development perhaps begins with the conception of the new life. And if this is agreeable, then we also have to admit the fact that Talent Development from that very moment and until talent Detection as such and Talent Identification in sport in this time continuum is least researched and examined.

And yes, talent development is factually ongoing long before we try or even think of identifying talent through methodologies available with sports. And another yes – way before Talent Detection occurs.

That gives us a completely different outlook of what was suggested to term as Pre-Detection Talent Development (Krasilshchikov, 2011), which should and in fact has completely different objectives from the traditionally known Talent Development, which under the circumstances seems fare to term as *Post-Detection Talent Development* (Figure 3).

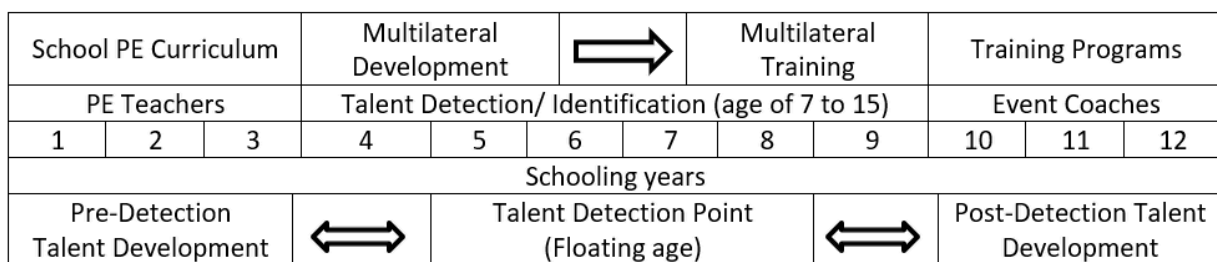


Figure 3. The logic and sequence of Pre- to Post-Detection Talent Development (modified from Krasilshchikov, 2013).

Visualizing such scenario applicable to pre-sport association of children, we need to investigate the role of the community and family, which both form the environment for the effective talent development before schooling comes into picture with its physical education system hence becoming the prime contributor to Pre-Detection Talent Development.

The model, which has brought to light the crucial role of Physical Education in Talent Development is known as Bailey and Morley's Model of Talent Development in Physical Education (Bailey, Tan and Morley, 2004; Bailey, Morley and Dismore, 2009; Shevchenko, Burlakova, Sheviakov, Agarkov and Shramko, 2020).

It focused on three hypotheses, out of which two are critically important to the present discussion. Those hypotheses are:

The differentiation between potential and performance, with consequent rejection of performance as a talent selection (identification) criterion in children.

The hypothesis of practice being of vital importance in the realization of talent.

First hypothesis reiterates the importance of potential over the current performance (particularly in children), whereas the second one actually brings us back to the philosophy of deliberate practice (Ericsson and Charness, 1994; Blynova, Holovkova and Sheviakov, 2018).

Bringing your attention back to the Detection Point, which becomes the starting point to Talent Development in sport and more importantly through sport. What happens at the ‘Detection point’?

When the talent is detected, starts Post-Detection Talent Development. But another pathway emerges if the talent isn’t detected. What happens then?

Children who were not detected/identified by coaches as talented are back to schooling physical education pool and stick with Pre-Detection Talent Development program (Multilateral in its nature) which normally is school based and ideally has to be focused at unfolding a talent (if any) through the well-balanced school physical education with quality teaching and regular opportunities to practice.

Children keep enjoying their physical education classes, improve their physique and fitness while waiting for the upcoming opportunities to be talent identified through other sports, in which recruitment starts later.

Conclusions. With suggested Pre-Detection and Post-Detection procedures in place and supported theoretically and practically, we can expect certain critical for Talent Development outcomes.

If quality physical education teaching and regular opportunities to practice are provided in full to the children through school physical education, we might expect significant increase the number of ‘movementally’ gifted and physically advanced children at any given school age.

If that goal is achieved, the number of children with ‘activated’ potential which are ready to be exposed to thorough Talent Detection and Talent Identification procedures may increase many folds, hence:

- a) increasing the probability of a child to be identified as talent and
- b) simplifying the coaches’ job to recognize and identify the talent among hundreds of screened potentially talented children to further develop their talent for sport and through sport.

References:

1. Bailey, R., Morley, D. & Dismore, H. (2009). Talent development in physical education: a national survey of policy and practice in England, *Physical Education and Sport Pedagogy*, 14(1), 59-72
2. Bailey, R.P., B. Tan, and D. Morley. (2004). Secondary school teachers' perceptions of identifying talented pupils in physical education. *Physical Education and Sport Pedagogy* 9, No. 3: 133–48
3. Balyi, I. (2005). *Canadian Sport Centres. Long-Term Athlete Development – Canadian Sport for Life*. Vancouver, 2005.
4. Balyi, I. (2006). *Athletics Canada. Long Term Athlete Development*, 2006.
5. Bloom, B.S. (1985). *Developing talent in young people*. Ballantine.
6. Bompa, T.O. (1994). *Theory and Methodology of Training* (3rd ed.). Iowa: Kendall/Hunt.
7. Cote, J., & Hay, J. (2002). Children's involvement in sport: A developmental perspective. In *Psychological Foundations of Sport* (Edited by J.M. Silva and D. Stevens) pp. 484-502. Boston: Merrill.
8. Earle, C. A. (1997). *Framework for the Development of Gifted and Talented Sportspeople in Schools*. FHS, 1997.
9. Ericsson, K.A., & Charness, N. (1994). Expert performance: Its structure and acquisition. *American Psychologist*, 49, 725-47.
10. Harre, D., (1971). *The Doctrine of Training*. M., Physical Culture & Sport Publishers, 1971 (in Russ.).
11. Krasilshchikov, O. (2011). Talent Recognition and Development: Elaborating on a Principle Model. *International Journal of Developmental Sport Management*, 2011, Volume 1, Issue 1, pp. 1-11.
12. Krasilshchikov, O. (2013). Talent Identification and Development: Reassessing the Principle Model. *Acta Facultatis Educationis Physicae Universitatis Comenianae*. Vol. 51, Issue 1, pp. 25-32.
13. Platonov, V., (1984). *Theory and Methodology of Sport Training*. Kiev, Higher Education Publishers, 1984 (in Russ.).
14. Singh, Hardayal, (1991). *Science of Sports Training*, DVS Publ., New Delhi, 1991.
15. Wolstencroft, E., (Ed.), (2002). *Talent Identification and Development: An Academic Review*. A report for SportScotland by The University of Edinburgh.
16. Blynova, O., Holovkova, L., & Sheviakov O. (2018). Philosophical and sociocultural dimensions of personality psychological security. *Anthropological Measurements of Philosophical Research*, 14, pp.73-83. doi: 10.15802/ampr.v0i14.150750.
17. Shevchenko, O., Burlakova, I., Sheviakov O., Agarkov O., & Shramko I. (2020). Psychological foundations of occupational health of specialists of economic sphere. *Medical perspectives*. Vol. 25. №2, pp.163-167.

Author contributions. The authors contributed equally.

Disclosure statement. The authors declare no conflict of interest.

РОЗДІЛ II ОСОБИСТІСНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ.

Ольга ГОРІНА

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри
психології та педагогіки
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ

ОСОБИСТІСНА САМООЦІНКА СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ ЯК КРИТЕРІЙ ПСИХОЛОГІЧНОЇ БЕЗПЕКИ В УМОВАХ ВІЙНИ

В умовах війни української держави, сучасного становища в суспільстві та через стресові ситуації на фоні подій і новин, що впливають на емоційний психічний стан людини, на становлення й розвиток самооцінки особистості, вивчення теми, актуальність теми самооцінки, як критерію психологічної безпеки студентської молоді, дуже актуальна.

Вплив на особистісну самооцінку має сприймання з різних джерел інформації. На сьогоднішній день збільшується кількість інформаційного простору що несе психологічну загрозу не тільки через соціальні мережі, медіа, а й через об'єктивні наслідки війни, що мають вплив на психологічний стан та фізичне здоров'ю людини. Поширена агресивна інформація в соціальному середовищі ускладнює відносини між людьми. Тому безпека особистості набуває особливої уваги і потребує психологічної підтримки для збереження психологічного здоров'я.

Науковці В. Будаєв та О. Олексюк наголошують, що студентство є складовою частиною молоді, її специфічною групою, що характеризується особливими умовами життя, побуту і праці, суспільною поведінкою і психологією, системою ціннісних орієнтацій. Тобто, студентство розглядається як соціальна група в системі закладу вищої освіти, яка має свою мету, специфічні особливості та готується до виконання соціальних ролей і функцій інтелігенції [1, с.162].

«Саме викладачі мають допомогти студентам стати суб'єктом

діяльності, в основі якої лежить саморух, самоствердження, самовдосконалення»[2,с.39].

У юнацькому віці студенти вже характеризуються сформованим, відповідно до віку, світоглядом. Не буде перебільшенням думка, що науковці різних галузей наук (психологи, філософи, соціологи, педагоги) досліджували такі аспекти особистісного становлення особистості як:

- соціальна адаптація;
- визначення причин стану самовдоволення та невдоволення собою;
- задоволення потреб в самоповазі та оцінці зі сторони;
- адекватне співвідношення між концепцією «Я-ідеальний» і «Я-реальний»;

– зниження самооцінки через перенесення акцентів із своєї особистості на іншу сферу життєдіяльності;

– підвищення тривожності в складних життєвих обставинах, та ін.

Мета статті – теоретично обґрунтувати зміст та сутність поняття самооцінки студентської молоді, як важливого структурного компоненту самосвідомості особистості, для забезпечення особистісної психологічної безпеки в умовах війни, стресів, паніки, страхів, які несуть негативний вплив в складних суспільних умовах.

Виклад основного матеріалу. У психолого-педагогічній літературі зустрічаються різні тлумачення поняття «самооцінка». Варто звернути увагу на багатоплановість вживання даної психологічної категорії як: внутрішнє відчуття самоцінності; важливий прийом самовиховання; вираження своїх можливостей; оцінка своїх дій, вчинків; важливий регулятор поведінки; вимогливість до себе; відношення до успіхів і невдач; як структурний компонент самосвідомості особистості.

Однак більшість науковці вважають, що самооцінка, має вплив на становлення особистості та займає головне місце в розвитку здібностей особистості, її можливостей, соціальної значущості.

Самооцінка є важливим аспектом професійної діяльності фахівця-психолога. Для практичного психолога важливо володіти інноваційними технологіями, методиками досліджень, ефективного виховання і розвитку особистості здатної до самореалізації, саморозвитку та самовдосконалення.

Першим дане поняття в структурі вивчення особистості використав Уільям Джеймс, як «образ самого себе». З його теорії структура особистості складається з трьох частин. Перша – її складові

елементи. Друга – має відчуття й емоції відносно цих елементів (самооцінка). Третя – визначає вчинки, які є елементами особистості [3].

У зарубіжних дослідженнях розглядається процес формування самооцінки особистості в її розвитку або у взаєминах з іншими людьми та у діях, поведінці, життєдіяльності людини. Самооцінка розуміється як найважливіше в особистості, що тісно пов'язане з регуляцією діяльності та вчинків людини, як самостійна якість особистості що формується через її центр та через проникнення в себе і прояв природи внутрішнього світу [3].

У дослідженнях вчених зазначається про важливість значення фактору генезису самооцінки через спілкування з оточуючими і власною діяльністю суб'єкта. Критерії, форми, види, методи оцінювання розглядаються у спілкуванні, перевіряються на особистому досвіді та наповнюються особистісним змістом. Виокремлення оточуючих основ і методів оцінювання, перенесення їх на них, тобто народження самооцінок діяльності, стає можливим на етапі розвитку цільових дій і мовлення людини. З появою утворення поняття «Я» формуються поняття про свої можливості відповідно і самооцінка [4].

Психолог О. Г. Спіркін вважав, що поняття самосвідомості та самопізнання взаємопов'язані та є частиною здобутків людини, тобто є частиною самосвідомості самого себе як індивіда, складовою дій та комунікації. Дослідження доводять, що тільки таким чином може бути сформована самосвідомість, основною характеристикою якої є мотивація дій, почуттів, думок, поведінки людини, розуміння інтересів і положення в соціумі.

Самосвідомість є поняттям знань людини про себе як індивіда. Через самоусвідомлення людина усвідомлює себе як самостійну реальність, відокремлену від природи та інших людей. Індивід існує не тільки для інших, а й для себе. Дане поняття тісно пов'язане із здатністю поглянути на свою особистість зі сторони [5, с. 141].

Становлення самооцінки особистості починається в ранньому дитинстві. На даному віковому етапі розвитку соціальна оцінка дитини залежить від оцінювання дорослими її поведінки, дотримання життєвих норм. Від думки дорослих залежить оцінка дитиною самої себе та подальший її особистісний розвиток. У неї формується певне ставлення до себе, оцінка себе в сім'ї, навчальних закладах, громадських місцях, соціальному середовищі. І що важливо, розвиток самооцінки дитини переходить в усвідомлення себе як особистості в соціумі, своїх можливостей, своєрідності в цілому.

Досліджуючи самооцінку підлітків, науковці констатують, що

самооцінка підлітків, як усвідомлення своєї соціальної значимості, є нестійкою, залежною від зовнішніх впливів та виділених чинників, які вони вважають найважливішими. Це успіхи в навчанні, досягнення за інтересами та творчими результатами (поглиблене вивчення окремих базових дисциплін, участь в предметних олімпіадах, спортивних іграх, музичних фестивалях, конкурсах, дослідницьких роботах МАН, тощо). Ці дані підвищують статус дитини серед однолітків, можливість вибору друзів та лідерство в колективі. Позитивна самооцінка допомагає покращувати якість знань, виступає важливим регулятором поведінки, формування моральних норм на основі загальнолюдських цінностей, які свідомо сприймаються в процесі успіху, досягнутих результатів. Тим самим особистісна самооцінка впливає на ефективність діяльності та подальшого розвитку в підлітковому віці.

Однак, не буде перебільшенням, що самооцінка є ядром становлення особистості, важливим регулятором її поведінки. Від самооцінки залежать взаємовідносини в сім'ї, колективі, мотивація на успіхи, якість знань, формування навичок подолання конфліктів, невдач. Самооцінка впливає на ефективність діяльності та подальший розвиток її особистості.

Іноді досягнуті особистісні успіхи приводять до завищеної самооцінки і в підлітковому та ранньому юнацькому віці виникає неадекватне, неправильне уявлення про свою особистість, перебільшене значення своїх можливостей, своєї цінності для загальної справи, соціального середовища в якому відбувається її життєдіяльність.

Більш негативним станом самооцінки особистості на будь-якому етапі становлення є низька самооцінка. Причини в тому, що в дитячому віці психіка тільки починає формуватися і важливо використати всі ефективні механізми для її розвитку. Батьки, близькі родичі, педагоги навчальних закладів, які у виховному процесі використовують різні навчально-розвиваючі засоби (книги, музика, образотворче мистецтво, інформаційні засоби), формують життєві цінності, розвивають науково-пізнавальний світогляд дитини.

Навчальна діяльність є інтелектуальною, однак і викликає емоційне напруження даним видом діяльності та передбачає підвищену мобілізацію внутрішніх ресурсів. У стані зниження самооцінки, регулярні стреси, психологічна адаптація до нових умов проживання, форм навчання, і як наслідок збої психічного розвитку, поява соматичних захворювань. Більш психотрамуючий ефект мають стреси для людей через постійну стресову напругу, яка супроводжує їх життя. Високий рівень стресу для тих, хто навчається є небезпечним для

психічного здоров'я.

Під час повномаштабного вторгнення та продовження російсько-української війни, навчально-освітній процес реалізовується шляхом використання технологій дистанційного навчання. Важливу роль в організації та проведенні якого відіграє нормативно-правове, науково-методичне забезпечення навчального закладу освіти. Без керованого і структурованого процесу з боку навчального закладу, навчально-освітня діяльність здобувачів освіти та педагогів перетворилася би на самонавчання з використанням Інтернет-платформ та соціальних мереж.

Навчання у ЗВО є важливим етапом підготовки молоді до професійної діяльності, а в умовах війни стало дуже складним через переміщення в країні, виїзд за кордон з метою збереження життя, знищення по території України закладів освіти всіх рівнів. Великі соціально-економічні, воєнно-політичні труднощі, з якими зіштовхнулося населення всієї країни, привели до постійного напруження, паніки, тривоги, стресів. Стреси стали глобальною проблемою серед дітей та молоді і негативно впливають на їхнє психічне життя та здоров'я.

Як відзначає у своїх дослідженнях Т. Куниця проведене опитування дало можливість отримати актуальну інформацію і оцінити зміни, що відбулися в свідомості, самооцінці молоді, яка навчалася до 24.02.2022 року. «Після 24 лютого 2022 р. ситуація в країні докорінно змінилася і в свідомості кожної людини відбулися зміни. Змінилися пріоритети і цілі, відбулась переоцінка цінностей. Суттєво збільшилась кількість тих, хто зіткнувся з вимушеним переселенням. Якщо у 2021 році серед респондентів таких було 10%, на кінець 2022 р. їх 65%.

Вільний доступ до інформації щодо організації освітнього процесу у повному обсязі мають 88,8%, 9,5% мають певні проблеми з цим, не мають доступу до інформації 1,7% опитаних. Потрібну інформацію щодо освітніх ресурсів 91,9% отримують від начального закладу, 32,8% через соціальні мережі, через інші інтернет ресурси 16,2%, телебачення, як джерело інформації зазначили 5,8%» [6, с.167].

Дослідниця констатує, що серед опитаних, хто опинився в ситуації вимушеного переселення відсоток тих, для кого дуже важливим є продовження навчання саме у своєму закладі освіти складає 86,2. Загалом важливість продовження навчання і здобуття освіти у різних типах закладів освіти як «дуже важливо» зазначили 67,7%, «скоріше важливо» 26,7%, «не важливо» 3,9%. Щодо важливості у майбутньому роботи та кар'єри 60,6% зазначили як «дуже важливо» і 31,4% як «скоріш важливо». До 95% піднявся рівень орієнтованості на

саморозвиток [6, с.168].

Українські вчені (М. Войцехівський, С. Івашньова, О. Фіданян) обґрунтували організаційні умови діяльності закладів освіти в умовах війни та розробили методичні поради їх реалізації. Особливості організації освітнього процесу в закладі вищої освіти в умовах воєнного стану представили в публікаціях О. Донченко, Н. Пшенична, Ю. Семеняко. Окремі аспекти психолого-педагогічних особливостей адаптації діяльності закладів вищої освіти під час війни розкривають С. Бойко, В. Гордієнко, О. Карпенко, Л. Прокопів, Л. Сіра, О. Удалова. Вплив воєнного конфлікту на психічне здоров'я українців досліджують М. Кукса, І. Піголенко, Ю. Піголенко. Проблему психологічної адаптації студентів старших курсів під час війни висвітлюють О. Денефіль, Ю. Зьомко, С. Мусієнко, Д. Овсюк, психолого-педагогічну та емоційну підтримку студентів в умовах військового стану розкривають І. Войціх, О. Польовик [7, с.168].

О. Карпенко вважає, що «звернення до психологічної підтримки або консультування може бути корисним для тих, хто стикається зі стресом та психологічними травмами внаслідок військового конфлікту. Професійні психологи або кваліфіковані працівники з психосоціальної підтримки можуть надати необхідну допомогу та інструменти для копінгу зі стресом» [7, с.168].

Війна суттєво впливає на функціонування ЗВО, освітню діяльність всіх учасників навчання, майбутню кар'єру студентів. Вона створює проблеми та обмеження для навчальних закладів, студентів та викладачів. Першочерговим завданням закладів освіти стала проблема безпечного освітнього середовища для здобувачів освіти. Умови війни вимагають для всіх учасників освітньої діяльності забезпечити безпеку для продовження навчання. Важливим є збереження життєдіяльності людини на основі сформованих загальнолюдських цінностей, національно-патріотичної гідності, самооцінки та особистісних якостей для продовження будь-якого виду діяльності, допомоги в наближенні Перемоги та повернення до мирного життя.

Для того, щоб психологічно зрозуміти людину, необхідно зрозуміти рівень її особистісних стандартів самооцінки, самоповаги, сформованих життєвих цінностей. На думку науковців, самооцінка, впевненість інтерпретується як переконання індивіда в правильності своїх дій, поведінки, результативним поєднанням з соціумом.

Життя та навчання студентської молоді в умовах війни, дуже тісно пов'язані із завищеним рівнем формування стресу під впливом негативних зовнішніх факторів, переживань та війною в державі. Все це

порушує психологічний і емоційний стан, який впливає на спосіб життя, зменшує мотиваційні компоненти діяльності та навчання і веде до підвищення рівня стресу і зниження самооцінки.

Виходячи з вищесказаного та особистого психолого-педагогічного досвіду можна виділити два аспекти стресу, які ведуть до відхилень та зниження самооцінки особистості студента: особистісні та навчальні.

Особистісне життя молодшої людини реалізується у ЗВО відповідно до виховної стратегії вишу, мети, основних завдань, напрямів організації виховної діяльності та взаємодії з науково-педагогічними працівниками. Вищий навчальний заклад покликаний формувати нову генерацію української інтелігенції – грамотну, всебічно розвинену, творчу і відповідальну за себе і свої дії, здатну активно спрямовувати на подальший розвиток незалежної Української держави всі набуті знання й уміння.

Це може бути досягнуто через:

– виховання майбутніх фахівців авторитетними, високоосвіченими людьми, носіями високої загальної, світоглядної, політичної, професійної, правової, інтелектуальної, соціально-психологічної, емоційної, фізичної та екологічної культури;

Є створення необхідних умов для вільного розвитку особистості студента, його мислення і загальної культури шляхом залучення до різноманітних видів творчої діяльності (науково-дослідної, технічної, культурно-просвітницької, громадської, оздоровчо-спортивної, правоохоронної тощо);

– збагачення естетичного досвіду студентів шляхом участі їх у відродженні забутих та створенні нових національно-культурних традицій вищого навчального закладу, міста, регіону, країни, розвиток художніх здібностей студентів;

– формування «Я-концепції» людини творця на підставі самоосвіти, саморозвитку, самовиховання, самовдосконалення, моральної самозавершеності;

– запобігання вживанню студентами алкоголю, наркотиків, викорінення шкідливих звичок, пропаганду здорового способу життя.

Головною особливістю сучасної вищої школи є її особиста зорієнтованість та студентоцентризм.

Наразі студенти України потрапили під вплив військового стану країни, що призводить до підвищення тривожності, страху, панічних станів. Нерозуміння свого майбутнього, переживання за життя своє і рідних, зниження концентрації уваги та пам'яті – все це призводить до значного заниження самооцінки.

Особистісні фактори формування заниження самооцінки належать: невдоволення рівнем свого життя; недосипання; захворювання; відповідальності перед батьками; нерозуміння однолітків; недоцільно і не раціонально розподілити час; психологічна атмосфера в навчальному закладі; відсутність або заниження мотивації; нестабільна чи низька самооцінка та інші чинники.

До навчальних чинників, що призводять до стресу належать: вибір спеціальності, яка не цікава студентській молоді; не знаходження розуміння з одногрупниками; непорозуміння з викладачами; низька успішність; нерозуміння або нестача знань предмету; пере- та недовантаження; необхідність опрацювання великих об'ємів навчальної інформації; невстановлений навчальний розклад, що може змінюватись; постійні пропуски занять; значна кількість не виконаних контрольних робіт, іспитів чи інших завдань; занадто швидкий і об'ємний темп здачі завдань; нестача часу; переживання через незрозумілість оцінки; конфлікт ролей; страх про відрахування.

Вищезазвані фактори впливу викликають розчрування, втому, тривогу, почуття вини та ряд інших негативних ситуацій, стреси [9].

Стреси стали глобальною проблемою серед дітей та молоді і негативно впливають на їхнє психічне життя та здоров'я, потребують психологічної безпеки. Функціонування психологічної безпеки відбувається як процес емоційно-ціннісного відбиття, результатом якого є сукупність порівнюваних суб'єктом еталонних і реальних образів соціальних об'єктів, явищ і ситуацій, що визначають наявність і рівень прояву протиріч між цінностями (можливостями) суб'єкта і відбитих характеристик реальної дійсності.

Психологічну безпеку науковці класифікують за багатьма ознаками: за віком, видами діяльності, умовами діяльності. *Психологічна безпека в сім'ї та навчальному закладі – одна з умов, за якої формується готовність справлятися з труднощами у відкритому життєвому просторі та за якої людина розкриває свій потенціал.*

На сьогоднішній день великий вплив на формування психологічної безпеки в умовах війни має високий рівень розвитку інформаційних технологій. Так як сучасні технології впливу на людську свідомість стають все більш розвиненішими, то і рівень загрози психологічної безпеки відповідно зростає.

У процесі формування і розвитку психологічної безпеки важливе місце посідає поєднання фактору зовнішніх умов впливу на суб'єкт предмету, який є основним для попереднього досвіду при регулюванні в різних видах діяльності. До того ж, в одному середовищі можуть

проживатись ситуації особистостей безпеки різних ступенів. Психологічна безпека людини обумовлюється особливостями персонального погляду на свої дії у сукупності з соціальними подіями та з їх відносинами.

Дослідження проблеми психологічної безпеки особистості відбуваються через «підхід крізь середовище» і доводить вчення до висновку, коли стресовий стан призводить до суб'єктивного відчуття дискомфорту у середовищі знаходження людини. У сучасній психології не існує єдиної інтерпретації поняття психологічна безпека. У зарубіжних тлумаченнях даного поняття пов'язують зі станом людини, її почуттями, переживаннями, які тісно пов'язані з його положенням у світі і суспільстві, в плануванні майбутнього життя.

Сьогодні системний підхід у покращенні освіти теоретично не є чимось новим, але нам потрібно розуміти, як практично діяти на рівні конкретного навчального закладу, тобто, як «мислити глобально, а діяти локально». Розуміння, що освітні ефекти не можуть спрацювати через лінійне старання окремого педагога, окремого здобувача освіти – вже дає ознаки: все більше замість «освітній процес» вживається термін «освітній простір», який передбачає пропорційно кількісний та якісний взаємовплив усіх його учасників; значущість змісту та джерел інформації, в тому числі стихійної; неефективність вертикальних рольових відносин тощо.

Важливість навчально-виховного середовища важко переоцінити. Воно визначає щоденне відчуття «мій світ», емоційні стани, енергію, не кажучи вже про цінності й інтелектуальний розвиток. Це стартовий майданчик для подальшого руху у відкритому інформаційно-життєвому просторі, в якому стихія і невизначеність мають в собі творчий та руйнівний ресурс одночасно, залежно від психологічних настанов та діяльнісних навичок, набутих в навчанні.

Практичний досвід дозволяє виділити вимоги для психологічної безпеки освітнього середовища:

- створювати доброзичливий мікроклімат в навчальному закладі;
- вивчати й творчо застосувати методи позитивної психології;
- здійснювати індивідуальний та диференційний підхід при особистісно-зорієнтованому навчанні;
- надавати доступ до консультування та психологічної підтримки для забезпечення психічного здоров'я та добробуту здобувачів освіти;
- залучати всіх учасників освітнього простору до проектної діяльності;
- проводити кар'єрне консультування за програмами планування

кар'єри.

Психологічна безпека не виключає стимулювальних викликів та проблем – вона їх навіть передбачає. У процесі труднощів, що долаються, поповнюються особистісні енергетичні запаси, покращується самоідентичність, виробляються стратегічні навички приймати виклики, справлятися з ними, спираючись на людські та ресурси середовища.

Такі українські психологи як С. Максименко, Г. Васянович, О. Каламаж, вивчали тему формування самооцінки у студентської молоді та впливу на їх сфери життєдіяльності. У своїх роботах вони показують важливість даної теми для якісної підготовки професіоналів-фахівців за різних життєвих умов та суспільних проблем [3].

За своє життя особистість зазнає неодноразових стресових ситуацій, що певною мірою впливає на формування фізичного і психічного стану. Коли виникає стресова ситуація, вона негативно впливає на психологічний стан особистості і здоров'я в цілому.

Стрес – це стан психологічної напруги, що виникає під певним впливом зовнішніх або внутрішніх факторів життя, обставин. Стресором може бути будь-яка ситуація, травми. На сьогоднішній день великий вплив на формування самооцінки людини має війна в Україні.

Поняття стресостійкості пов'язане з емоційним станом індивіда. Завдяки якому можна знизити негативний вплив стресових ситуацій на організм. В наш час суспільство висуває занадто багато вимог до особистості. Гордість, конкурентність та ще низка факторів супроводжує кожного студента, тому має вплив на формування заниженої самооцінки. Внутрішні кризи особистості посилені зовнішніми подіями, такими як війна та складна економічна ситуація у світі та в Україні загалом, роблять великий відбиток на самооцінці. Студентський вік – це період утворення кардинальних змін у житті людини, і війна робить зміни не на краще у формуванні особистості [9,4].

Соціальне оточення неминуче впливає не лише на нарративні процеси, а й на психологічне благополуччя. Існує велика кількість доказів зв'язку між соціальною підтримкою та психічним і фізичним здоров'ям, а також переваг посттравматичної соціальної підтримки. Соціальна підтримка виступає контекстуальним фактором номер один, який може пояснити симптоми ПТСР у різних людей. Переживання почуття приналежності виявляється однією з основних потреб людини і, отже, має вирішальний вплив на здоров'я, якщо залишається незадоволеною, особливо під час підвищеного стресу. Дослідники стверджують, що соціальна підтримка може допомогти людям подолати

травматичну подію та зменшити її шкідливий вплив на психологічне благополуччя [7].

В умовах війни доцільно звернути увагу на емоційний стан студентів, уміння керувати емоціями, збереження психічного здоров'я, чітко і конструктивно оцінювати події, використовувати різноманітні засоби у навчанні та різних життєвих ситуаціях. «Лояльність, ситуація взаємопідтримки, уваги й поваги до особистості студентів та толерантність до їхніх індивідуальних психологічних реакцій на стан війни і різного рівня доступу до побутових чинників забезпечення можливості навчатися у воєнний час створюють необхідний мікроклімат взаємної доброзичливості, підтримки та співпереживання» [7].

Повномасштабне вторгнення росії в Україну торкнулося усіх сфер життєдіяльності населення. Війна стала важким випробуванням для усіх типів освітніх закладів в Україні. Нові виклики змусили заклади вищої освіти перейти на умови діяльності в умовах воєнного стану. Із зони активних військових дій університети евакуювали у більш безпечні регіони. Значна частина викладачів і студентів переїхала також. ЗВО використовували і використовують сьогодні різні заходи для забезпечення безпеки своїх студентів, викладачів та співробітників, такі як припинення занять, евакуація з навчальних будівель або введення режиму обмеження доступу. ЗВО перейшли на дистанційне навчання, щоб забезпечити навчання студентів під час війни [7]. У таких ситуаціях важливо, щоб ЗВО реагували швидко та адекватно, забезпечуючи належну підтримку студентів, викладачів та персоналу.

Результати досліджень вітчизняних та зарубіжних науковців дають підставу для висновку, що самооцінка студентської молоді формується безпосередньо під впливом зовнішніх і внутрішніх державних, суспільних процесів. Впровадження воєнного стану в країні, внаслідок якого значна кількість населення, в тому числі молоді, набули статусу внутрішньо переміщених осіб чи біженців у країнах Європи загострило увагу молоді на питаннях соціально-психологічної стабільності та збереження сформованої самооцінки на основі загальноприйнятих цінностей. Можна констатувати зменшення впевненості молоді у завтрашньому дні, зростання ролі інформації та комунікації, збільшення рівня зацікавленості у волонтерській діяльності та роботі соціальних установ.

Сучасні суспільно-політичні процеси прискорюють проведення реформи освіти всіх рівнів та оновлення форм навчання на основі інформаційно-комп'ютерних технологій. Мобільність в поширенні інформації, розвиток мережі Інтернет, спілкування в online режимі,

розміщення інформації на Інтернет-сайтах створюють умови для оновлення освітньої діяльності, підвищення її ефективності та отримання якісних знань здобувачами [10, с.199].

Застосування інноваційних моделей освіти, зокрема використання інформаційно-комп'ютерних технологій навчання, наявність сайту вузу, інформація, яка є на кафедральній сторінці, особливо матеріали для самостійної роботи і підготовки до іспитів, семінарів, заліків, полегшують процес активної навчальної діяльності студентів. Робота студента з електронними ресурсами, самостійний пошук інформації сприяють удосконаленню вмінь відбирати і структурувати необхідний для досліджуваної дисципліни матеріал, логічно викладати і аргументувати різні сучасні теоретичні підходи до досліджуваних питань. Використання нових інформаційних технологій допомагає студенту стати суб'єктом навчальної діяльності і підвищує його академічну активність, самооцінку та включення у вирішення життєвих особистісних та суспільних проблем [10, с.201].

Список використаної літератури

1. Будаєв В. Д., Олексюк О. Є. Особливості студентської молоді як суб'єкта освітнього простору університету. *Науковий вісник МНУ імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки*. 2018. № 4 (63). С. 34–42.
2. Гагарін М.І., Кошляба А.П. Особливості формування дослідницької компетентності студентської молоді в педагогічних закладах вищої освіти. *Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка»)*. 2023. № 12(30). С.159-167.
3. Горіна О.Т. Соціально-психологічні особливості студентів при дистанційній формі навчання. *Наукові перспективи. Наука і техніка сьогодні*. Серія. Вип. №14 (14). 2022. С.197-207.
4. Козерук Ю.В., Євсейчик Я.О. Самооцінка як фактор становлення особистості студента. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Серія: Педагогічні науки. 2015. Вип. 124. С. 163-165.
5. Корольчук В. М. Психологія стресостійкості особистості. *Вісник Львівського університету*. Серія психологічні науки. Випуск 14. 2022. С.13.
6. Книш А. Є. Шляхи підвищення рівня самоприйняття у студентів як основи адекватної самооцінки / А. Є. Книш, Т. С. Троценко // *Наукова школа академіка Івана Зязюна у працях його соратників та учнів* : матеріали 6-ї Міжнар. наук.-практ. конф., 28-29 травня 2020 р. / заг. ред. О. Г. Романовський ; Нац. техн. ун-т «Харків. політехн. ін-т». Харків : НТУ «ХПІ», 2020. С. 117-120.
7. Куниця Т.Ю. Вплив війни між Україною та Росією на формування соціальних орієнтацій учнівської молоді. *Вісник науки та освіти*. Вип. 6(6). 2022. С.161-171.
8. Карпенко О.Я. Соціально-педагогічна підтримка студентів в умовах війни. *Наукові перспективи. Перспективи та інновації науки*. Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина». Вип.12 (30).2023. с.267-274.
9. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості : наук. монографія. Київ : КММ, 2006. 255 с.
10. Психологія стресостійкості студентської молоді / За заг. ред. В. Шмаргуна. Київ : Видавничий центр НУБіП України, 2018. 198 с.

РОЗДІЛ ІІІ РОЛЬ СУСПІЛЬСТВА У ФОРМУВАННІ ОСОБИСТОСТІ

Наталія СИДОРЕНКО

доктор юридичних наук, професор,
професор кафедри управління
та адміністрування

Антон НАУМИК

здобувач вищої освіти ННІ права
та інноваційної освіти

*(Дніпропетровський державний
університет внутрішніх справ)*

ГРОМАДЯНСЬКЕ СУСПІЛЬСТВО І ПРАВОВА ДЕРЖАВА ЯК ФЕНОМЕН ПСИХОЛОГО-ПРАВОВОГО РОЗВИТКУ СУСПІЛЬСТВА

Дослідження громадянського суспільства, правової держави та їх взаємозв'язок з психологією є досить актуальним в сучасному світі, оскільки ці поняття є ключовими складовими розвитку демократичної системи врядування, прав людини та ринкової системи ведення господарської діяльності людини. Громадянське суспільство є складною і багатовимірною категорією, що включає в себе активну участь громадян в громадських справах та ініціативах, вільну та незалежну роботу громадських організацій, а також гарантує належне взаємовідношення між державою та громадянами. Дослідження громадянського суспільства дозволяє з'ясувати, наскільки ефективно реалізується демократія в державі, яка роль громадян у формуванні та реалізації політики.

Громадянське суспільство і правову державу, вивчали такі українські учені: О.Батанова, В.Берченка, Н.Бортник, Н.Липовська, Л.Наливайко, В.Шаповала, в той час, як зв'язок із психологією: Д.Богдановський, В.Піддячий, А.Черкаський та інші.

Окрім того, теоретичною основою дослідження стали праці таких зарубіжних учених: Е. Арато, А. Блека, Ю. Габермаса, Г. Гегеля, Е. Гелнера, Р. Даля, Р. Дарендорфа, Д. Кіна, Л. Колаковські,

Дж. Л. Коена, Р. Патнема, П. Розанвалона, Н. Роземблум, А. Селігмена, Р. Фассаера, А. Фергюсона та інших.

Ідеї щодо правової держави та громадянського суспільства почали формуватись у середині XVIII століття в Європі. Великий внесок у їх розвиток зробили філософи Просвітництва, такі як Монтеск'є, Руссо, Вольтер, Дідро та інші. У той час, як дослідження феномену психологічного розвитку суспільства у контексті розвитку громадянського суспільства – нещодавно.

Поняття громадянського суспільства було започатковане ще античними філософами, такими як Сократ і Платон. Однак, його ідеї стали актуальними в Європі лише у другій половині XVIII століття. Філософи Просвітництва вважали, що громадянське суспільство є важливим елементом демократії, оскільки воно передбачає участь громадян у прийнятті рішень та контроль над діяльністю держави. Громадянське суспільство вбачалось як незалежна від держави організація, що відстоює інтереси громадян та контролює діяльність влади. Підтвердженням зазначеної тези може виступати юридична психологія, що стверджує думку щодо бажання громадян певним чином контролювати державно-управлінських процес та впливати на нього за допомогою демократичних способів врядування.

У XX ст. з'являються терміни «демократична правова держава» та «конституційна правова держава», які доповнили вимоги підпорядкованості влади закону вимогою підпорядкування самого закону природним правам людини, а також вимогою, згідно з якою права та свободи людини можуть бути обмежені лише демократично обраним законодавцем і лише задля забезпечення певних конституційно значимих цілей.

Зокрема, забезпечена економічним розвитком зростаюча кількість потреб індивіда призводить до ситуації, коли людина починає вимагати від держави не лише «негативної свободи», а й свободи «від» (наприклад, від безпідставного втручання у здійснення права і свободи), а й позитивної свободи, тобто свободи «на» (на отримання від держави додаткових можливостей та певних благ, їх захист тощо), що в свою чергу свідчить про початок змін психологічного стану суспільства.

У подібних умовах концепція держави – «нічного сторожа» вже недостатня, у зв'язку з чим А. Крижановський справедливо вказував на те, що «...зайва регламентація з боку держави та втручання її у всі справи можуть діяти шкідливо. В. Гумбольдт має рацію, коли він каже, що цим підривається самодіяльність і тим самим зменшуються матеріальні та моральні сили народу, який звикає постійно звертатися

до уряду, аніж покладатися на себе. Але це доводить лише необхідність поруч із діяльністю держави надати можливість і широкий простір особистої свободи. Мета суспільного життя полягає в гармонійній угоді обох елементів, а не в пожертвуванні одним на користь іншого» [1, с. 124].

Правова держава як у теорії, так і на практиці починає розвивати риси та властивості, необхідні для найбільш гармонійного розвитку суспільства: гуманізм, що виражається у визнанні пріоритету права і свободи людини щодо державної влади, демократичність, що сприяє включенню особистості в політичне життя і подолання її відчуження від держави, турботу про «загальне благо», обмеження державної влади шляхом поділу влади, впровадження системи стримувань та противаг [2-3].

Концепція правової держави нерозривно пов'язана з концепцією прав людини і розвивається разом з нею. Правова держава спочатку розглядалася як держава, у якій закон загальнообов'язковий, потім – як «нічний сторож». У сучасних умовах під правовою державою слід розуміти таку організацію державно-управлінської системи, яка ґрунтується на визнанні безумовної цінності і верховенства природних та невідчужуваних прав і свобод людини й спрямовано на їх забезпечення, у тому числі й у сфері психологічного здоров'я та розвитку.

У сучасній вітчизняній науковій площині, правова держава характеризується як поняття із змістом, що історично змінювався [5-6], в залежності від того, у яких формах і в якій мірі влада у державі обмежується правами і свободами.

Дж. Тюллі у своїй праці «Громадянське суспільство», визначає «громадянське суспільство», як сукупність громадян, які організуються в мережі громадських організацій та здійснюють свої права та обов'язки на незалежній від держави основі [6, с. 256], що також може охарактеризовувати зміну соціально-психологічної свідомості суспільства.

Окрім того, інші досить відомі дослідники розглядають громадянське суспільство як певний феномен, який залежить від історичного, психологічного та культурного контексту.

Наприклад, С. Крюкова та А. Бобинський в своїй статті «Громадянське суспільство: історичний досвід та проблеми сучасності», визначають громадянське суспільство як «суспільство, де громадяни мають свободу дій і мислення та можуть бути активними учасниками політичного процесу», с.9].

Отже, провідні науковці надають різні визначення та трактування поняття «громадянське суспільство» та «правова держава». При цьому, вони звертають увагу на роль громадських організацій у формуванні цього феномену, а також на його залежність від історичного, психологічного та культурного контексту. Для дослідження громадянського суспільства та правової держави доцільно використовувати різні мультидисциплінарні підходи, які включають політичну теорію, соціологію, психологію, педагогіку, історію та інші науки.

Такий непростий феномен, як громадянське суспільство, завжди було загадкою та темою як наукових, так і практичних досліджень із боку держави, політичних діячів, вчених-правознавців, юристів, психологів тощо, адже формування певної психологічної стійкості та активності досить непростий процес.

Об'єкти громадянського життя, його моральних, правових та етичних засад, основоположних компонентів, постійно виступали значною складовою правових учень та теоріях протягом кількох століть [8, с. 137].

У широкому розумінні, найважливіша функція громадянського суспільства – його участь у розвитку горизонтальних зв'язків та відносин, тобто формуванні громадянської культури, психологічно-правової свідомості громадян. Навряд чи варто розглядати громадянське суспільство як причину, умову чи наслідок демократії. Наразі однакові за формою елементи громадянського суспільства можуть існувати та взаємодіяти з авторитарною владою, до того ж, навіть сприяти консолідації суспільства навколо неї. Проте суто формальна наявність структур (елементів) громадянського суспільства призводить до формування цінностей громадянської культури, певної психологічної стійкості, а значить і до того, що громадянське суспільство не може виступити як каталізатор розвитку демократичного режиму.

Ф. Шміттер використовував для позначення цієї функції термін «консолідація демократії» [9, с.347]. Громадянське суспільство сприяє розвитку горизонтальних зв'язків, а отже сприяє формуванню соціуму, структурованого за інтересами різних суб'єктів, що взаємодіють один з одним у умовах демократичного режиму. Це простежується по ряду позицій.

Досить цікавим є те, що інститути громадянського суспільства дозволяють, об'єднуючи людей за спільними інтересами, агрегувати та артикулювати для громадян, влади, суспільства в цілому свою позицію з

тих чи інших питань функціонування та розвитку суспільства.

Громадянське суспільство забезпечує формування у індивідів у процесі їх соціалізації такі найважливіші якості, як політичну та громадянську відповідальність, навички участі у практиці повсякденних демократичних процедур, самоврядування, використання можливостей правових норм на вирішення своїх питань тощо. Таким чином, виникає, розвивається і стає більш масово представленим така найважливіша якість індивіда, що соціалізується і «демосу» в цілому, як громадянськість, що сприяє фазовому переходу від стану підданства населення до усвідомлення своїх особистих прав, розвитку культури узгодження (а якщо буде потрібно, то й захисту) інтересів з іншими громадянами та державними інститутами.

Більш того, громадянське суспільство сприяє формуванню стійких, зручних та найефективніших каналів комунікації громадян із владою. Канали громадянської політичної комунікації закріплюються за допомогою правових механізмів та традицій. Це суттєво посилює стійкість демократичних практик поведінки, що забезпечує громадянам можливість довести свою позицію до адресата – як інститутів влади, так і інших громадян.

Громадянське суспільство, за Ф. Шміттером, «є важливим, хоча й не єдиним, джерелом потенційного опору свавіллю і тиранії правителів – чи то незаконні узурпатори чи фанатична більшість» [9, с.348]. Саме ця функція, на наш погляд, особливо важлива для зміцнення демократичних практик громадян, але її реалізація безперечно насторожує владну еліту, а часом і спонукає її до спроб нівелювати цей напрямок функціонування громадянського суспільства.

В умовах авторитарного режиму, настороженість влади реалізується у діях, спрямованих на деградацію правозахисного сегменту громадянського суспільства, пригніченні психологічно-правової свідомості громадян. А це, у свою чергу, призводить до того, що відносини громадянського суспільства з владою трансформуються і в повсякденній практиці починають домінувати відносини сервільності.

Європейські науковці-аналітики зазначають, що однією з головних функцій громадянського суспільства є створення більш сприятливих умов реалізації та захисту приватних інтересів індивідів. Наразі самоорганізація громадян розглядається як атрибутивна функція громадянського суспільства [9-10]. Громадяни для того і самоорганізуються, щоб реалізувати свої особисті інтереси. Для цього

вони шукають тих, хто має подібні чи близькі до них, схожі інтереси. Виникає спільнота (мережа) соціальних мікрогруп, у свою чергу, здатних до активної взаємодії.

Відповідно до «Нової філософської енциклопедії», «самоорганізація – процес, під час якого створюється, відтворюється або вдосконалюється організація складної динамічної системи. Процеси самоорганізації можуть мати місце лише у системах, що володіють високим рівнем складності та великою кількістю елементів, зв'язки між якими мають не жорсткий, а імовірнісний характер.

Процеси самоорганізації виражаються в перебудові існуючих та утворенні нових зв'язків між елементами системи. Відмінна риса процесів самоорганізації – їх цілеспрямований, але водночас природний, спонтанний характер: ці процеси, що протікають при взаємодії системи з навколишнім середовищем, тією чи іншою мірою автономні, незалежні від середовища» [11, с.65]. Виходячи з визначення самоорганізації, громадянське суспільство виникає тільки на певному етапі розвитку соціуму.

Отже, у традиційному соціумі, де задана жорстка ієрархія соціальних зв'язків, що підтримується відповідними політичними, правовими та релігійними нормами, громадянське суспільство розвиватись не зможе. Приватні інтереси членів традиційного соціуму займають підпорядковане становище стосовно інтересів владної еліти, віддзеркаленням яких виступає держава. Але у процесі ускладнення суспільства, його диференціація стає все складніше, управляючи з єдиного центру, узгоджувати інтереси різних соціальних груп.

Турбота держави – забезпечення функціонування суспільства загалом, а не управління нескінченною кількістю локальних спільнот, ігнорувати інтереси яких на певному рівні складності стає неможливо, тому що це шлях до саморуйнування соціуму. Самоорганізація громадян виступає як спосіб адаптації до нових реалій і дозволяє, на основі вибудовування діалогу з владою, перейти до партнерських відносин у ній. Так відбувається завжди важке поєднання державних, громадських та приватних інтересів. До того ж, держава під час відстоювання суспільних інтересів може спиратися на силу та право, а громадянське суспільство оперує до моральних цінностей [3].

Право у такому контексті виступає як зовнішній фактор, який може заважати чи сприяти його функціонуванню. Громадянське суспільство передбачає розвиток культурних, психологічних,

економічних, політичних та правових відносин та високий правовий та соціальний статус громадян, які при умовах зростання освіченості, економічної самостійності, правової культури, вже не згодні виступати тільки як об'єкт управлінського(публічно-управлінського) впливу, але й починають претендувати на дедалі активнішу участь у прийнятті найважливіших рішень, що визначають їхнє життя.

Важливим є й те, що реалізація цієї потреби не відбувається автоматично, оскільки істотно залежить від характеру сформованого політичного режиму, який може сприяти або навпаки, перешкоджати розвитку громадянської активності населення.

Якщо переходити у сучасну площину зазначеного питання, то варто зазначити, що розвиток сучасної держави та побудова ефективної структури державного управління активно корелюється з функціями держави та засобами їх здійснення [12, с. 66], але в той же ж час, держава має турбуватися й про психологічний комфорт громадян при здійсненні власної діяльності.

Існують два підходи пояснення взаємодії держави та зацікавлених груп: плюралістична та корпоративістська.

Перша історично пов'язана з теорією плюралістичної демократії та ученим Р. Далем. Ця теорія бачить політичний процес як взаємовідносини груп інтересів, що змагаються між собою за вплив на прийняття рішень. Держава в цій схемі – арбітр між заінтересованими групами [1, с.62].

Теорія поліархії передбачає розпорошеність влади між багатьма центрами влади, що дозволяє говорити про можливість представництва різних інтересів та можливості цих груп на участі у прийнятті політичних рішень. У такій інтерпретації інститути громадянського суспільства прагнуть реалізувати свої інтереси через участь у політичному процесі. Важливими параметрами є зміна виборчої системи, можливість висловлювання думки, підзвітність влади, права створювати вільні асоціації.

Корпоративістська та неокорпоративістська модель протистоїть моделі поліархії та пов'язана з Ф. Шміттером та Г. Лембрухом. Вони вважають, що в Західній Європі економічні зміни призвели до концентрації політичної та економічної влади в руках великих структур громадянського суспільства і приватного капіталу, що призвело до можливості досить тісних контактів між державою, громадянським суспільством та бізнесом, а відповідно, створили можливості впливу

цих структур на політичні рішення [11, с.7]. Це призвело до необхідності тісніших контактів на основі нових принципів між державою та обома зацікавленими групами.

Таким чином, Ф. Шміттер зробив висновок про необхідність так званого трипартизму – співробітництва держави, інститутів громадянського суспільства та бізнесу. Для моделі Г. Лембуха і Ф. Шміттера важливі моменти ієрархічності, організації та формалізації, відносини з державою та права на представництво. Модель Г. Лембуха і Ф. Шміттера стала використовуватися для аналізу взаємодії різних груп інтересів з державою, у тому числі і організацій громадянського суспільства.

Таким чином, як бачимо, громадянське суспільство починається з індивіда та його приватного життя, психолого-правової стійкості. Участь індивіда в житті суспільства – це завжди певний баланс приватних та суспільних інтересів – баланс між колективом (спільнотою) та індивідом. Спільнота ж – надіндивідуальна структура, яка не зводиться до суми окремих людей, де майже кожен елемент приватного життя залежить від якості нашого безпосереднього оточення, у тому числі сусідів, асоціацій, клубів, парків, музеїв, лікарень та місцевого самоврядування.

Отже, правова держава та громадянське суспільство виступають як взаємопов'язані, взаємообумовлені явища державно-правового та загально-управлінського масштабу. Проблеми їх співвідношення, аналіз процесу їх взаємодії, становлення та розвитку, сутність, особливості функціонування у різній площині прямо залежить від психолого-правового становища, що визначається кожного з них. Громадянське суспільство та держава взаємодоповнюють і залежать одне від іншого, а відповідно без зрілого громадянського суспільства неможлива побудова правової демократичної держави, оскільки саме свідомі вільні громадяни здатні створювати найбільш раціональні форми людського осередку та ведення власної господарської діяльності.

Список використаної літератури

Крижановський А. Ф. Правовий порядок в Україні: витоки, концептуальні засади, інфраструктура. Одеса : Фенікс, 2009. 504 с.

1. Tully J. *Public Philosophy in a New Key: Volume 2, Imperialism and Civic Freedom*. Cambridge University Press. 2007. p.256-266

2. Загальна теорія права / за ред. М. І. Козюбри. Київ : Ваіте, 2015. 392 с.

3. Крюкова С., Бобинський А. Громадянське суспільство: історичний досвід та проблеми сучасності. *Вісник Київського національного університету ім. Тараса Шевченка. Серія: Право*. 2019. № 8. С. 7–9.

4. Тулик І. І. Делегування повноважень як необхідний елемент взаємодії органів державної влади та органів місцевого самоврядування. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Право»*. 2016. Вип. 39. № 1. С. 38–40.

5. Tully J. *Public Philosophy in a New Key: Volume 2, Imperialism and Civic Freedom*. Cambridge University Press. 2007. p.256-266

6. Крюкова С., Бобинський А. Громадянське суспільство: історичний досвід та проблеми сучасності. *Вісник Київського національного університету ім. Тараса Шевченка. Серія: Право*. 2019. № 8. С. 7–9.

7. Versteeg, Mila, and Tom Ginsburg. Measuring the rule of law: a comparison of indicators. *Law & Social Inquiry*. 2017. P.100-137.

8. Schmitter P. The Waves of Democratization. *The Encyclopedia of Democracy*. Vol. III. London, 1991, pp. 346-349

9. Кобзар О. Ф. Підходи щодо визначення поняття правоохоронної функції держави. *Юридична наука* 2015. № 9

10. Мочульська М. Демократія участі (партисипативна демократія) в Україні. Проблеми державотворення і захисту прав людини в Україні : мат. XXV звітної наук.-практ. конф. (7–8 лютого 2019 р.): у 2-ох ч. Ч. 1. Львів : Юридичний факультет Львівського національного університету імені Івана Франка, 2019. С. 101–103.

11. Наумик А. Побудова ефективної структури державного управління. *Розвиток суспільства та науки в умовах цифрової трансформації* : матеріали III міжнар. студент. наук. конф., м. Луцьк, 12 груд. 2022 р. С. 66–67.

РОЗДІЛ IV ВНУТРІШНІЙ СВІТ ОСОБИСТОСТІ ТА СУСПІЛЬСТВО

Вікторія КОРНІЄНКО

доктор психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри
психології та педагогіки
Дніпропетровського державного
університету внутрішніх справ

Юлія НІКАНОРОВА

кандидат медичних наук,
лікар-психіатр вищої категорії,
медичний директор
ДЗ СБЛ № 1 МОЗ України

РОЛЬ ФЕНОМЕНІВ СТРЕСОСТІЙКОСТІ ТА ПОЗИТИВНОГО САМОСТАВЛЕННЯ У ФОРМУВАННІ СОЦІАЛЬНО- АДАПТАЦІЙНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ

Війна в Україні, як і будь-яка екстремальна подія, виступає стресором для населення. У осіб, які вже більше року перебувають в стані такого рівня постійного стресу, відбувається пошук ресурсів для життя в нових умовах життєдіяльності. Отже, одним із таких ресурсів є соціально-адаптаційний потенціал особистості, бо війна, як правило, завжди залишає на ній свій деформуючий.

Такі складні умови життєдіяльності вимагають використання певних поведінкових та емоційно-вольових якостей, які будуть спрямовані на подолання стресових життєвих ситуацій. Відповідного до вибору тієї чи іншої стратегії подолання пролонгованого стресу, можна висунути гіпотезу щодо здатності людини до адаптації в складних життєвих ситуаціях. Існує гіпотеза про те, що усвідомлення індивідом власних емоційно-вольових реакцій на ситуацію, формуватиме його уявлення щодо власного соціально-адаптивного потенціалу. Отже, вивчення показників психологічного благополуччя та позитивного самоствалення людини є надзвичайно актуальним для визначення її власного соціально-адаптивного потенціалу.

Таким чином/наразі під терміном «соціально-адаптивний потенціал» науковці розуміють емоційну стійкість, психологічну стійкість до стресу, стрес-резистентність, фрустраційну толерантність та ін. У психологічному словнику стресостійкість характеризується як певна сукупність особистісних якостей, які дозволяють людині переносити значні інтелектуальні, вольові, емоційні навантаження (перенавантаження), обумовленні особливостями життєдіяльності, без особливих шкідливих наслідків для здоров'я людини та її психологічного благополуччя.

Відомий дослідник В. Крайнюк, визначив, що формування стресостійкості в онтогенезі реалізується з урахуванням первинної стресостійкості особистості через саморегуляцію, яка забезпечує взаємодію усіх 4-х структурних компонентів стресостійкості: особистісного, соціального, типологічного, поведінкового за трьома типами – збереження, посилення, індукції і забезпечує адекватне реагування на стресогенні чинники.

Також він зазначив, що складові стресостійкості за сприйняттям стресогенних факторів визначаються як такі, які мають динаміку в часі та залежать від особливостей, що зумовлюються системно-екстернальними (об'єктивними) ознаками: контрольованості, мінливості, невизначеності, валентності, повторюваності та системно-інтернальними (суб'єктивними) показниками: когнітивної репрезентації стресора, інтернального контролю, професійно-динамічної репрезентації, дивергентності (невизначеності), репеторної репрезентації, позитивного досвіду з урахуванням первинної стресостійкості і рівнем розвитку структурних компонентів стресостійкості. [4].

На думку сучасних науковців (В. Дудка, З. Романець, Л. Наугольник, Г. Ложкін) стресостійкість є інтегральною багаторівневою властивістю особистості, психологічні складові якої представлені комплексом поведінкових, соціальних, когнітивних, інтелектуальних, емоційних та інших характеристик. Виразність стресостійкості залежить від якісних та кількісних характеристик властивостей особистості [2,3].

На сучасному етапі розвитку психологічної науки визначено декілька підходів до розуміння поняття стресостійкості.

Такі науковці як К. Платонов, Я. Рейковський визначили поняття «чутливість до емоціогенних подразників» як базу, на якій формується стресостійкість у вигляді взаємодії емоційно-вольових якостей особистості щодо характеру діяльності, акцентуючи увагу не на

ступінь емоційної збудливості, а її вплив на складові діяльності людини [7].

Іншими науковцями (А. Головацький, В. Черкасов, М. Сапін, Я. Федонюк та ін.) встановлено, що існують генетичні порушення, які призводять до підвищеної сприйнятливості емоційного стресу через перенапруження і виснаження активуючих і координуючих відділів лімбічної системи [3,5,7].

У сучасних дослідженнях феномен стресостійкості розглядають на трьох його рівнях: 1) фізіологічному (характеристики вищої нервової діяльності); 2) поведінковому (вибір моделі поведінки щодо подолання стресогенних умов життєдіяльності); 3) когнітивному – у вигляді суб'єктивної оцінки індивіда власного впливу на події оточуючого світу та роль когнітивного потенціалу у подоланні стресу [5].

Велику увагу фахівці – дослідники приділяють такій когнітивній складовій особистості як самоствавлення, беручи до уваги систему емоційно-ціннісних установок стосовно власного «Я», яка включає в себе пізнавальний, емоційний та практичний компоненти [2]. Виділення самовідношення як самостійного об'єкта психологічного аналізу частіше за все здійснюється шляхом розмежування в єдиному процесі самосвідомості двох аспектів: процесу отримання знань про себе та власне самоствавлення як деякої стабільної характеристики суб'єкта.

В якості базових складових соціально-адаптивного потенціалу людини ряд авторів (А. Камбур, Т. Семигіна, І. Мигович та ін.) виділили: позитивні відносини з іншими, прийняття себе, автономію, компетентність (контроль над навколишнім середовищем та здатність ефективно управляти своїм життям), наявність цілей, які надають життю спрямованість і сенс, особистісне зростання як почуття безперервного розвитку і самореалізації [2, 5, 8].

Наявність певного рівня соціально-адаптаційного потенціалу особистості обумовлює не лише її успішне функціонування в окремих ситуаціях, а і формує специфічність процесу сприйняття, що структурує інформацію у психічному досвіді особистості певним чином та впливає на її самоствавлення.

Отже, позитивне самоствавлення, впевненість у собі, контроль та адекватні показники психологічного благополуччя обумовлюють прагнення особистості приймати на себе відповідальність за події власного життя, усе це нерозривно пов'язано з поняттям соціально-психологічна адаптація особистості. Це дозволяє припустити, що зазначені феномени відіграють важливу роль у проявах стресостійкості,

що є невід'ємним поняттям соціально-адаптаційний потенціал особистості.

Емпіричне дослідження проводилось упродовж 2022-2023 років на базі Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ. Вибірку склали досліджувані, здобувачі різних спеціальностей, чисельністю 60 осіб. Результати частково підтверджують гіпотезу стосовно того, що позитивне самоствавлення та стресостійкість можуть бути соціально-адаптивним потенціалом особистості в умовах воєнного стану.

Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (А. Маклаков і С. Чермянін, 2001) – використовувався для оцінки адаптаційних можливостей особистості з урахуванням соціально-психологічних і деяких психофізіологічних показників, що відображають узагал *Методика визначення копінг-стратегій Е. Нейт* (адаптація Л. І. Вассермана, 2003) ьнені особливості нервово-психічного і соціального розвитку. *Тест життєстійкості* (Д. Леонт'єв, О. Рассказова, 2006) – використовувався для оцінки здатності і готовності людини активно і гнучко діяти в ситуації стресу і труднощів або його вразливість до переживань стресу [163]. *п'ятифакторний опитувальник особистості 5 PFQ* (А. Хромов, 2000) – був призначений для дослідження індивідуально-типологічних особливостей пацієнтів з депресивними розладами різного генезу *Методика Ш. Шварца* (В. Карандашев, 2004) – використовувавалась для вивчення цінностей, ідеалів і переконань, що впливають на особистість *Шкала екзистенції А. Ланге і К. Орглер* (С.Кривцова, 2009) – використовувавалась для оцінки «екзистенціальної наповненості» (осмисленості та задоволеності різними аспектами життя) *Опитувальник І. Колер* (І. Karler, 2004) – був спрямований на вивчення ступеня задоволеності своїм соціальним функціонуванням в різних сферах. *Індекс життєвої задоволеності (ІЖЗ)*, адаптація Н. Паніної. (С. Духновський, 2010) – був призначений для оцінки інтересу до життя, *Опитувальник «Реабілітаційний потенціал особистості»* (І. Кулагина, Л. Сенкевич, 2015) У процесі роботи усі отримані дані в цифровій формі вносилися в спеціально створену базу даних. Формування зведених таблиць проводили за допомогою програми MS Excel v.8.0.3. Обробку одержаних даних здійснювали за допомогою дисперсійного, кореляційного та факторного аналізу на ПЕОМ за допомогою програм SPSS 15.0 та MS Excel v.8.0.3.

Результати розрахунків коефіцієнтів кореляції r -Спірмена між показниками стресостійкості та самоствавлення представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Значення коефіцієнтів кореляції Спірмена між показниками стресостійкості та самовідношення

Показники самовідношення	Показники стресостійкості	
	Оціночна шкала стресових подій Холмса-Раге	Експрес-діагностика стану стресу
Внутрішня чесність	-0,214	-0,366**
Самовпевненість	0,016	-0,105
Самокерівництво	-0,188	-0,230
Віддзеркалене самовідношення	-0,183	-0,247
Самоцінність	-0,092	-0,101
Самоприйняття	-0,085	-0,164
Самоприв'язаність	-0,247	0,077
Внутрішня конфліктність	0,452**	0,372**
Самозвинувачення	0,162	0,382
Загальний рівень самоповаги	0,042	-0,256

Примітка: ** – рівень значущості $p < 0,01$; * – рівень значущості $p < 0,05$

За результатами дослідження було визначено, що респонденти, які показують більш високий рівень стресостійкості, характеризуються вищими показниками внутрішньої чесності та загального рівню самоповаги. І, навпаки, виражені показники внутрішньої конфліктності та самозвинувачення мають тенденцію супроводжуватися низькими значеннями за шкалами стресостійкості.

Досліджувані з низьким рівнем стресостійкості характеризуються більш вираженими показниками застосування стратегій «Конфронтація» та «Дистанціювання» ($p < 0.05$). Натомість в групі з високим рівнем стійкості до стресів спостерігається більш висока схильність застосування стратегії позитивної переоцінки, тобто вони долають негативні переживання у зв'язку з проблемою за рахунок її позитивного переосмислення, інтерпретуючи її як стимул для особистісного зростання, при цьому характерним є орієнтування на філософське осмислення проблемної ситуації, включення її в більш широкий контекст роботи особистості над саморозвитком.

Результати теоретичного аналізу досліджуваної проблеми, отримані емпіричні дані, дозволили припустити доцільність можливості

прогнозування показників стресостійкості на основі показників самовідношення особистості. З цією метою було здійснено множинний лінійний регресійний аналіз. Незалежними змінними (предикторами) було обрано показники за шкалами опитувальника дослідження самовідношення С. Пантелеєва. Залежною змінною виступає показник стресостійкості за методикою К. Шрайнера.

За результатами статистичної обробки було побудовано однофакторну кореляційно-регресійну модель:

*Стресостійкість (інвертований показник) = 2,37 + 0,45 * Самозвинувачення*

Результати регресійної статистики наведено в таблиці 4, загальна характеристика побудованої кореляційно-регресійної моделі представлена в таблицях 2-3.

Таблиця 2

Регресійна статистика для моделі прогнозування показників стресостійкості

Показники	Розраховане значення
R	0,45
R-квадрат	0,20
Нормований R-квадрат	0,19
Стандартна похибка	1,68

Таблиця 3

Характеристика кореляційно-регресійних зв'язків

Показники	Коефіцієнт регресії	t-критерій Стьюдента	P-значення
Самозвинувачення	0,45	3,80	0,00

Величина коефіцієнту регресії для побудованої моделі дорівнює 0,45, виділений фактор корелює позитивно (самозвинувачення). Значення R-квадрату (коефіцієнту детермінації) дорівнює 0,20, частка дисперсії результату Y (стресостійкість), пояснена регресією, складає 20%.

Таким чином, за результатами регресійного аналізу можливе прогнозування рівня стресостійкості особистості на основі такого показника самовідношення як самозвинувачення.

Отримані дані дають можливість охарактеризувати особистість, яка має високі показники стресостійкості, описуючи особливості її когнітивного компоненту. Така людина буде впевнена, що має підстави очікувати позитивні результати власної діяльності та братиме на себе відповідальність за наслідки своєї поведінкової та ментальної

активності. Можна припустити, що особистість, яка характеризується високим рівнем стресостійкості, демонструватиме включеність у події власного життя, відчуватиме можливість впливати та контролювати, взаємодіяти зі стресогенними чинниками.

Серед перспектив подальшої дослідницької роботи у межах цієї наукової проблематики можна вважати необхідність більш детального вивчення характеру взаємозв'язку інтернальності та самозвинувачення зі стресостійкістю особистості. Важливим напрямком подальшого розвитку теми є розробка систем тренінгових занять щодо розвитку стресостійкості особистості шляхом впливу на показники самовідношення та локусу контролю.

Таблиця 4

Особливості психологічного благополуччя осіб, які знаходились в зоні бойових дій та таких, що знаходились на відстані від бойових дій (за результатами тесту «ІЖЗ»)

Найменування показників	Рівень вираженості	Особи, які знаходились в зоні бойових дій	Особи, які знаходились на відстані від бойових дій
		N = 35	N = 25
Індекс життєвої задоволеності	високий ^{2,3}	20,87 ± 2,07*	31,15 ± 3,18*
	середній ³	43,95 ± 3,67	46,61 ± 4,16
	низький ^{2,3}	35,15 ± 3,16*	21,22 ± 2,18*
Інтерес до життя	високий ^{2,3}	20,87 ± 2,07*	37,09 ± 3,61*
	середній ³	49,46 ± 3,92	46,23 ± 4,03*
	низький ^{2,3}	29,68 ± 2,75*	15,68 ± 1,83*
Послідовність досягненні цілей у	високий ^{1,2}	24,17 ± 2,35	28,77 ± 3,02*
	середній ^{1,3}	34,08 ± 3,08*	45,44 ± 4,08*
	низький ³	41,75 ± 3,55*	24,82 ± 2,51*
Узгодженість між цілями та досягненнями	високий ^{1,3}	15,37 ± 1,58*	35,51 ± 3,36*
	середній ¹	35,17 ± 3,16	41,47 ± 3,75
	низький ^{1,2,3}	51,64 ± 3,98*	26,01 ± 2,62*
Позитивна оцінка себе	високий ^{2,3}	25,28 ± 2,44	23,82 ± 2,51*
	середній ^{2,3}	51,64 ± 3,98*	62,89 ± 4,61*
	низький ^{2,3}	23,07 ± 2,26	13,28 ± 1,58*
Загальний фон настрою	високий ^{2,3}	20,87 ± 2,05*	35,89 ± 3,54*
	середній	47,26 ± 3,82	46,23 ± 4,02
	низький ^{2,3}	31,88 ± 2,91*	17,84 ± 1,94*

Отже, особи, які знаходились у зоні бойових дій, переважно схильні займати пасивну життєву позицію, коли необхідно було переживати складні життєві ситуації, емоційне перенавантаження, складати алгоритм дій при зіткненні з нестандартним завданням та намагались їх вирішити.

Також відмічалось переважання осіб із низьким рівнем узгодженості цілей та досягнень у житті ($51,64 \pm 3,98$) %, що відображало наявність внутрішньоособистісних конфліктів серед осіб цієї групи. Слід зазначити, що 25,27 % осіб схильні були високо оцінювати себе та власні дії, 51,65 % – самооцінка була середньою та у 23,08 % досліджуваних – низькою. Було встановлено, що у переважній більшості респондентів, які знаходились у безпечному місті загальний фон настрою був задовільним ($47,25 \pm 3,81$) % або зниженим ($31,87 \pm 2,92$) %, і також загальний індекс життєвої задоволеності, який відображає відчуття психологічного комфорту, у 43,96 % таких осіб характеризувався середніми показниками, у 35,16 % – низькими та лише 20,88 % респондентів були задоволені власним життям.

Більшість досліджуваних, які пережили небезпеку в зоні бойових дій, характеризувались середнім рівнем прояву інтересу до життя ($56,98 \pm 4,40$) %, послідовності у досягненні цілей ($51,16 \pm 4,21$) % і рівня самооцінки ($56,98 \pm 4,40$) %. У 36,05 % досліджуваних цієї групи відмічався високий рівень узгодженості між цілями та досягненнями, у 45,35 % – середній та у 18,60 % – низький. Це говорить про те, що особи, які пережили ситуацію небезпеки схильні були вірити в те, що вони є досить сильними та здатні досягти важливих для себе цілей. Загальний фон настрою та індекс життєвої задоволеності у них характеризувались переважанням середніх значень ($(41,86 \pm 3,76)$ % та $(50,00 \pm 4,16)$ % відповідно).

У 47,31 % осіб, які знаходились на відстані від бойових дій був встановлений низький рівень інтересу до життя, у 43,01 % – середній та лише 9,68 % – відчували інтерес до повсякденного власного життя. У більшості респондентів ($45,16 \pm 3,64$) % визначався низький рівень послідовності у досягненні цілей, що відображало покірне прийняття та примирення з життєвими невдачами. Було встановлено, що 40,86% досліджуваних характеризувались середнім рівнем співставлення між цілями та досягненнями, 38,71 % – низьким та 20,43 % – високим, що відображало низький рівень впевненості у власних силах в подоланні життєвих складностей. Досліджувані даної групи характеризувались переважанням низького рівню позитивної оцінки себе ($56,99 \pm 4,06$) %, зниженням загального фону настрою ($50,54 \pm 3,86$) % та низькими

показниками індексу життєвої задоволеності ($48,39 \pm 3,78$) %.

Особи, які проживали поза межами бойових дій, характеризувались переважанням високого та середнього рівнів інтересу до життя ($(38,10 \pm 3,61)$ % та $(45,24 \pm 4,03)$ % відповідно), що відображало їх зацікавленість до подій повсякденного життя. Було встановлено, що у осіб, які знаходились поза межами воєнних дій показники «послідовності у досягненні цілей» і «узгодженості між цілями та їх досягненням» були переважно середнього рівня ($(46,43 \pm 4,09)$ % та $(40,48 \pm 3,76)$ % відповідно), що говорить про адекватну оцінку та використання власних сил для досягнення мети. Визначено, що у переважної більшості респондентів був визначений середній рівень позитивної оцінки себе ($61,90 \pm 4,60$) %, що відповідало адекватній самооцінці. Такою, у цієї категорії досліджуваних (36,90%) загальний фон настрою характеризувався високими показниками, у 45,24 % – середніми та лише у 17,86 % осіб фон настрою був знижений. Схожа картина спостерігалась і в оцінці загального індексу життєвої задоволеності та психологічного комфорту: у 32,14 % респондентів визначався високий рівень задоволеності, у 47,62 % – середній та у 20,24 % – низький.

Було зроблено порівняльний аналіз показників психологічного благополуччя серед осіб, які проживали пока межами бойових дій та тими особами, які були в небезпечній життєвій ситуації.

Статистичний аналіз результатів дозволив визначити, що за загальним індексом життєвої задоволеності осіб із високим рівнем за цією шкалою було більше серед тих, які бкли поза межами бойових дій ($p < 0,03$, ДК = 1,87, МІ = 0,11 та $p < 0,001$, ДК = 4,34, МІ = 0,44 відповідно), а расподентів із низьким рівнем – серед осіб які перебували в різних умовах життєдільності ($p < 0,01$, ДК = 2,40, МІ = 0,18 та $p < 0,0001$, ДК = 3,79, МІ = 0,53 відповідно). Рішучість і стійкість у досягненні цілей також відрізняла осіб, які були на відстані від бойових дій. Було більше осіб із високим рівнем активності ($p < 0,01$, ДК = 2,94, МІ = 0,22 та $p < 0,005$, ДК = 3,28, МІ = 0,26 відповідно), що відрізняло їх від осіб, які характеризувались пасивністю щодо досягнення власних цілей ($p < 0,005$, ДК = 2,44, МІ = 0,22; $p < 0,05$, ДК = 1,51, МІ = 0,07 та $p < 0,001$, ДК = 2,78, МІ = 0,30 відповідно). Осіб із високим рівнем впевненості у власних силах щодо подолання невдач було більше серед осіб, які перебували на відстані від боцових дій у порівнянні з тими, що пережили стес та небезпеку для життя ($p < 0,001$, ДК = 3,51, МІ = 0,34 та $p < 0,01$, ДК = 2,28, МІ = 0,16 відповідно), за яких переважали особи з низьким рівнем впевненості ($p < 0,0001$, ДК = 3,15, МІ = 0,42 та $p < 0,01$,

ДК = 1,90, МІ = 0,13 відповідно). Осіб із заниженою самооцінкою було більше серед осіб, які пережили воєнний стрес ($p < 0,0001$, ДК = 6,01, МІ = 1,28) порівняно з тими, які були у безпеці, серед яких переважали особи з середньою та високою позитивною оцінкою себе ($p < 0,0001$, ДК = 2,69, МІ = 0,38 та $p < 0,01$, ДК = 3,91, МІ = 0,28 відповідно). Також було встановлено, що загальний фон настрою був високим серед осіб, які були на відстані від воєнних дій ($p < 0,01$, ДК = 2,47, МІ = 0,20; $p < 0,01$, ДК = 2,23, МІ = 0,17 та $p < 0,0001$, ДК = 6,32, МІ = 0,90 відповідно), у той час коли у осіб, які пережили небезпеку, переважали особи зі зниженим настроєм ($p < 0,01$, ДК = 2,52, МІ = 0,18; $p < 0,003$, ДК = 3,05, МІ = 0,28 та $p < 0,0001$, ДК = 4,52, МІ = 0,74 відповідно).

Також був проведений статистичний порівняльний аналіз між особами, які знаходились у різних життєвих умовах перебування.

Було визначено, що кількість осіб з високим рівнем життєвої задоволеності, була більшою серед осіб, які перебували в досить безпечній життєвій ситуації ($p < 0,021$, ДК = 2,94, МІ = 0,17 та $p < 0,05$, ДК = 2,47, МІ = 0,11 відповідно) у порівнянні з тими, які перебували в небезпечній ситуації, в яких було більше осіб з низьким рівнем ($p < 0,001$, ДК = 2,58, МІ = 0,28 та $p < 0,023$, ДК = 1,39, МІ = 0,09 відповідно). Схожа тенденція спостерігалась і за показниками «інтерес до життя» та «загальний фон настрою»: високий рівень вираженості був вищим серед осіб, які перебували пока межами небезпеки для життя ($p < 0,01$, ДК = 3,34, МІ = 0,19 та $p < 0,01$, ДК = 3,85, МІ = 0,24 відповідно) та тими, хто непокоївся за своє життя та життя близьких людей ($p < 0,027$, ДК = 3,10, МІ = 0,16 та $p < 0,01$, ДК = 4,10, МІ = 0,28 відповідно) ті особи, які були у безпеці, а низький – були у стесовій ситуації ($p < 0,025$, ДК = 1,39, МІ = 0,09; $p < 0,004$, ДК = 2,00, МІ = 0,19; $p < 0,0001$, ДК = 2,69, МІ = 0,38 та $p < 0,01$, ДК = 1,47, МІ = 0,11 відповідно). Було також визначено, що кількість осіб з високим рівнем послідовності у досягненні цілей була більшою у осіб, які були у безпеці, у порівнянні з тими, що ображали себе на переживання ($p < 0,03$, ДК = 2,38, МІ = 0,12), в яких було більше осіб з низьким рівнем ($p < 0,03$, ДК = 1,27, МІ = 0,07) та особами, за яких було більше осіб з середнім рівнем ($p < 0,01$, ДК = 1,77, МІ = 0,15). Тобто віра у вирішення проблем була більшою у осіб, які перебували поза межами воєнних дій та меншою – у осіб з небезпечних районів. Інша ситуація спостерігалась за показником «узгодженість між цілями та досягненнями»: найбільш низькі показники узгодженості між цілями та можливістю їх реалізації продемонстрували особи, які були в межах безпеки в порівнянні з тими, в яких переважав середній та високий рівень ($p < 0,05$, ДК = 1,10, МІ = 0,06 та $p < 0,0001$,

ДК = 3,70, МІ = 0,38 відповідно) та з особами, в яких кількість осіб з низьким рівнем узгодженості була меншою, ніж при у тих, які були у безпеці ($p < 0,025$, ДК = 1,25, МІ = 0,08). Досліджувані, які були в небезпечній для життя ситуації, відрізнялись низьким рівнем самооцінки в порівнянні з тими особами, які були у безпеці ($p < 0,0001$, ДК = 6,01, МІ = 1,28 та $p < 0,0001$, ДК = 4,12, МІ = 0,72 відповідно), при яких було більше осіб з середнім ($p < 0,005$, ДК = 1,90, МІ = 0,17 та $p < 0,001$, ДК = 2,33, МІ = 0,28 відповідно) та високим ($p < 0,003$, ДК = 4,17, МІ = 0,33 та $p < 0,01$, ДК = 3,35, МІ = 0,19 відповідно) рівнями позитивної оцінки себе.

Проводився також аналіз особистісних проблем серед осіб з , які знаходились в різних місцях проживання за тестом «Методика для дослідження особистісних проблем», яка виступала в якості інструменту для індивідуальної діагностики особистісної проблематики. У результаті аналізу був визначений загальний індекс особистісних проблем, пов'язаний з міжособистісними стосунками, який у осіб, які перебували у безпечних місцях, становив 164,45 балів, ті, які перебували у небезпечних місцях – 117,28 балів.

Статистичний аналіз результатів дозволив довести, що особи, які перебували у безпечних для життя умовах, характеризувались більшою вираженістю особистісної проблематики, ніж особи з які жили в неспокійній ситуації ($t = 19,165$, $p < 0,0001$ та $t = 30,285$, $p < 0,0001$ відповідно).

Для більш детального аналізу були проаналізовані окремі шкали, які дозволили встановити особливості індивідуальної проблематики в міжособистісних стосунках у осіб, які знаходились в різних місцях перебування.

Було визначено, що особи, які проживали у безпечних місцях характеризувались високими показниками невпевненості ($27,12 \pm 13,95$ балів), автократичності ($26,31 \pm 13,85$ балів), поступливості ($24,71 \pm 10,99$ балів), дбайливості ($21,56 \pm 9,20$ балів), конкурентності ($21,16 \pm 9,39$ балів) та низькими показниками експресії ($8,47 \pm 4,56$ балів). Тобто особи, які знаходились на відстані від воєнних дій відчували труднощі у розумінні інших людей, мали проблеми з довірою, були невпевнені та нерішучі, мали проблеми у відстоюванні власних границь, схильні були піддаватися впливу інших та були скутими, напруженими і неприродними.

Респонденти, що перебували у досить небезпечних місцях характеризувались високими показниками невпевненості ($28,19 \pm 10,81$ балів), холодності ($26,13 \pm 12,06$ балів), соціального уникнення ($25,89 \pm$

11,84 балів), автократичності ($25,76 \pm 11,85$ балів) і дбайливості ($22,98 \pm 9,79$ балів) та низькими показниками експресивності ($7,02 \pm 3,19$ балів). Тобто особи, які знаходились поблизу воєнних дій відчували труднощі з проявом власних потреб, позицій та почуттів, відчували труднощі у взаємопорозумінні з оточуючими, страх та боязкість перед іншими людьми, схильні були уникати взаємодії з ними, не могли сказати «Ні» і захистити власні границі та характеризувались напруженням й скутістю у стосунках.

У осіб, які знаходились поза межами воєнних дій, найбільш вираженими були показники автократичності ($18,21 \pm 5,52$ балів), дбайливості ($18,21 \pm 3,57$ балів) та поступливості ($17,40 \pm 4,11$ балів). Тобто ті особи, які були на відстані від воєнних дій відчували труднощі у висуванні вимог до інших, прояві негативних почуттів та розумінні поведінки людей.

Особи, які перебували на відстані від воєнних дій характеризувались дбайливістю ($16,65 \pm 5,86$ балів), експресивністю ($16,23 \pm 5,72$ балів) та прагнули відносної незалежності у стосунках ($15,89 \pm 5,22$ балів).

Статистичний аналіз результатів дозволив визначити, що труднощі у розумінні інших людей ($p < 0,01$), проблеми з довірою ($p < 0,025$), невпевненість у власних силах ($p < 0,0001$), труднощі у відстоюванні власних границь ($p < 0,05$), а також напруженість та скутість ($p < 0,01$) відрізняли тих, які перебували поза межами воєнних дій від тих, які наражали себе та своїх близьких на щоденну небезпеку. При цьому досліджувані, які були у небезпечних місцях, відрізнялись від тих, які були у безпеці більшими труднощами у прояві емоцій до інших людей ($t = 2,983$, $p < 0,01$), у той час коли особи з небезпечних для життя територій схильні були у більшій мірі показувати власні почуття, проявляти теплоту та любов до інших ($t = 3,587$, $p < 0,0025$ та $t = 3,612$, $p < 0,001$ відповідно), що може розглядатися як важливий компонент ПРП для осіб, які були у небезпечних місцях. Схожа тенденція спостерігалась і за показником «Соціальне уникнення»: особи, які перебували на більш безпечній території характеризувались більшою схильністю до уникнення соціальних контактів, ніж особи, де життя було більш безпечним, бо воєнні дії були на відстані від них ($t = 4,597$, $p < 0,001$), у той час коли особи які знаходились на небезпечній території були більш контактними у порівнянні з особами, які перебували у безпеці ($t = 6,198$, $p < 0,0001$; $t = 5,897$, $p < 0,0001$ та $t = 2,312$, $p < 0,05$; $t = 2,422$, $p < 0,05$ відповідно). Також було встановлено, що труднощі у відказі іншими

особам були більшими у осіб, які перебували на відстані від воєнних дій у порівнянні з тими, які жили поряд з війною ($t = 3,211$, $p < 0,025$ та $t = 4,371$, $p < 0,001$ відповідно).

Для розуміння міжособистісних комунікацій та встановлення їх впливу на ПРП осіб, які перебували на різних територіях України, були проаналізовані стосунки у сім'ї, як найбільш референтної зони соціального оточення. З цією метою використовувалась шкала сімейного оточення. Першим етапом аналізу було визначення особливостей стосунків між членами родини, які були характерні для всіх досліджуваних. Шкали «Згуртованість», «Експресивність» та «Конфлікт» описували особливості взаємовідносин між членами родини. Так, у осіб, які перебували за межами воєнних дій у більшості переважав знижений та середній рівень вираженості показників згуртованості ($26,37 \pm 2,51$ % та $29,67 \pm 2,76$ % відповідно), експресивності ($26,37 \pm 2,51$ % та $35,16 \pm 3,15$ % відповідно) та конфліктності ($28,57 \pm 2,68$ % та $31,87 \pm 2,92$ % відповідно), що вказувало на знижене відчуття приналежності до родини, труднощі у відкритому вираженні дій та почуттів, особливо гніву та агресії.

Список використаної літератури

1. Анатомія людини / А. С. Головацький, В. Г. Черкасов, М. Р. Сапін, Я. І. Федонюк. Вінниця : Нова книга, 2007. Т. 2.
2. Камбур А. В. Соціальна адаптація особистості. – Чернівці: «Золоті литаври», 2012. 252 с.
3. Кравчук С. Ю. Анатомія людини / С. Ю. Кравчук. Чернівці, 2007. 599 с.
4. Купчак С. В. Анатомія та еволюція центральної нервової системи / С. В. Купчак. Івано-Франківськ, 2009.
5. Гістологія людини / О. Д. Луцик, А. Й. Іванова, А. С. Кабак, Ю. Б. Чайковський. Київ, [б. в.], 2013.
2. Крайнюк В.М. Психологія стресостійкості особистості : монографія / В.М. Крайнюк. Київ : Ніка-Центр, 2007. 432 с.
3. Корольчук В. М. Психологія стресостійкості особистості [текст]: дис. д-ра психологічних наук 19.00.01 / Корольчук В. М.; Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН Укр. Київ. 2009. 511 арк.: рис., табл. Бібліографія: арк. 389–434.
4. Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк, А. Ф. Косенко, Т. І. Кочергіна ; заг. ред. М. С. Корольчука. Київ : Фірма «Інкос», 2002. 272 с.
5. Психологічний стрес: розвиток і подолання: комплекс навчально-методичного забезпечення для підготовки аспірантів за спеціальністю 053 «Психологія» Укл.: Ложкін Г.В., Блохіна І.О. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2016. 32 с.
6. Семігіна Т.В. Теорії і методи соціальної роботи : підручник для студентів вищих навчальних закладів / Т. В. Семігіна, І. І. Мигович. Київ : Академвидав, 2005. 328 с.
6. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник / Л. Б. Наугольник. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с. Підручник розроблено на основі програми навчальної дисципліни.

РОЗДІЛ V ОСОБЛИВОСТІ ЧИННИКІВ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Олена СЕРГІЄНІ

доктор медичних наук, професор,
професор кафедри психології
та педагогіки

Вікторія КОРНІЄНКО

доктор психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
та педагогіки

*(Дніпропетровський державний
університет внутрішніх справ)*

ФОРМУВАННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ЯК СКЛАДОВОЇ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСОБИСТОСТІ

У науковій літературі існує багато різних визначень терміна «цінність». Їх настільки багато, що, за думкою Н. Решера, «...пристрасне прагнення різних авторів створити концептуальний порядок у сфері ціннісних досліджень здавалося єдиною вирішальною згодою між ними».

Цінності – це ідеї, ідеали і мета, до яких прагне людина і суспільство. Для людини цінністю є все те, що має для неї певне значення, особисте чи суспільне. Цінність – це уявлення про те, що є значущим, святим для людини, групи або суспільства в цілому; це-упередження та переваги, які відображаються в поведінці людей [11, 592с; 10, с115-131с].

Більшість авторів виділяють дві важливі характеристики цінностей:

– значення (Тугаринов В.П., Архангельський Л.М., Фролов І.Т., Щепанський Ю., Наумов Н.Ф.);

– вторинний характер, що походить від людського буття (Фролович Л.Н., Архангельський Л.М., Здравомислов А.Г., Ядов В.А.,

Рубінштейн С.Л.). [20, 221с; 34, 532с]

Формування особистісно-ціннісної структури людини є важливим чинником процесу соціалізації, завдяки якому вона стає повноправним учасником суспільства в усіх сферах взаємин. [40, 446с]

Особистісні цінності, як правило, характеризуються високим рівнем усвідомлення, що відображається у свідомості у вигляді ціннісних орієнтацій і виступає важливим чинником соціальної регуляції взаємин між людьми та поведінки особистості. Ціннісні орієнтації – це найважливіші елементи внутрішньої структури особистості, що визначаються життєвим досвідом особистості, сукупністю її переживань і межами виділення суттєвого, відмежування суттєвого від несуттєвого і формування несуттєвого для конкретної людини [13, 96-105с].

У соціальній психології термін «ціннісні орієнтації» вживається у двох значеннях:

– «ідеологічні, політичні, моральні, естетичні та інші як основа оцінки суб'єктом дійсності та орієнтації в ній;

– спосіб розрізнення предметів за їх значенням. Вони виникають під час засвоєння соціального досвіду і виявляються в цілях, ідеалах, упередженнях, інтересах та інших проявах особистості» та [35 с, 340].

Свідомий вибір ціннісних орієнтацій є ознакою соціально зрілої людини. Спрямованість особистості відображає одну з її найважливіших характеристик, визначальну соціальну і моральну цінність особистості. Змістом спрямованості спочатку є переважно соціально зумовлене ставлення особистості до навколишньої дійсності. Завдяки спрямованості особистості її ціннісні орієнтації знаходять своє реальне вираження в активних діях людини, тобто мають стати стійкими мотивами дій і трансформуватися в упередження [27, с 32-38].

Сучасна молодь живе в суспільстві, що характеризується глибокими трансформаційними змінами, які визначають основні напрями і шляхи формування цінностей і ціннісних орієнтацій, власний життєвий шлях. Спосіб життя людини визначає наявність цінностей, серед яких з'являється найвища цінність, яка визначає сенс особистості, мотивацію її існування. У результаті всі перетворення, що відбуваються в суспільстві, впливають на соціалізацію молодого покоління і тому розглядаються як багатofакторна властивість суспільного процесу, в якому відбуваються якісні перетворення та зміни всіх структур та інститутів соціальної системи.

Поняття трансформації знайшло свій шлях до іншого широкого застосування в соціальних науках у другій половині двадцятого

століття. Його трактували як процес подолання істотних елементів старого порядку та досягнення нової якості певної системи. У сучасних дослідженнях цей термін використовується досить часто, він позначає всілякі істотні зміни в основних структурах і системах даного суспільства. Однак серед вчених немає єдиної думки щодо розуміння суті цього процесу. У найзагальнішому тлумаченні цей процес визначається як зміна, трансформація, тип форми, істотних властивостей того чи іншого об'єкта, зміна соціальних інститутів і структур, що іноді супроводжується їх радикальним оновленням. [43, 250с; 6, 154-162с; 7, 7-19]

Питання про класифікацію ціннісних орієнтацій, їх походження та значення для розвитку особистості є досить дискусійним серед науковців [10, 115-131с; 18, 26-30с; 17, с43]. Розробляючи проблему структури ціннісних орієнтацій особистості, як наголошує І. Бех, розробляючи проблему, необхідно виходити з принципу єдності їх динамічних смислових сторін. Акцент на змістовній стороні особистих цінностей вказує на захист позиції в психологічній науці, яка включає науково обґрунтовану віру в людський розум, людську свідомість і переконання в тому, що структура людських цінностей не формується на основі вроджених і несвідомих, сліпих внутрішніх схильностей, а скоріше на свідомому, осмисленому відображенні людиною дійсності. У цьому контексті слід підкреслити, що перспективним є підхід, згідно з яким в основі структури цінностей лежать не генетично ранні зв'язки фізіологічного характеру, а генетично пізні утворення, які в генетичному розумінні називають «вторинними»; «первинний» же закладений у структурному сенсі. Тому одним із чинників формування особистісних цінностей вважається свідомо інтелектуальна праця людини для більш глибокого і всебічного відображення дійсності, а не внутрішнє стихійне розгортання певних динамічних тенденцій [14, 192-203с; 11, 592с].

Аналіз теоретичних засад проблеми ціннісних орієнтацій, їх сутності та змісту став основою для обґрунтування психологічної структури ціннісних орієнтацій, яку викладає у своєму дослідженні П. Ігнатенко. Схему можна представити як: потреби-інструкції (настрій, установка); інтереси-мотиви-цілі-ідеали-усвідомлення (самосвідомість); переконання-вибір-цінності. Взаємодія цих психологічних структур і соціальних умов, за яких людина діє, являє собою соціально-психологічний механізм формування ціннісних орієнтацій особистості [34, 532с; 35, 340с].

Тому процес формування ціннісних орієнтацій відбувається «від

конкретного до абстрактного»: онтологічно спочатку формується ставлення до тих чи інших людей, а потім на цій основі принципово визначається ставлення до конкретної людини, а саме, певна людина – певна група людей – тип людей – людина як така. [21, 28-33с; 22, с112; 23, с105-190].

Система цінностей і ціннісних орієнтацій характеризується динамічним, рухливим, мінливим характером розвитку, в основі якого лежить взаємодія двох суперечливих тенденцій: тенденції до збереження і тенденції до зміни системи. Тенденція до збереження проявляється в соціальному наслідуванні соціокультурної системи цінностей; тенденція до змін визначається змінами історичних і соціальних умов, мінливістю соціального середовища. Тому в системі та ієрархії цінностей виділяються як базові цінності, що прагнуть до вічного, нетлінного, незмінного в існуванні людської цивілізації, нації, суспільства, так і ціннісні інновації, поява яких пов'язана зі зміною соціокультурної парадигми, якісно новою економічною та політичною ситуацією, але цілісність системи цінностей забезпечує духовність як об'єднуюче начало системи цінностей загалом і кожного її структурного компонента. [24, 30с; 26, 147с; 27, с32-38]

Система ціннісних орієнтацій є важливим регулятором людської діяльності, оскільки дає змогу об'єднати індивідуальні потреби та мотиви, пов'язані з усвідомленими та сприйнятими особистістю цінностями та нормами суспільства. На думку В. Алексєєвої, ціннісні орієнтації є формою включення соціальних цінностей у механізм дій і поведінки особистості. За її дослідженнями, система ціннісних орієнтацій є «основним каналом засвоєння духовної культури суспільства, перетворення культурних цінностей у стимули і мотиви практичної поведінки людей» [1, 63-70с].

Розвиваючи вказані дослідження, О.Здравомислов стверджує, що завдяки контролюючим функціям ціннісних орієнтацій «дію будь-яких потреб можна обмежити, відстрочити і трансформувати». На його думку, механізм дії системи та значення ціннісних орієнтацій пов'язаний із розв'язанням конфліктів і протиріч у мотиваційній сфері особистості. Функція ціннісних орієнтацій особистості включає всі рівні системи, що запускає діяльність людини. Автор зазначає, що «особливість дії ціннісних орієнтацій полягає в тому, що вони виступають не тільки як засіб раціоналізації поведінки; їх дія поширюється не тільки на вищі структури свідомості, а й на ті, що зазвичай називають несвідомими структурами. Вони визначають спрямованість волі, уваги та кмітливості» [20, 221с].

У дослідженнях Є. Клімова, В. Сержантова, В. Шадрікова та інших ціннісні орієнтації виступають як важливий механізм регуляції діяльності. Н. Наумова, як і А. Донцов, виділяє ціннісні орієнтації як один із механізмів цілепокладання, оскільки вони орієнтують людину на об'єкти природного та соціального світу, створюючи тим самим упорядковану, осмислену та змістовну картину світу. На їхню думку, ціннісні орієнтації створюють основу для вибору цілей і засобів з наявних альтернатив, для послідовності переваг вибору й оцінки цих альтернатив, для визначення «меж дії», тобто вони не тільки регулюють ці дії, а й спрямовують їх [41, с21; 45, с49; 36, с990-994].

Таким чином, система ціннісних орієнтацій визначає життєву перспективу, «вектор» розвитку особистості як найважливішого внутрішнього джерела і механізму; водночас система ціннісних орієнтацій особистості, що відображає цінності соціального середовища, може сама впливати на групові норми та цінності. Індивідуальні ціннісні орієнтації окремих членів групи взаємодіють і впливають на колективні надбання та погляди через міжособистісні стосунки.

Таким чином, система ціннісних орієнтацій особистості є багатофункціональною. Ця система одночасно виконує функції регуляції поведінки та визначення її мети, з'єднуючи особистість і соціальне середовище в єдине ціле. З цього можна зробити висновок, що в процесі соціалізації відбувається засвоєння соціального досвіду і «перерозподіл» його на рівень особистісних установок і орієнтацій, тобто. окрема людина набуває певної свободи у виборі тих чи інших цінностей відповідно до власних схильностей і нахилів, а також завдяки регулюючому впливу середовища. Визначальними в цьому процесі стають активність людини та варіативність її поведінки, що пов'язана з поширенням і ускладненням соціальних зв'язків і відносин і з певною спрямованістю соціальної дії. [14, 192-203с]

Тому соціалізована людина поступово просувається по шляху від засвоєння традицій своєї родини, малих груп, в яких вона перебуває, до засвоєння існуючої в соціумі системи традицій, яка виступає чинником формування ціннісних орієнтацій особистості. [16, с90-101; 19, с112; 30, 160с] Для характеристики змін, які відбуваються в ціннісній сфері особистості, необхідно врахувати думку Д. Леонт'єва [25, 58-64с], який виділяє значення трьох класів мотиваційних факторів, а саме: потреби як джерело мотивації; мотиви як об'єкти, що визначають спрямованість поведінки; установки як психологічні механізми, що керують ходом дій «зсередини» відповідно до заданої мотиваційної спрямованості».

Основними механізмами становлення ціннісних орієнтацій особистості є:

– соціальні (інтеріоризація та екстеріоризація -культурного досвіду суспільства як системи соціальних цінностей, яка опредмечена у різних формах матеріального втілення);

– психологічні (ставлення як єдність пізнавально-оцінних утворень у процесі розвитку свідомості і самосвідомості людини; взаємодія соціально-психологічних компонентів особистості: установка, інтереси, мотиви, цілі, переконання із суспільними умовами в процесі утворення ціннісних орієнтацій);

– педагогічні (учіння, виховання та діяльність особистості у їх нерозривному зв'язку). [31, с325]

Наведений аналіз психолого-педагогічної та філософської літератури з питань змісту, структури та закономірностей формування ціннісних орієнтацій дозволяє зробити наступні висновки:

- під терміном «ціннісні орієнтації» ми розуміємо психологічні новоутворення особистості, які складають систему світоглядних установок особистості і виявляються у найвищому ціннісному ставленні до себе, інших людей, суспільства в цілому;

- високому рівні поваги однієї людини до іншої, визнанні її незалежності, високої мети, віри в її здібності і права на свободу;

- розвиток і самореалізацію, турботу про умови свого існування та оточення.

Аналіз сутнісних характеристик досліджуваної категорії доводить, що процес формування ціннісних орієнтацій особистості в цілому зумовлений загальними закономірностями становлення її особистості: через пізнання, почуття, свідомість і дію.

Дослідження ціннісних орієнтацій відіграє виняткову роль у визначенні змісту психолого-педагогічного супроводу молодого людини в процесі життєдіяльності, особливо в професійній освіті, що підтверджується невгамовним інтересом науковців і практиків, психологів та педагогів, до цієї теми. У зв'язку з тим, що ціннісні орієнтації є предметом дослідження під кутом зору різних теоретико-методологічних підходів і за допомогою різного концептуального інструментарію, теоретичні уявлення про них є досить неоднорідними. [31, 325с; 32, 460с; 44, с31]

Під ціннісними орієнтаціями розуміють цілі, прагнення, бажання, життєві ідеали, систему певних норм (В. Ольшанський, А. Титаренко), ставлення до певних цінностей матеріальної чи духовної культури суспільства (А. Здравомислов, В. Ядов), ідентифікація потреб

(В. Злотников) , ставлення до навколишнього середовища (В. Водзинська), детермінанти прийняття рішень (Ю. Жуков), складні узагальнені системи ціннісних понять (І. Попова, А. Ручка), магістральний канал трансформації культурних цінностей. на стимули і мотиви практичної поведінки людини , види когнітивних реакцій людини. [42, 376с; 46, с21-27; 34, 532с]

Тому поняття «ціннісні орієнтації» ще потребує поглибленого розгляду, уточнення, визначення структури, видів ціннісних орієнтацій та їх положення в загальній системі ціннісно-смыслових утворень особистості. З психологічної точки зору, ціннісні орієнтації є компонентом структури особистості, що відображає життєвий досвід індивіда в його індивідуальному розвитку і є ядром свідомості, на основі якого особистість приймає рішення щодо важливих життєвих питань. Ціннісні орієнтації виявляють стійке, соціально зумовлене, вибіркоче ставлення людини до низки матеріальних і духовних суспільних благ та ідеалів. [28, 400с]

Отже, аналіз вітчизняних і зарубіжних досліджень ціннісних орієнтацій показав, що, незважаючи на значні теоретичні та практичні дослідження, єдиного розуміння поняття «ціннісна орієнтація» у сучасній психолого-педагогічній науці ще не вироблено: проблема ціннісних орієнтацій вимагає більш детальної та ретельної методологічної та практичної розробки, зокрема в таких аспектах, як концептуальне визначення ціннісних орієнтацій у зв'язку з суміжними поняттями («цінність», «ціннісні уявлення», «ціннісна привабливість», «установка» , «мотив», «структура ціннісних орієнтацій», «типи ціннісних орієнтацій»). Наша спроба проаналізувати погляди різних авторів на зазначену тему дозволила уточнити деякі поняття, але вважаємо за доцільне продовжити дослідження змісту, структурних компонентів і типів ціннісних орієнтацій у сучасних умовах та майбутньому [35, 340с; 36, 990-994с; 43, 250с].

Аналіз наукової літератури доводить, що проблема цінностей посідає одне з чільних місць у вивченні процесів формування та розвитку особистості. Цінності спрямовують дії індивіда, а також істотно впливають на процес їх створення. Вони безпосередньо пов'язані з мотиваційною сферою особистості, виступають регулюючим фактором життєдіяльності та виявляються в практичній поведінці людини. Категорія «цінність» є предметом теоретичних досліджень багатьох наук: філософії, соціології, етики, естетики, історії, релігієзнавства, педагогіки, політології, економіки, психології та ін. Кожна наука розглядає поняття «цінності» по-своєму. До речі, більшість

досліджень присвячено просоціальним цінностям, які впливають на функціонування людини в суспільстві.

Малодослідженими залишаються несвідомі аспекти функціонування цінностей суб'єкта, що визначають поведінку особистості. Витоки терміну «цінності» сягають філософії та відображають один із найважливіших аспектів взаємодії людини з навколишнім середовищем та іншими людьми.

Цінності – це конкретні соціальні визначення предметів навколишнього світу, які розкривають їх позитивне або негативне значення для людини і суспільства (добрий, хороший, злий, красивий і потворний). По відношенню до суб'єкта (людини) цінності є об'єктами його інтересів, виступають орієнтирами в соціальній дійсності і позначають практичне ставлення до оточуючих предметів і явищ. Цінності – це також деякі явища суспільної свідомості, які в ідеальній формі виражають інтереси людини (поняття добра і зла, справедливості і несправедливості, ідеали, моральні норми, принципи).

М. Вебер започаткував дослідження проблеми цінностей у соціології та висунув тезу про те, що осмислена дія організована системою цінностей, яка визначає поведінку людини. Аналізуючи вчинки індивіда, М. Вебер виходив із неокантіанської передумови, згідно з якою будь-яка людська дія набуває сенсу лише у зв'язку з цінностями, у світлі яких визначаються норми людської поведінки та їх призначення. Людина надає сенсу своїй діяльності через ціннісні відносини, що дають змогу визначити індивідуальні цілі та нормалізувати цінності. Основи перебудови суспільства автор вбачав у зміні ціннісних механізмів соціальної інтеграції, тобто в раціоналізації світогляду та етичних норм, започаткованих світоглядом протестантизму. Виходячи з кантіанського протиставлення «поля цінностей» і «поля існування», вчений відстоював апріорну значимість цінностей, пов'язаних із діяльністю (відмінність ціннісного від раціонального) і їх домінування в західному суспільстві, що проявляється у «втраті цінностей», а не в зміні їх змісту. Водночас автор продемонстрував необхідність регулювання практик суспільного життя виключно на ціннісно нейтральних, науково-технічних принципах і закликав до виділення носіїв цінностей (моралі та релігії) в окрему, суто приватну сферу. Він перейняв у неокантіанців концепцію цінностей як норми, спосіб існування якої є значимим для суб'єкта, притосував її до тлумачення соціальної дії та соціального знання. [12, 365с]

Категорія цінностей також широко представлена в релігійних вченнях. Як відомо, релігія – це форма суспільної свідомості, в якій

сили, що панують над людиною в її повсякденному житті, є ілюзорними і трансформуються в її свідомості у формі надприродної сили. Для будь-якої релігії характерна віра в реальне існування надприродного і системи опосередкованих зв'язків з ним. Важливу роль у релігії відіграє утвердження гуманістичних загальнолюдських духовних цінностей. У релігієзнавчому словнику, виданому Колодним, релігійні цінності визначаються як сукупність уявлень, норм поведінки та вчинків, за допомогою яких задовольняються духовні потреби віруючого. Релігія як аксіологічна система виконує функцію ціннісної інтеграції, а інтегративним принципом є віра в надприродне. Серед релігійних цінностей виділяють два класи понять: до першого належать такі поняття, як «Бог», «віра», «молитва» тощо (на них базується релігія); друга група – це реальні ціннісні відносини, які були інтегровані в релігійну систему. Бог визнається центральною цінністю розвиненої релігійної системи, виступаючи як абсолютне начало, як об'єкт аксіологічного відношення.

Релігія ілюзорна, тобто в уяві самого віруючого вона дає йому те, чого не вистачає в реальному житті: щастя, життєві блага, здоров'я, захист від життєвих негараздів. Релігія втішає людей у стражданнях, «обіцяє» вічне життя і райське блаженство, закликає покладати всі надії на «наймилосерднішого» Бога. У цьому випадку важливий психологічний аспект компенсації – зняття напруги, катарсис, духовна насолода, надія на милість Божу. Через систему проголошених духовних цінностей, норм і правил релігія впливає на особисте і суспільне життя людини, багато в чому визначає її поведінку, життєву позицію і весь спосіб існування.

Дослідження сучасного стану ціннісної проблеми свідчить про термінологічну та сутнісну неоднозначність зазначеної категорії. У психологічних дослідженнях спостерігається взаємозамінність і недиференційованість термінів «цінності», ціннісної категорії в психології та її термінологічного визначення: «ціннісні орієнтації», «ставлення», «спрямованість особистості», «позиція». Тому дослідження проблеми цінностей потребує визначення, аналізу та уточнення вищевказаних категорій.

Цінності в психологічних дослідженнях співвідносяться з бажаннями, потребами та ідеалами. Цінності – це те, що людина особливо цінує в житті, в навколишньому світі, в людях, в матеріальній і духовній культурі, чому в психології їм надається особливе значення. Психологічний словник містить твердження, що особистісні цінності характеризуються високим рівнем свідомості; вони відображаються у

свідомості як ціннісні орієнтації і є важливим чинником регуляції соціальних взаємин людей і поведінки особистості. Це визначення ще раз доводить, що цінності, згідно з традиційним визначенням, є основою свідомого вибору цілей і засоби їх досягнення через предмет застосування.

Людина будує світ цінностей у процесі професійної практичної діяльності. Будь-яка діяльність має ідеальний момент, в якому зароджуються ідея, дії, їх ідеальна мета і життєвий сенс діяльності, за якими здійснюються всі дії особистості. Саме цей момент діяльності формує термін «цінності». Отже, основною формою існування цінностей є ідеал. Ідеал – це ціннісна характеристика того чи іншого явища у формі належного івін слугує стратегічним орієнтиром на шляху до досягнення мети. Ідеал не тотожний меті, плану чи нормі, оскільки це цінність. Ідеали виражаються в емоційно насичених образах чи ідеях, які синтезують найвищі досягнення людини. На відміну від норм, ідеали є не стільки результатом минулого досвіду, вираженням необхідності, скільки передбаченням майбутнього, його бажаною моделлю. [25, с58-65]

Цінностями можуть бути ідеологічні норми, ідеї, ідеали; індивідуальні якості людини, зокрема доброта, співчуття, ніжність, турботливість; побут, домашній затишок, одяг, успіх, робота, здоров'я, улюблена робота, сім'я. Діти також функціонують як певні цінності в нашому суб'єктивному розумінні. Отже, до цінностей можна віднести все, що пов'язано із задоволенням найрізноманітніших потреб особистості: матеріальних, психологічних, фізіологічних, естетичних, моральних.

На основі цінностей формуються індивідуальні установки особистості. Як елемент структури особистості установки являють собою діалектичну єдність загального, окремого та одиничного: думок, почуттів і практичної поведінки. Цінності орієнтують індивіда по відношенню до законів, правил і норм конкретної культури. Жодна діяльність не починається без бажання відповідати певним чином реальності, без ставлення до неї. Ставлення – це стан готовності або схильності людини до діяльності взагалі, або певної діяльності, спрямованої на задоволення тієї чи іншої потреби.

У соціальній психології розглядається поняття соціальної установки, яка слугує для визначення суб'єктивних орієнтацій індивіда як члена групи (соціуму) на певні цінності. Ці орієнтації диктують людям певну, соціально прийнятну поведінку. На основі установки виникає когнітивно орієнтована і організована діяльність. Термін

«ставлення» ввів німецький психолог М. Ланге, який експериментально довів, що швидкість реакцій індивіда на зовнішню ситуацію залежить від схильності до сприйняття цієї ситуації. Найбільш глибоко загальнопсихологічна концепція установки була розроблена школою грузинського психолога Д. Узнадзе та його послідовників (І. Бжалава, Ш. Надірашвілі, Р. Натадзе, В. Норахідзе, А. Прангішвілі та ін.). Д. М.

Узнадзе експериментально довів наявність загальнопсихологічної готовності до реалізації актуальної в конкретній ситуації потреби (актуальна установка) і виявив закономірності закріплення цієї готовності при багаторазовому повторенні ситуацій, що дозволяє задовольнити конкретну потребу (фіксація, ставлення). Відповідно до теорії Д. Узнадзе, установка, що акумулює досвід минулого, передає стимулюючу дію зовнішніх умов і врівноважує відносини між суб'єктом і середовищем. Автор зазначав, що завдяки наявності конкретної потреби і конкретної ситуації її задоволення у суб'єкта виникає установка, яку можна охарактеризувати як схильність, готовність задовольнити цю потребу. Таким чином, установка – це структура відносин, коли діяльність стимулює і проявляється в діяльності і далі, включаючи момент спонукання і момент орієнтації.

Дослідження Д. Узнадзе виходять з того, що поведінка людини регулюється на двох рівнях: імпульсивному та вольовому. У першому випадку джерелом активності є біологічна потреба, яка за наявності реальних умов для її задоволення формує так зване актуальне ставлення – готовність діяти в напрямку задоволення цієї потреби. Останнє призводить до імпульсивної поведінки. На вольовому рівні, який відрізняє поведінку людини від поведінки тварини, готовності до дії передують розуміння конкретної ситуації та алгоритму дій. Ставлення, що виникає на основі об'єктивації, він називає «фіксацією», а такі установки є основою цілеспрямованої поведінки людини. Фіксує установки створюються індивідом у процесі становлення особистості на основі багатьох релевантних установок – тих, які найчастіше повторюються і найбільше відповідають стандартизованим умовам діяльності конкретної особистості. Представники школи Д. Узнадзе розглядають установки як сполучну ланку між потребами і мотивами, що врівноважує відносини особистості з середовищем. [34, 532с]

Соціологічне поняття установки пов'язане з поняттям «ціннісна орієнтація» особистості, застосованим У. Томасом і Ф. Знанецьким. На їхню думку, система ціннісних орієнтацій являє собою певні правила поведінки (норми), завдяки яким суспільство або певна група здійснює контроль над поведінкою людей. У розумінні У. Томаса і Ф.

Знанецького, під соціальною установкою розуміють певний психічний стан переживання індивідом цінності, сенсу чи значущості соціального об'єкта. Зміст цього досвіду визначається зовнішніми об'єктами, тобто об'єктами, локалізованими в суспільстві.

Розбіжність між ставленням і поведінкою пояснювали Л. Доб і М. Фішбейн. Вони розглядали установку як схильність індивіда реагувати, отриману в процесі навчання. Зрештою, Л. Доб показав, що індивід може навчитися необхідним реакціям залежно від ситуації: коли установка позитивно підкріплена, між нею та поведінкою спостерігається більша відповідність. М. Фішбейн у своїх дослідженнях підтвердив той факт, що поведінка людини значною мірою контролюється змінними, які відрізняються від ставлення індивіда до конкретного об'єкта, тобто змінними мотиваційного, нормативного та ситуативного характеру. Зокрема, вчений досліджував вплив поведінки на установки. Його модель передбачала не поведінку, а скоріше поведінковий намір суб'єкта виконати певну дію. Цей намір стосується самої дії, а не об'єкта – атракційної інсталяції. Таким чином, у роботах згаданих дослідників установка як така втрачає свій соціальний зміст і перетворюється на індивідуальну поведінкову реакцію, що засвоюється за схемою «стимул-реакція» та виявляє свою близькість до ідей біхевіоризму.

Отже, основною функціональною формою цінностей є ціннісні орієнтації, що є ступенем переходу цінностей у діяльність. Дослідженням цінностей у вітчизняній психології займалися Б. Ананьєв, М. Боришевський, З. Карпенко, С. Рубінштейн, В. Ядов, Т. Яценко та інші [34, 532с]. Зокрема, Б. Ананьєв, В. Отрут, С. Рубінштейн, М. Рокич зазначають, що оволодіння системою цінностей тісно пов'язане зі спрямованістю дій особистості. Дослідники зазначають, що цінності як одне з центральних утворень особистості виражають свідоме ставлення людини до соціальної дійсності і завдяки цій якості визначають її широку мотиваційну поведінку та впливають на всі сторони її діяльності. З цього приводу С. Л. Рубінштейн зазначав, що соціальна шкала цінностей виявляється в діяльності людини по задоволенню безпосередніх суспільних потреб. Через задоволення особистих та індивідуальних потреб через суспільно корисну діяльність реалізується ставлення особистості до суспільства і, відповідно, до себе як частини суспільства.

М. Рокич розглядає цінності як абстрактні ідеї, позитивні чи негативні, які не мають відношення до конкретного об'єкта чи ситуації, що виражають людські переконання щодо поведінки та фактичних

цілей і не мають самостійної мотиваційної сили. За дослідженнями М. Рокича, особистісні цінності поділяються на дві групи: кінцеві цінності (цільові цінності) та інструментальні цінності (середні цінності). Кінцеві цінності визначають довгострокові життєві перспективи та усталені норми поведінки, що базуються на суспільно визнаних стандартах. Інструментальні – характеризують засоби (знаряддя) реалізації та досягнення кінцевих цінностей. Найважливішими є кінцеві цінності, тобто цілі, які визначають сенс життя людини і вказують на те, що для неї є особливо важливим і значимим. Зміст та ієрархія цих цінностей визначають рівень соціальної зрілості особистості чи соціальної групи та регулюють їх поведінку та діяльність у певних життєвих ситуаціях .

Вирішальна роль цінностей у саморегуляції поведінки підтверджена дослідженнями В. О. Ядова. Автор стверджує, що індивідуальні цінності – це різновид соціальних установок чи інтересів та виділяє чотири рівні регуляції соціальної поведінки, пов'язаної із суспільним оточенням, які, у свою чергу, збігаються з диспозиційною концепцією регуляції соціальної активності особистості В. Отрута та Д. М. Узнадзе:

- елементарні фіксовані установки (виникають на основі вітальних потреб у звичних ситуаціях і регулюють елементарні реакції суб'єкта);
- атитюди (формується на основі потреби людини в спілкуванні в малій групі);
- базові соціальні установки (суспільно спрямований інтерес особистості щодо конкретної сфери активності);
- ціннісні орієнтації особистості, що реалізуються в її поведінці в найбільш значущих ситуаціях і обставинах.

М. Боришевський [9, с. 49-57] досліджує феномен цінностей і стверджує, що це значною мірою проблема ставлення суб'єкта до об'єктивних матеріальних і духовних результатів людських дій. У поняття цінностей вчений включає оцінку суб'єктом суспільних явищ та їх об'єктивне значення за певних історичних умов. Цінності розкривають погляд на світ, його прийняття або неприйняття. Цінності – це світоглядні орієнтири, що визначають сенс, зміст і цілі життя людини.

Дослідник розглядає цінності як джерело розвитку саморегуляції поведінки суб'єкта і зазначає, що «спрямованість саморегуляції поведінки особистості багато в чому визначається змістом орієнтуючих цінностей». Також вчений зазначає, що важливим моментом у дослідженні генезису саморегуляції поведінки є реалізація індивідуального підходу до особистості, який забезпечує можливість

проникнення у внутрішній суб'єктивний світ людини. Дослідник стверджує: «Особистість, як суб'єкт регуляції власної діяльності, на певному етапі розвитку самостійно обирає цілі та завдання власної поведінки та діяльності, планує свої дії та вчинки, контролює й оцінює її результати...». Одже, за дослідженнями М. Боришевського, під саморегуляцією поведінки розуміють «переважно свідоме, цілеспрямоване планування суб'єктом власних дій і вчинків відповідно до особистісно значущих цілей, актуальних потреб» і тому цінності розглядаються переважно у зв'язку зі свідомими сферами психіки.

М. Боришевський у своєму підході до проблеми цінностей особливого значення надає моральним цінностям людини. На його думку, структура моральних цінностей розвиненої особистості є цілісною системою взаємопов'язаних і взаємодоповнюючих цінностей, які виступають важливими, суб'єктивно значущими орієнтирами для конкретної людини, функціонують і визначають базовий, гуманістичний характер і спрямованість життєдіяльності. Феномен моралі, на думку М. Боришевського, може бути присутнім у будь-якому прояві життя людини: все, що вона думає, створює, може бути одухотвореним і служити високій меті. Автор стверджує, що цінності особистості тісно пов'язані з цінностями суспільства та держави. Система громадянських цінностей особистості, що виражає її моральну орієнтацію, є основою її поведінки. Вчений справедливо зазначає, що в морально розвиненої особистості немає відмінностей між її переконаннями і поведінкою, її думками і вчинками, її словами і вчинками. У цьому сенсі точка зору М. Боришевського близька до показників виправленої особистості, але водночас не розкриває шляхів розвитку моральної особистості.

Автор розглядає внутрішню цілісність і злагодженість системи людського розуміння добра і зла, сенсу життя й ідеалу, щастя й почуття власної гідності, совісті й справедливості, честі й відповідальності, єдності моральних якостей, які виявляються в їх втіленні у діяльність і поведінку особистості як показник її моральності. Вчений також підкреслює, що формування моральних звичок відбувається успішно там, де повторюються не лише зовнішні форми поведінки, а й пов'язані з ними переживання, внаслідок чого ситуативні позитивні емоційні спонукання узагальнюються, стають стійкими мотивами моральної поведінки окремої людини.. Учений зазначає, що «свідоме ставлення громадянина до моральних ідеалів, норм і принципів, засноване на власних переконаннях, дозволяє йому свідомо керувати своїми почуттями, душевними і психічними переживаннями». Розвиток моральних почуттів, у свою чергу, сприяє тому, щоб зміцнювати

свідоме ставлення особистості до моральних рішень, сприяти формуванню у неї моральних принципів та ідеалів, активної громадянської позиції.

Автором доведено, що важливими особливостями потребностно-мотиваційної сфери є її нерозривний зв'язок зі світом людських цінностей і поведінкою особистості. Цей зв'язок реалізується через її ціннісні орієнтації – вибірковість свідомості та поведінки, їх детермінованість через уявлення про цінності життя в його різноманітних проявах. Ціннісні орієнтації особистості є складним соціально-психологічним феноменом, у якому поєднуються мета і мотиваційна спрямованість поведінки та діяльності. Ціннісні орієнтації – це цінності, які певною мірою вже інтеріоризовані у свідомості особистості і почали відігравати значну мотиваційну роль у її життєтворчості. Цей факт свідчить про те, що відбулася зміна цінностей від суспільних орієнтирів до цінностей, суб'єктивно значущих для самої особистості.

На думку вченого, суспільні цінності, які засвоює особистість у процесі навчання та виховання, стають основою для розвитку в неї громадянської свідомості та впевненості в собі та трансформуються в ціннісні орієнтації, потреби та мотиви поведінки. Отже, і потребово-мотиваційний аспект громадянської свідомості та самосвідомості особистості передбачає характеристику структури її ціннісних орієнтацій.

Суспільна свідомість містить соціальні стереотипи, які людина повинна опанувати протягом усього життя. Засвоєння створених суспільством поглядів, переконань і норм моралі, культурних надбань та історичної спадщини формує певні світоглядні орієнтації. Усе, що набуває дитина з культурно-історичної спадщини суспільства, стає її внутрішнім світлом. Світоглядні орієнтації особистості виконують функцію посередника, завдяки якому особистість у процесі соціалізації вступає у відносини зі світом. Засвоєння людиною певних соціальних моделей дає поштовх до формування певних світоглядних установок, які змінюються іншими під впливом нових соціальних моделей.

Людина може відчувати себе «господарем» свого особистого життя, маючи достатньо сил приймати вільні рішення та будувати життя відповідно до своїх уявлень про його цілі та сенс. Але в той же час є люди, які не можуть контролювати події в особистому житті, тому що не вірять у власні сили. Людина не завжди може контролювати події власного життя, але причину цього вбачаємо в особистісній дезадаптованості, у наявності особистих проблем суб'єкта, які часто

визначаються конвенцією цінностей [9, 49-57с].

Сучасні дослідження підкреслюють, що цінності – це те, що має велике значення для людей і відповідає їхнім реальним потребам та ідеалам. Але цінність – це не просто об'єкт потреб, а культурно опосередкований стандарт того, що бажано задовольнити ці потреби, що виходить за межі індивідуальної свідомості.

Особистісні цінності завжди мають об'єктивну і суб'єктивну сторону. Їх умовно можна розділити на соціальні цінності (об'єктивовані в культурі і закріплені в різних формах суспільної свідомості) і особистісні цінності (властиві конкретній людині), які є частиною структури особистості; до них можна віднести як індивідуалізовані соціальні цінності, так і цілком індивідуальні, унікальні цінності для кожної особистості.

Ціннісні орієнтації – це частина внутрішнього світу людини, яка спрямовує і водночас регулює її дії. Вони визначають загальну спрямованість інтересів і бажань особистості; ієрархію індивідуальних уподобань; цільові та мотиваційні програми; рівень переваг; ступінь готовності та рішучості реалізувати свій життєвий проект тощо.

Цілісність, послідовність і стійкість системи ціннісних орієнтацій є показником стабільності та автономності особистості. Проблема ціннісних орієнтацій піддається суттєвому переосмисленню в умовах сучасних динамічних трансформаційних змін, що передбачають одночасне самовизначення особистості в різних аспектах її життєдіяльності. Сучасна молодь опинилася в скрутному становищі: зміни в соціально-економічному, політичному та культурному житті супроводжуються глобальними кризами ціннісної свідомості, духовності, економіки тощо, тому вона має сама вирішувати, що для неї цінне, а що ні.

Деякі неоднозначності в трактуванні цінностей в психології призвели до спроб вирішення цієї проблеми Н. Рокичем і Ш. Шварцем, які запропонували теорію універсального змісту структури цінностей, в якій цінності трактуються як уявлення людей про цілі, які служать керівними принципами в житті. За такого рішення питання цінності неминуче пов'язані з проблемами соціального пізнання: мова йде про ідеї, тобто категорії, за допомогою яких людина описує певні явища світу.

За думкою Л. Ніколенко, М. Забродського [19, с. 112], орієнтувати дитину на моральні орієнтири здатний лише дорослий, для якого ці орієнтири є його власними цінностями. Актуальною і практичною необхідністю дослідження проблеми ціннісних орієнтацій є завдання

корекційних педагогів, оскільки ці орієнтації є фундаментальною основою трансформації сучасної системи освіти в цілому. У цьому сенсі ціннісні орієнтації стали предметом дослідження в інших галузях гуманітарного знання, наприклад, у філософії (В. Андрущенко, І. Надольний, В. Пазенок, В. Тугаринов, С. Щерба та ін.), психології (Б. Ананьєв, Ю. Козелецький, В. Мясіщев, Т. Пороховська, М. Рокич, С. Рубінштейн та ін.), педагогіки (І. Бех, Л. Божович, І. Сіданич, В. Сухомлинський, А. Шиделко та ін.), політології (М. Головатий, Н. Ефтені, О. Рудакевич) та інших галузей гуманітарних знань.

Найвідомішим дослідником ціннісних орієнтацій серед соціологів є В. Ядов [34, 532с], у диспозиційній концепції особистості якого ціннісні орієнтації є вищою системою диспозицій, яка має два рівні: ціннісно-цільовий (кінцеві цінності) і цінність як засіб (інструментальні цінності). Термінальний рівень більш стійкий, він тісно пов'язаний із соціальною системою цінностей і є важливим регулятором соціальної поведінки особистості.

З точки зору представника екзистенціально-гуманістичної психології Д. Леонтєва [25, 58-65с], ціннісні орієнтації – це усвідомлені уявлення суб'єкта про власні цінності, про те, що для нього є цінним. Педагоги розглядають ціннісні орієнтації з точки зору їх ролі в процесі становлення особистості та визначають їх як соціальні цінності, які виступають як життєві цілі особистості та як основний засіб досягнення цих цілей, набуваючи тим самим функції важливих регуляторів соціальної поведінки індивідів; орієнтація особистості на моральні, соціальні, політичні, життєві, сімейні та інші цінності. Показовими є дослідження В. Алексеевої [1, с.63] з точки зору того, що ціннісні орієнтації є формою включення соціальних цінностей у механізм діяльності та поведінки особистості. На думку цих вчених, система ціннісних орієнтацій є основним каналом засвоєння духовної культури суспільства, перетворення культурних цінностей у стимули і мотиви практичної поведінки людей. Е. Подольська, визначає ціннісні орієнтації як генеральну лінію життєдіяльності людини через сукупність трьох компонентів: когнітивного (смислового), завдяки якому відбувається пізнання дійсності і, відповідно, розвиток ціннісного ставлення; емоційного, що виявляє переживання, ціннісне ставлення, і поведінкового, тобто готовності особистості до дії. З педагогічної точки зору взаємозалежність цих трьох компонентів має вирішальне значення в процесі формування ціннісних орієнтацій у дітей, оскільки їх емоційна сфера найбільш збережена і найбільш схильна до педагогічних впливів.

Аналіз літературних джерел дав змогу визначити сутнісні підходи

до визначення змісту ціннісних орієнтацій. Науковці подають їх як:

– ставлення особистості до носія життєвих цінностей (Л. Лотар, С. Щерба, В. Щедрін та ін.);

– ставлення особистості до об'єктів навколишньої дійсності (С. Бубнова, М. Дьомін, Р. Шакуров та ін.);

– прагнення особистості до життєвих цінностей (В. Ольшанський, А. Опенгейм та ін.);

– спрямованість особистості на цінності (Б. Ананьєв, Т. Бутківська, В. Отрут, Є. Яблоков та ін.);

– уявлення особистості про життєві цінності (В. Алексєєва, К. Клакхон, Д. Леонтєв та ін.);

– стійку установку особистості на життєві цінності (В. Водзинська, К. Давидова, А. Здравомислов, І. Кон, Є. Подольська, В. Ядов та ін.);

– регулятор життєдіяльності людини (М. Боришевський, Г. Олпорт, М. Федоренко та ін.).

Отже, у сучасній гуманітарній науці (філософії, психології, педагогії та соціології) існують різні концепції та підходи до вивчення проблеми ціннісних орієнтацій особистості, але, незважаючи на відмінності у поглядах різних вчених, їхнє розуміння поняття «Ціннісні орієнтації» мають багато подібностей: існує загальна тенденція розуміти їх як первинні гуманістичні орієнтири універсальних цінностей. Відповідно суспільна значущість ціннісних орієнтацій особистості визначається тією роллю, яку вони відіграють у житті кожної особистості та суспільства в цілому. Вчені давно досліджують проблему ціннісних орієнтацій, звертаючи увагу на специфіку цього конструкту та надаючи йому різного функціонального значення. На думку Т. Парсонса, ціннісні орієнтації особистості відіграють консолідуєчу роль (є якістю, що об'єднує людей) і визначають специфіку соціальних дій особистості. Як зазначали Г. Олпорт і А. Здравомислов, ціннісні орієнтації відділяють важливе для конкретної людини від несуттєвого. Сукупність ціннісних орієнтацій утворює своєрідну вісь свідомості, що забезпечує стійкість особистості, наступність певного типу поведінки та діяльності, що виражається в спрямованості її потреб та інтересів, тому ціннісні орієнтації є важливим фактором, що визначає мотивацію дій і вчинків особистості [28, 400с].

У центрі уваги трансформації ціннісних орієнтацій молоді людини – соціальні, політичні, культурні, духовні, інформаційні та комунікативні аспекти. Згідно з результатами досліджень західних вчених, на розвиток і формування ціннісних орієнтацій молоді впливає

ряд зовнішніх і внутрішніх факторів. До зовнішніх факторів належать елементи мікросередовища (групи, референтні групи тощо) і макросередовища (соціальні ролі, ЗМІ, соціальні інститути); на внутрішні чинники – темпераментні особливості, нахили, здібності, рівень розвитку впевненості в собі, вік людини та ін. Специфічні фактори впливають на формування системи ціннісних орієнтацій молоді як активного, чисельного покоління суспільства, тому вивчення процесів, що відбуваються в середовищі молоді, є особливо актуальним, оскільки молодь є найбільш мобільним прошарком суспільства, від якого залежить не тільки процес відтворення населення країни, а й збереження та розвиток суспільства, тому що сьгоднішні зміни безпосередньо впливають на ціннісне почуття молоді [46, 21-47 с].

Таким чином, можна зробити наступні висновки:

1. Цінності – духовні та матеріальні явища, що мають особистісний зміст і є мотивом дії. Цінності є метою і основою виховання. Вивчення протиріч між цінностями поколінь, виявлення цінностей різних соціальних груп, створення науково обґрунтованої прагматичної школи – ось основні напрямки наукових досліджень.

2. Ціннісні орієнтації – складне соціально-психологічне явище, що характеризує спрямованість і зміст діяльності особистості, що є невід’ємною частиною системи особистісних стосунків, визначає загальний підхід людини до світу, що надає значення і спрямованість особистісного ставлення до поведінки і вчинків. Система ціннісних орієнтацій виражає внутрішні основи ставлення особистості до дійсності.

3. Аналіз теоретичного матеріалу з проблеми цінностей свідчить про увагу вітчизняних і зарубіжних дослідників до категорії цінностей і ґрунтовне дослідження цього феномену. Сутність поняття цінностей викладено в наукових працях Б. Ананьєва, М. Боришевського, З. Карпенка, О. Леонтєва, А. Маслоу, Г. Олпорта, К. Роджерса, С. Рубінштейна, Д. Узнадзе, В. Франкла, Е. Фромма, Е. Шпрангера, В. Ядова та ін.

Аналіз наукових джерел за темою дослідження дозволяє виявити відсутність єдиного підходу до трактування проблеми цінностей у науковій літературі, а також термінологічну та сутнісну неоднозначність цієї категорії. Незважаючи на численні дослідження зазначеної проблеми та різне трактування термінів «цінності», «ціннісні орієнтації», «ставлення», «спрямованість особистості», «позиція», спільним для цих категорій є те, що вони мають переважно соціальне значення та є виявом нормативного змісту свідомості.

4. Вчені М. Рокич та Ш. Шварц зробив значущу спробу впорядкувати теорію універсального змісту і структури цінностей, де цінності тлумачаться як уявлення людей про цілі, які служать життєвими принципами.

5. Формування ціннісних орієнтацій особистості є предметом детальної уваги та різноманітних досліджень різних дослідників. Вивчення таких питань набуває особливого значення в підлітковому та юнацькому віці, оскільки рівень розвитку ціннісних орієнтацій, пов'язаний з цим етапом онтогенезу, який забезпечує їх функціонування як особливої системи, справляє вирішальний вплив на спрямованість особистості, її активну діяльність. соціальне становище.

6. Картина ціннісних орієнтацій виглядає так: матеріальні цінності (матеріальний добробут, життєвий успіх, високий дохід, престижна робота) стають все більш важливими, а духовні та культурні цінності відсуваються на другий план. Основна увага залишається на сім'ї. Деяко змінилося ставлення до освіти, починає стрімко падати престиж такої цінності, як праця. Основними цінностями залишаються сім'я, вірні друзі та кохання, на шкалі ціннісних орієнтацій на вищі сходинки піднімаються заробітки та службова кар'єра. Таким чином, ціннісні орієнтації української молоді органічно пов'язані з проблемами кожної особистості та значною мірою визначають її поведінку.

7. В період військових дій в Україні підвищелось значення таких цінностей як особистісна безпека та взагалі задоволення фізіологічних потреб. Виявлені гендерні відмінності ціннісних орієнтацій : дівчата більше цінують сім'ю і почуття, а хлопці – владу, працю, досягнення.

Список використаної літератури

1. Алексеева В.Г. Ценностные ориентации как фактор жизнедеятельности и развития. Психологический журнал.1984.Т.5.№5. С.63-70..
2. Антонова З.О. Соціально – психологічні особливості економічної соціалізації підлітків. Автореф.Дис.канд.психол.наук. 19.00.05. Інститут психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Київ, 2011. 19 с.
3. Арбеніна В.Л.Українське студентство у пошуках ідентичності : монографія / За ред. В. Л. Арбеніної, Л. Г. Сокурянської. Харків. : ХНУ імені В. Н. Каразіна. 2012. 520 с.
4. Артемова Т.В. Основні духовні пріоритети студентської молоді: напрями трансформації. Вища освіта України. 2008. № 1. 96 с.
5. Артюхова И. Ценности – цели подросткающего поколения. Директор школы. 2001 . №10. С.84-87..
6. Бабенко Ю.А. Трансформація ціннісних орієнтацій сучасної української молоді. Актуальні проблеми історії, теорії та практики художньої культури. 2013. Вип.30. С.154-162.
7. Балакірева О. М. Трансформація ціннісних орієнтацій в українському суспільстві. Науковий журнал «Український соціум» .2007. №2(19). С.7-19.
8. Бех И.Д. Нравственность личности: стратегия становления. Ровно: РИО. 1991.

146 с.

9. Боришевський М.Й. Духовні цінності як детермінанта розвитку й саморозвитку особистості. Педагогіка і психологія. 2008. №2. С. 49-57.
10. Булах І.С. Ціннісні орієнтації в контексті особистісної позиції сучасного підлітка. Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. 2009. № 1. С. 115-131..
11. Варій М.Й. Психологія особистості: навчальний посібник Київ: Центр учбової літератури. 2008. 592с
12. Вебер М. Соціологія: навчальний посібник. Львів: УАД, 2005. 365с.
13. Гаврилюк В.В. «Динамика ценностных ориентаций в период социальной трансформации». Социологические исследования. 2002. №1. С.96-105.
14. Галецька І. Індивідуальні цінності в дискусії психологічних теорій. Соціогуманітарні проблеми людини. 2006. С. 192–203.
15. Глинянюк Н. В. Психолого-педагогічні умови формування ціннісних орієнтацій сучасної студентської молоді. URL : http://tme.umo.edu.ua/docs/Dod/3_2010/Glinaniuk.pdf (дата звернення: 20.02.2021)
16. Головаха Є. І. Європейський вибір України у дзеркалі громадської думки. Українське суспільство 1992 – 2010. Соціологічний моніторинг. Київ, 2010. С. 90-101.
17. Дьяконов І.В. Зміст поняття «ціннісна орієнтація». Мультиверсум. Філософських альманах. Київ : Центр духовної культури. 2004. С.43.
18. Драч С. В. Ціннісні орієнтації студентської молоді українського суспільства: сутність та динаміка / Зб. наук. праць Хмельницького інституту соціальних технологій університету Україна. 2010. № 2. С. 26-30.
19. Заброцький М.М. Основи вікової психології. Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан. 2007. 112 с.
20. Здравомыслов А. Г. Потребности. Интересы. Ценности : Политиздат. 1986. 221 с.
21. Коберник Л.О. Роль та місце ціннісних орієнтацій у формуванні особистості. Наука і освіта. Науково- практичний журнал південного наукового центру АПН України. Одеса, 2008. №4-5. С.28-33.
22. Компетентнісний підхід у сучасній освіті: світовий досвід та українські перспективи / Під заг. ред. О. В. Овчарук. Київ : К.І.С. 2004. С.112.
23. Котлова Л.О. Проблема трансформацій ціннісних орієнтацій підлітків. Міжнародні науково-практичні читання: цінності у вихованні підростаючого покоління: проблеми, пошуки, перспективи (Київ 20-21 листопада 1996). Педагогіка і психологія. 2011. С.105-190.
24. Коханова О.П. Ціннісні орієнтації сучасної молоді: значущість та реалізованість. 2008. 30 с.
25. Леонтьев Д. А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего . Вопросы психологии. 2001. № 1. С. 58–65.
26. Левковська Н. Динаміка ціннісних орієнтацій молоді. Політичний менеджмент. 2006. № 1 (16). 147 с.
27. Макарова О. В. Особливості ціннісних орієнтацій студентської молоді. Вісник Національного технічного університету України КПІ. Філософія. Психологія. Педагогіка. 2005. № 3. Част. 1. С. 32-38.
28. . Монографія за редакцією академіка НАПН України Максименка С.Д. Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі. Київ – Кировоград : Імекс – ЛТД, 2013. 400с
29. Москаленко О.В. Структурні компоненти ціннісно-сміслової сфери особистості. Вісник Національного технічного університету України «КПІ». Філософія.

Психологія. Педагогіка. 2013. №1 (37). С. 91-98.

30. Мотків О. В. Особистість і психіка. Сутність, структура та розвиток. Психіка: погляд О.В. Моткова. М., 2008. 160 с.

31. Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки: зб. наук. праць. / за наук.редакцією І.С. Булах. Мотків О. В. Особистість і психіка. Сутність, структура та розвиток. Психіка: погляд О.В. Моткова. М., 2008. 160 с.

НПУ імені М.П. Драгоманова. 2020. 325 с.

32. Олпорт Г. Становление личности. Избранные труды. пер.с англ. Л.В. Трубициной и Д.А. Леонтьева; под общ.ред. Д.А. Леонтьева. М.:Смысл. 2002. 460 с.

33. Пірен М.І. Етнопсихологія: підруч. Київ : Університет «Україна». 2011. 526 с.

34. Психологія особистості: Хрестоматія. Навчальний посібник. Мельничук О.Б., Пасічняк Р.Ф., Вольнова Л.М. та інші. Київ : НМУ ім.М.П.Драгоманова. 2009. 532с

35. Савельєв Ю.Б. Ціннісна складова модернізаційних процесів у сучасному соціумі України : кол. моногр. / Балакірєва О.М., Геєць В.М., Сіденко В.Р. та ін.; НАН України, ДУ «Ін-т екон. та прогнозув. НАН України». Київ, 2016. 340 с.

36. Сергієні О.В. Ціннісні орієнтації та моделі поведінки молоді в умовах соціальної невизначеності та ризику / О.В.Сергієні, Л.М. Пріснякова, Т.П. Демчук, Андріянова Л.М. The world of science and innovation (January 14-16, 2021). Cognum Publishing House, London, United Kingdom. 2021. 1289 P. 990-994.

37. Сіденко В.Р. Динаміка ціннісних орієнтацій студентської та шкільної молоді. НАН України, -ДУ «Ін-т екон. та прогнозув. НАН України». Київ, 2014. С. 83-96.

38. Сокурянська Л. Г. Вступ до соціології: навч. посібник. Л. Г. Сокурянська. Харків : ХНУ імені В.Н. Каразіна. 2011. С. 221. 408 с.

39. Столяренко О.Б. Психологія особистості: навчальний посібник. Київ: центр учбової літератури 2019. 280с

40. Соціальна психологія. Обран – Лембрик Л.Є. : Навч. посіб. Київ : Академвидав. 2005. 446 с.

41. Студент ХХІ века: социальный портрет на фоне общественных трансформаций : монография / Нар. укр. акад. ; под общ. ред. В. И. Астаховой. Харьков : Изд-во НУА. 2010. С. 21.

42. Титаренко Т.М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності. Київ : Либідь. 2003. 376 с.

43. Трансформація особистості в умовах соціальної – політичних та економічних змін. Колективна монографія за загальною редакцією Л.М. Пріснякової Дніпро : ЛІРА ЛТД. 2023 250с

44. Федух І.С. Визначення змісту поняття «ціннісна орієнтація» у сучасній психолого – педагогічній науці. Вісник національної академії державної прикордонної служби України. УДК 2011. С. 31.

45. Швайківська І. Усвідомлення життєвих цінностей учнями старшокласниками. Соціальний педагог. № 17 (19). 2008. 49 с.

46. Ivanov I. Analysis of the phaunistic composition of Ukraine // The world of science and innovation. Abstracts of the 6th International scientific and practical conference. Cognum Publishing House. London, United Kingdom. 2021. P. 21-27.

Розділ VI

ПЕРЕЖИВАННЯ КРИЗОВИХ І НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Олена СЕРГІЄНІ

доктор медичних наук, професор,
професор кафедри психології
та педагогіки

*(Дніпропетровський державний
університет внутрішніх справ)*

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ФОРМУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА В УМОВАХ ВІЙСЬКОВИХ ДІЙ В УКРАЇНІ

Життя населення України різко змінилося 24 лютого 2022 року внаслідок вторгнення на її територію регулярних збройних сил РФ (Російської Федерації), що розраховувала на блицкриг та не очікувала відчайдушного спротиву ворогові українських військових і народу, а також осуду країни – агресора світом (світовою спільнотою) і всебічної міжнародної підтримки нашої країни.

Метою загарбника, який вже опробував захват АР Крим, території Донецької та Луганської областей, що не зустріло повного осудження на міжнародному рівні та оцінки в правовому полі, було захоплення потрібних йому територій та знищення України як держави.

Український народ, який зараз переживає вплив надзвичайної ситуації небувалої сили та жорстокості, під час якої гинуть люди, перестають існувати цілі міста, а плодючі лани перетворилися на мінні утворення, об'єднався в боротьбі за незалежність та свободу, за своє існування як етносу та країни.

При звільненні окупованих територій відкриваються все нові злочини РФ проти людства та ці чисельні факти повинні розглядатися на міжнародному суді в Гаазі.

Українці переживають дуже важкі часи довготривалої дії факторів стресу в комплексному впливі чинників надзвичайної ситуації; потерпають від навали всі: діти, люди молодого, зрілого та старого віку, мирне населення та учасники військових дій, але всі вони об'єдналися

на платформі спротиву, патріотизму, боротьби за перемогу.[6, с. 380; 11, с. 580]

Кожна людина випробовує руйнування звичного для неї життєвого шляху, адекватного функціонування як вияву поведінкової та діяльнісної активності, дефіцит задоволення її потреб – це і фізіологічні потреби, забезпечення особистісної безпеки, духовного та соціального сенсу; в тому числі потреби у саморозвитку, самореалізації, самоуправлінні, навчанні, отриманні професії; порушення процесів адаптації до напруженого навколишнього середовища. [15, 401; 17, 1-9]

Травмівна подія, що переживається на фоні дистресу, фрустрації, конфлікту чи кризи з більшою ймовірністю призведе до розвитку посттравматичних стресових та супутніх розладів, ніж у випадку комфортної ситуації. [19, 275; 20, 277]

Кризовий стан – психічний (психологічний) стан людини, яка пережила психічну травму чи перебуває під загрозою можливості психотравмівної події. Стан характеризується відчуттям хвилювання, тривоги різної інтенсивності; фіксацією на психотравмівній ситуації; переживанням безпомічності, безнадії; песимістичної оцінки себе, актуальної ситуації і майбутнього; утрудненням у плануванні діяльності. [4, 72-89; 5]

Життєві цілі особистості сьогодні формуються у відповідності до змін навколишнього середовища у зв'язку з повномасштабними військовими діями РФ та вони визначаються боротьбою з ворогом, яка ідентифікується з боротьбою за цілісність і збереження державності України. [7, 20; 8, 23-30]

Особистісний розвиток як процес постійних змін особистості в напрямі розкриття своїх потенціалів та досягнення життєвих цілей зараз відбувається одночасно з реалізацією адаптаційних механізмів до нових умов існування.

Молода людина сьогодні випробовує порушення існування у фізичному, вітальному, соціальному та духовному просторі. [20, 277]

Внутрішній світ молодого людини розвивається під впливом зовнішнього середовища, однією з характеристик якого є комплексна дія на особистість довготривалих та зверх сильних чинників стресу, але в залежності від її властивостей, потенціалу, ресурсів, здатності до рефлексії, самореалізація життєвих цілей та планів життєвого сценарію, які становлять суб'єктивний світ, її внутрішній простір. [18, 251]

Провідні значення для такої необхідної для студентської молоді особистісної динаміки мають такі напрямки її розвитку, як самореалізація та розширення часопростору особистості за рахунок

формування самосвідомості, стресостійкості, нервово – психічної стійкості, спрямованості особистості і раціональних копінг-стратегій. [2, с. 114-121]

Стрес – це порушення психологічного стану в результаті травмуючих обставин, негативних умов праці або інших аспектів діяльності людини. Психологічний стрес – це реакція людини на важку, нерозв'язну, на його думку, ситуацію. Стрес – це порушення психологічного стану в результаті травмуючих обставин, негативних умов життя. Багато хто з нас стикався зі стресом і відчували при цьому емоційний дискомфорт. Під стресом прийнято розуміти психічні, фізичні та хімічні реакції людини на стресори. Невеликих стресових ситуацій неможливо уникнути. Число «хворих», які звернулися за медичною допомогою через стрес, зростає щорічно. [3, 992]

Серед видів стресу виділяється фізіологічний стрес пов'язаний з об'єктивними змінами умов життєдіяльності: мікроклімат, радіація, шум, вібрація, природні стихійні лиха (звуки вибухів, загроза життю, землетрус, повінь, виверження вулкану).

Психоемоційний стрес виникає у зв'язку з особистісною позицією індивіда. Людина реагує на те, що її оточує згідно зі своєю інтерпретацією зовнішніх стимулів, яка залежить від особистісних характеристик, соціального статусу, рольової поведінки, віку, вихованості, життєвого досвіду.

Стрес і емоції виконують різні функції: стрессор викликає надлишкову реакцію на неусвідомлюваному рівні, забезпечуючи необхідний рівень гомеостазу, і тільки потім, компенсаторні механізми емоцій залучаються для забезпечення усвідомлення, упорядкування та оцінки реакції організму.

Емоції є частиною стресової реакції:

Перша фаза стресової реакції, покликана підготувати організм людини, протікає на підкірковому рівні, забезпечуючи адекватну реакцію за рахунок прямих сенсомоторних реакцій, і передуює стану тривоги.

Друга фаза – виникнення відповідних емоцій після оцінки небезпеки; вона потрібна для подальшого свідомого управління і вибору тактики поведінки, але ніяк не може вплинути на спрямованість стресових механізмів.

В даний час в залежності від стресового чинника виділяють різні види стресу, серед яких яскраво виражені фізіологічний і психологічний. Психологічний стрес у свою чергу можна розділити на інформаційний і емоційний. Якщо людина не справляється із завданням,

не встигає приймати правильні рішення в необхідному темпі при високому ступені відповідальності, тобто, коли виникає інформаційне перевантаження, може розвинутися інформаційний стрес. Емоційний стрес виникає в ситуаціях небезпеки, образи та Г. Сельє виділив у розвитку стресу 3 етапи: безпосередня реакція на вплив (стадія тривоги); максимально ефективна адаптація (стадія резистентності); порушення адаптаційного процесу (стадія виснаження).

Стадія тривоги (I). Відбувається мобілізація адаптаційних можливостей організму. Стресори аналізуються в вищих відділах кори головного мозку, після чого сигнали надходять до м'язів, відповідальних за рух, готуючи організм до відповіді на стресор. Реагує вегетативна нервова система: частішає пульс, піднімається тиск, збільшується кількість кисню, що надходить до тканин, готуючи людину до боротьби або втечі. Потім сигнали з кори надходять в гіпоталамус, гіпофіз і наднирники, активізуючи вироблення стресорних гормонів.

При спостереженні фіксується вже згадувана тріада фізіологічних змін: реакції надниркових залоз, імунної системи, шлунково-кишкового тракту. В результаті цих змін в організмі людини посилюються анаболічні процеси і імунологічна опірність. Гормон кори надниркових залоз адреналін підвищує рівень глюкози в крові, покращує функціональну здатність скелетних м'язів, сприяє психічній мобілізації і т.д. Інший гормон кори надниркових залоз, кортизол, сприяє збереженню енергетичних запасів організму, посилюючи синтез глюкози в клітинах печінки і знижуючи її розпад в м'язах.

В умовах, близьких до гранично допустимих, тривалість першої стадії стресу може становити до 20-60 днів. Але якщо вплив стресора дуже сильний та довготривалий, то через обмеженість резервів організму вже на першій стадії стресу може наступити виснаження.

Стадія опору (II) (резистентності, стійкості, адаптації). Відбувається адаптація організму до нових умов життєдіяльності. Перехід до цієї стадії означає, що організму вдалося пристосуватися до подразника, хоча для цього і потрібні були підвищені витрати енергії і антистресорних гормонів. Організм намагається опиратися загрозі або справлятися з нею, якщо загроза продовжує діяти і її не можна уникнути. Продовжує залишатися високим рівень адреналіну і норадреналіну, що відповідає за швидкість і обсяг кровотоку. Наростає рівень кортикостероїдів, які мають протизапальну, протишокову, антитоксичну і десенсибілізуючу дію. Ознаки тривоги практично зникають, а рівень опірності стає значно вище звичайного. Ця стадія

може тривати місяцями, і навіть роками.

Стадія виснаження (III). Перехід організму на цю стадію означає, що його фізіологічні резерви починають підходити до кінця після постійного перебування в стресовому стані і тривалого опору стресу. Фізичні проблеми призводять до хвороб і навіть до загибелі організму. Коли мова йде про психологічний стрес, ця стадія відповідає явищам відчаю, безсилля та фрустрації, тобто особливого психічного стану, викликаного об'єктивно непереборними труднощами. На стадії виснаження стрес стає патологічним, тому що відсутні як фізичні, так і психічні ресурси, після неї настає розвиток хворобливих процесів, особливо в разі продовження впливу стресора. Надмірне накопичення гормонів кори надниркових залоз в рідких середовищах організму веде до розладу більшості функцій, поширюючись на нервову та ендокринну системи, захоплюючи серце, судини, органи травлення. На фізіологічному рівні може розвинутиися соматична патологія (інсульт, інфаркт міокарда, гіпертонічна хвороба). Нерідко виникають найсильніші депресивні реакції, що вимагають медикаментозного лікування і допомоги лікаря-психотерапевта, або психіатра.

Тривалість цих стадій і вираженість проявів стресу залежать від індивідуальних психофізіологічних особливостей. Кожна людина має свій поріг чутливості до стресу – той рівень напруженості, при якому ефективність діяльності підвищується (настає еустресс), і критичний поріг виснаження, коли ефективність діяльності знижується (настає дистресс). Проте, встановлено, що найбільшу небезпеку для будь-якого організму мають не сильні і короткі стреси, а тривалі, хоч і не настільки сильні.

У широкому сенсі ці стадії характерні для будь-якого адаптаційного процесу. [12, 37]

Психологічний стрес – це реакція людини на особливості взаємодії між особистістю і навколишнім світом. Також його можна визначити як процес, в якому вимоги середовища розглядаються особистістю, виходячи з її ресурсів і ймовірності вирішення проблемної ситуації. Саме це визначає індивідуальні відмінності в реакції на стресову ситуацію. Психологічний стрес має місце тільки у людини, в його розвитку переважає когнітивна складова (аналіз ситуації, оцінка ресурсів, побудова прогнозу розвитку подій).

Так, Є. П. Ільїн відзначає, що при невеликій і середнього ступеня психоемоційного напруження ефективність діяльності зростає у всіх людей, незалежно від того, які типологічні особливості прояву властивостей нервової системи їм притаманні. Однак при великому

напруженні раніше погіршується ефективність діяльності у осіб зі слабкою нервовою системою. Представники з високою виразністю сили нервових процесів виявляють велику стійкість до значного психоемоційного напруження, тоді як при середній стресогенності суб'єкти зі слабкою нервовою системою демонструють високу ефективність діяльності, іноді навіть випереджаючи осіб з сильною нервовою системою. При подальшому збільшенні інтенсивності діяльності, підвищенні значущості результату відбувається зниження ефективності діяльності у осіб зі слабкою нервовою системою, у той же час у представників сильного типу в подібних умовах відбувається мобілізація ресурсів і, як наслідок, – зростання її результативності.

Стрес завжди спрямований на мобілізацію життєвих сил організму, незалежно від подальшої спрямованості («знака») емоцій. Стресові реакції змінюються в часі і мають різні рівні інтенсивності, які залежать від характеру стресорів.

Стресор (стрес-фактор, стрес-ситуація) – значний за силою або тривалістю подразник, що впливає на організм. Стресором є подразник, який людина сприймає як загрозову ситуацію, небезпечний фактор.

Розрізняють стресори фізіологічні (надмірні біль і шум, вплив екстремальних температур і т.п.) і психологічні (інформаційне перевантаження, змагання, загроза соціальному статусу, самооцінці, благополуччю, найближчому оточенню і ін.). Величина стресової реакції залежить від сили стресора, а іноді і перевищує його. Залежно від виду стресора і характеру його впливу виділяються фізіологічний стрес і психологічний стрес.

Як показали роботи фізіолога Г.І. Косицького (1970), стрес, стан напруги організму, розвивається за певними закономірностями і проходить через ряд етапів.

1. Початкова стадія мобілізації, що супроводжується підвищенням уваги, активністю. Це нормальна, робоча стадія. сили витрачаються економно, доцільно. Навантаження, навіть часті, що протікають на цій стадії, призводять до тренування організму, підвищенню його стійкості до стресу.

2. Якщо проблему вирішити не вдається, розвивається друга стадія, або стадія «стенічної негативної емоції». Виникає надлишок негативних емоцій, що носять стенічний, активно-дієвий характер: лють, гнів, агресія. Про таких станах кажуть: «всередині все кипить», «злість назовні проситься, прямо руки сверблять». Ресурси організму витрачаються неекономно, тут все ставиться на карту в спробі досягти мети за всяку ціну. Повторні навантаження, що доходять до цієї стадії,

призводять до виснаження організму.

3. Якщо ж і це не допомагає, настає фаза «астенічної негативної емоції». Приходить черга негативних емоцій, що носять астеничний, пасивно-безсилий, занепадницький характер. Людиною опановують туга, відчай, зневіра в можливість виходу з важкої ситуації.

4. Наступна стадія характеризується неврозом, зривом. Людина повністю деморалізована, вона змирилася з поразкою, опустивши руки.

Подальші медико-психологічні наслідки затяжного стресу також формуються поетапно, в порядку наростання ступіня вираженості порушень.

Виділяються 6 типів особистостей, які по-різному реагують на стрес.

1. Честолюбний тип – до цього типу належать люди з сильною потребою досягнення та успіху. В основному це менеджери, які енергійні, рухливі, доміантні, агресивні і орієнтовані на справу. Причинами стресу для них є перевантаження, велика інтенсивність діяльності та міжособистісних відносин, недостатнє розуміння себе. Основними симптомами стресу є безсоння, високий кров'яний тиск, проблеми з серцем, надмірне куріння і споживання алкоголю.

2. Спокійний тип – до нього відносяться безтурботні і спокійні люди; вони орієнтовані на минуле, мрійливі і малоактивні, дотримуються балансу між роботою і відпочинком, відрізняються низькою вразливістю до стресу. Причинами стресу можуть стати або інші люди, або вимоги професійної діяльності, які порушують розмірений плин життя.

3. Совісний тип – до цього типу належать люди дріб'язкові, допитливі, педантичні, ретельні, догматичні і стабільні, консервативні і обов'язкові. Вони вірять авторитетам і підкоряються традиціям. Для них причинами стресу є в першу чергу інші люди, які порушують їхні плани і стереотипи поведінки. Для них зазвичай характерна середня ступінь уразливості по відношенню до стресу, але вони дуже чутливі до змін їх звичної життєдіяльності.

4. Нестійкий тип – до цього типу належать люди, які не можуть постояти за себе і відстояти свої права. Такі люди прагнуть догоджати іншим і уникають міжособистісних конфліктів, бояться конфронтації і проблемних відносин з іншими. Взагалі відчують внутрішню напругу на ґрунті міжособистісних відносин, що і є частою причиною стресу.

5. Життєлюбний тип – люди, які відносяться до цього типу, життєлюбні, сильні, енергійні, живуть повноцінним життям, жадають нових подій і вражень, імпульсивні і ризиковані, для них характерна

часта зміна інтересів. Причинами стресу для людей цього типу є рутинне і нудне життя і надмірне внутрішнє напруження, яке істотно підвищує вразливість до стресу.

6. Тривожний тип – люди, що належать до цього типу, відрізняються високою вразливістю до стресу, відчувають занепокоєння з приводу можливих невдач, орієнтовані на майбутнє і надмірно рефлексують, характеризуються високим внутрішнім напруженням при низькій самооцінці. Причинами стресу для тривожного типу особистості є відповідальна робота і різкі зміни в житті.

В. Дібшлаг виділив шість причин організаційних стресів: інтенсивність роботи; домінування фактора часу; недостатність або висока інтенсивність спілкування; монотонія; різні зовнішні впливи; різке порушення нормальної системи (порядку) роботи.

Перераховані види стресу, за винятком фізіологічного, характеризуються наявністю таких ознак, як індивідуально-психологічна своєрідність процесів психічного відображення суті екстремальних ситуацій (незалежно від їх природи) і особистісних особливостей по їх подоланню.

Поняття та характеристика стресостійкості

Стресостійкість – це комплекс рис характеру, які дозволяють людині залишатися здоровою і ефективною навіть при великих навантаженнях. Під стресостійкість розуміють вміння спокійно реагувати на конфліктні або неоднозначні ситуації. [10, 36; 14, 432]

Стрес розглядається як неспецифічна реакція організму у відповідь на несподівану та напружену ситуацію (втома, біль, конфлікти, приниження, тощо), що мобілізує резерви організму і готує його до фізичної або психологічної активності, а також визначає певний тип поведінки особи: спротив, боротьба, втеча.

Поняття «стресостійкість» визначається як:

- несприйнятливність до емоціогенних факторів, з одного боку, а з іншого – як здатність контролювати і стримувати виникаючі астенічні емоції ;

- здатність людини переносити великі фізичні та розумові навантаження, успішно вирішувати завдання в екстремальних ситуаціях, зберігати здоров'я в середовищі з поганою екологією; вона залежна від функціональної організації головного мозку, яка визначається як її природними властивостями, так і впливом на неї факторів середовища ;

- інтегральна властивість особистості, що характеризується такою

взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних та мотиваційних компонентів психічної діяльності людини, які забезпечують оптимальне успішне досягнення мети діяльності в складній обстановці;

- «Емоційна стійкість» .

Виділяються рівні стресостійкості: високий – людина мало піддається стресу; середній – деякі стресові події можуть порушити рівновагу; низький – людина дуже гостро реагує на стрес.

Високий рівень стресостійкості дозволяє людині залишатися впевненою в собі в різних ситуаціях, які іншу привели б до стану паніки і душевного сум'яття. Зазвичай таких людей називають сильними і витривалими, приписуючи їм неймовірну силу характеру і твердість духу. Тим часом, слід пам'ятати про те, що різні переживання є у всіх людей без винятку. Неможливо бути завжди сильним і брати на себе надзавдання. Просто хтось успішно навчився з ними справлятися, а інші продовжують нескінченно скаржитися на життя. Високий рівень розвитку стресостійкості дозволяє людині залишатися спокійною і незворушною навіть в моменти сильного емоційного напруження.

Середній рівень стресостійкості притаманний більшості людей. Цей рівень відображає здатність активно протистояти повсякденним неприємностей. Негаразди і труднощі трапляються у кожного, в цьому немає нічого надприродного. У звичайному житті люди вміють успішно справлятися з ними: переживають розрив відносин, проблеми на роботі, період гострої нестачі коштів. Середній рівень стресостійкості змушує постійно шукати кращий вихід з ситуації, що склалася. Відсутність матеріального благополуччя може стати хорошим стимулом до того, щоб почати працювати над собою і своїм характером, удосконалювати наявні навички та здібності.

Низький рівень стресостійкості характеризує слабку особистість. Такій людині часом досить складно пристосуватися до умов, що змінюються. Їй здається, що обставини сильніше за неї і нічого не можна з цим зробити. Низький рівень розвитку стресостійкості спостерігається, найчастіше, у тих, хто пережив в житті якесь серйозне потрясіння. Такі люди губляться навіть в несерйозних проблемах, коли вирішити труднощі не складно. Зазвичай нездатність вирішувати повсякденні завдання пов'язана з розвитком сильної емоційної сприйнятливості. Надчутливість змушує особистість постійно реагувати на будь-які несприятливі події, дії або вчинки оточуючих.

Стресостійкість особистості – це вміння долати труднощі, пригнічувати свої емоції, проявляючи витримку і такт. Стресостійкість визначається сукупністю особистісних якостей, що дозволяють людині

переносити значні інтелектуальні, вольові та емоційні навантаження, зумовлені життям та без особливих шкідливих наслідків для свого здоров'я. [13, 155-162; 14, 432]

Існує класифікація стресостійкості, за якою всі люди розділені на 4 типи:

Стресонестійкі. Люди з низьким рівнем адаптації до зовнішніх умов, з непорушними установками і поняттями, не схильні змінювати свою поведінку залежно від обставин. Будь-які несподіванки або навіть натяк на них в майбутньому є для них стресовим впливом. У напружені моменти вони не можуть діяти швидко і конструктивно.

Стресотренувальні. Адаптуються поступово і тільки на поверхневому рівні, невимушеному, безболісному. Якщо з об'єктивних причин потрібні більш серйозні зміни в житті, цей тип легко стає дратівливим і навіть може впасти в депресію. Однак з часом, коли накопичується досвід подолання критичних ситуацій, цей тип реагує на стресові впливи більш спокійно і навіть може стати в такій ситуації лідером, який пропонує конструктивні варіанти вирішення проблем.

Стресотормозні. Мають жорсткі принципи і установки, однак згодні на «точкові» зміни, щоб далі вести звичний їм спосіб життя – наприклад, кардинально змінити сферу діяльності. У низці стресових впливів, особливо уповільнених, цей тип втрачає самовладання і перестає контролювати свої емоції.

Стресостійкі. Гостро відчують загальну нестійкість світу і тому спокійно ставляться до будь-яких змін. Зворотний бік цієї якості – іронічне ставлення до стабільності, схильність постійно перетворювати світ навколо себе, аж до революцій. Як стресовий вплив такі люди сприймають тільки особисті або сімейні катастрофи і часто залишаються байдужими до стресових реакцій інших людей.

Типи людей по стресостійкості не закріплені жорстко за кожним на все життя, цю якість можна в собі розвинути, як і будь-яку іншу. До багатьох вона приходить природним чином в міру накопичення життєвого досвіду, іншим потрібна допомога фахівців, духовні або психологічні практики. Однак надмірна робота в цьому напрямку може призвести в повсякденному житті до апатії, цинізму, жорстокості. Слід пам'ятати, що мета розвитку стресостійкості – виживання в соціумі, а не протиставлення себе йому.

Деякі автори розглядають стресостійкість як одну з підструктур готовності людини до діяльності в напружених ситуаціях. Так, Дьяченко М.І. і співавтори(1985) вважають, що серед факторів, від яких залежить рівень і успіх діяльності фахівців в напружених ситуаціях,

особливе значення має готовність до них. Вона сприяє швидкому і правильному використанню знань, досвіду, особистих якостей, збереження самоконтролю і перебудові діяльності при появі непередбачених перешкод. До числа зовнішніх і внутрішніх умов, що обумовлюють готовність, дані дослідники відносять: зміст поставлених завдань, їх складність, новизну; обстановку діяльності, мотивацію, оцінку ймовірності досягнення мети, самооцінку, нервово-психічний стан і крім того, емоційну стійкість до стресової ситуації. [16, 352]

Найбільш повне визначення стресостійкості дає П.Б. Зільберман (1974), характеризує її як «інтегративну властивість особистості, що характеризується такою взаємодією емоційних, вольових, інтелектуальних та мотиваційних компонентів психічної діяльності людини, які забезпечують оптимальне успішне досягнення мети діяльності в складній емотивній обстановці». Н.І. Бережна розглядає стресостійкість як якість особистості, яка складається із сукупності таких компонентів:

- а) психофізіологічного (тип, властивості нервової системи);
- б) мотиваційного. Сила мотивів визначає значною мірою емоційну стійкість. Один і той же людина може виявити різну ступінь її в залежності від того, які мотиви спонукають його проявляти активність. Змінюючи мотивацію можна збільшити (або зменшити) емоційну стійкість;
- в) емоційного досвіду особистості, накопиченого в процесі подолання негативних впливів екстремальних ситуацій;
- г) вольового, який виражається в свідомій саморегуляції дій, при введенні їх у відповідність до вимог ситуації;
- д) професійної підготовленості, інформованості та готовності особистості до виконання тих чи інших завдань;
- е) інтелектуального – оцінка вимог ситуації, прогноз її можливої зміни, прийняття рішень про способи дій.

Стресостійкість визначається темпераментом, латеральним профілем (індивідуальним поєднанням провідної півкулі мозку і провідних модальностей), рисами характеру. Якщо темперамент (тип вищої нервової діяльності), в основному, передається у спадок, і мало піддається корекції, то латеральний профіль і риси характеру можна коригувати, підвищуючи стійкість до стресів. На латеральний профіль людини гарний вплив може надати нейропсихологічна корекція, спрямована на зміцнення міжполушарної взаємодії в мозку. А над рисами характеру, такими, як схильність до самоїдства, гіпервідповідальність, перфекціонізм, прокрастинація і іншими, що

істотно знижують стресостійкість людини, можна працювати за допомогою психотерапії.

Стрес може виявлятися фізично і емоційно. До фізичних симптомів відносяться: рясне потіння; біль у спині або грудях; судоми або м'язові спазми; непритомність, головний біль; високий кров'яний тиск; поколювання в кінцівках; нервові судоми; розлад шлунку.

Серед емоційних проявів стресу спостерігаються: злість; занепокоєння; емоційне вигоряння; депресія; проблеми з концентрацією; втома; невпевненість у собі; забудькуватість; дратівливість.

При тривалому впливі стресу людина починає себе вести певним чином. Для неї може бути характерним переїдання або ж відсутність апетиту, раптові спалахи гніву, зловживання алкоголем, куріння і прийом наркотиків, соціальна ізоляція.

Подолання стресових ситуацій буде більш успішним, якщо реакція індивіда відповідає вимогам ситуації. Одним з важливих параметрів потенційної відповідності між подоланням і ситуаційними оцінками є сприймання контролю над ситуацією, який можливий при адекватній самооцінці. Здатність студента чинити опір впливам стресу багато в чому залежить від особливостей його особистісних рис, в тому числі і від самооцінки.

Внутрішня життестійкість – це здатність людини зберігати душевну рівновагу та емоційну стабільність у складних ситуаціях, справлятися з викликами і стресовими ситуаціями, зберігати позитивне ставлення до життя і сенсу свого існування. [21, 319]

Внутрішня життестійкість людини залежить від багатьох факторів, таких як генетична схильність, виховання, соціальний і культурний контекст, життєвий досвід і ставлення до себе та інших. Вона є важливим фактором у житті кожної людини, оскільки дає можливість адаптуватися до навколишнього середовища, розвиватися та досягати успіху в різних сферах життя.

Внутрішня життестійкість допомагає зберігати оптимізм і позитивний погляд на життя навіть у складних ситуаціях. Вона дозволяє людині зберігати свою енергію та ресурси для вирішення проблем і викликів, які виникають у її житті. Внутрішня життестійкість також допомагає підтримувати віру у власні сили та здатність до вдосконалення.

Загалом, внутрішня життестійкість людини є важливим фактором успіху та задоволеності життям. Вона дозволяє людині зберігати емоційну рівновагу та реалізовувати свій потенціал у різних сферах

діяльності, включаючи особисте, соціальне та професійне життя.

Внутрішня життєстійкість також є важливим фактором здоров'я та благополуччя людини. Люди з високим рівнем внутрішньої життєстійкості, як правило, мають менше проблем зі здоров'ям і успішніше справляються зі стресом. Вони краще пристосовуються до змін у житті та зберігають психологічне благополуччя навіть у складні періоди.

Внутрішня життєстійкість також може впливати на міжособистісні стосунки, оскільки люди з високим рівнем внутрішньої життєстійкості, як правило, більш емоційно зрілі та здатні співпереживати і співчувати іншим. Вони можуть бути менш конфліктними і більш здатними будувати здорові стосунки з іншими. [1, 480]

У сучасному світі, де люди стикаються з багатьма викликами та нестабільністю, внутрішня життєстійкість є дуже важливою як ресурс для збереження фізичного та психічного здоров'я, а також для досягнення успіху та задоволення в різних сферах діяльності.

Характерні риси внутрішньої стійкості особистості включають:

- Емоційна стабільність. Людина з високим рівнем внутрішньої стійкості може керувати своїми емоціями та залишатися емоційно стабільною навіть у складних ситуаціях. Вона може долати важкі емоційні перешкоди та зберігати позитивне ставлення до життя.

- Самоконтроль: Людина з високим рівнем внутрішньої стійкості має здатність контролювати свої дії та емоції, навіть в ситуаціях, коли це дуже складно. Вона може керувати своїми імпульсами та діяти відповідально та розумно.

- Довільність. Людина з високим рівнем внутрішньої стійкості має здатність контролювати свої думки та розумові процеси, що дозволяє їй приймати розумні та продумані рішення навіть в складних ситуаціях.

- Адаптивність. Людина з високим рівнем внутрішньої стійкості може адаптуватися до різних змін та нових обставин в житті, що дозволяє їй зберігати емоційну рівновагу та продовжувати рухатися вперед.

- Позитивне ставлення до життя. Людина з високим рівнем внутрішньої стійкості зберігає позитивне ставлення до життя та знаходить позитивні моменти навіть у складних ситуаціях. Вона може знаходити рішення навіть у негативних ситуаціях та зберігати оптимізм.

Ці якості допомагають людині залишатися стійкою та емоційно зрілою навіть у стресових ситуаціях. Людина з високим рівнем внутрішньої життєстійкості здатна досягти вищого рівня життєвого

успіху і бути більш задоволеною своїм життям. Вона здатна підтримувати своє психічне здоров'я навіть у важкі періоди життя і здатна досягати своїх цілей і прагнень.

Внутрішня стійкість також важлива для міжособистісних стосунків. Людина з високим рівнем внутрішньої життестійкості може бути прикладом для наслідування для інших і допомагати їм справлятися зі стресом та життєвими викликами. Вона може виступати в ролі лідера, знаходячи оптимальні рішення у складних ситуаціях і надаючи підтримку та поради іншим.

Таким чином, внутрішня життестійкість є важливим ресурсом для збереження фізичного і психічного здоров'я, для успіху і задоволення в різних сферах діяльності, а також для побудови здорових стосунків з іншими людьми.

Обґрунтування феноменів: «Я-концепція», «самооцінка» в науковій літературі

Студентський вік – особливий період розвитку людини, коли відбувається формування професійної майстерності та виховання майбутнього спеціаліста у вищому навчальному закладі. У цей період формуються важливі професійні якості особистості та розвиваються особистісні, вже раніше набуті. Однією з важливих складових майбутньої практичної діяльності психолога є його особисті якості, а саме образ Я, самооцінка та ціннісні орієнтації. Дивлячись на це необхідно розглянути, що саме являють собою ці феномени і який вплив вони мають на професійну діяльність майбутніх практичних психологів.

Я-концепція – провідне утворення онтогенетичного розвитку людини, центральна ланка самосвідомості, відносно стала, динамічна і певною мірою усвідомлена система уявлень особи про саму себе, цілісний образ власного Я, котрий узагальнює її самосприйняття такою, я вона є, хоче бути в ідеалі і має обов'язково стати.

Образ Я або Я-концепція розглядається у сучасній науковій літературі як *образ*, що складається у людини про власну особу, при цьому вона містить:

- а) усвідомлення своїх фізичних, інтелектуальних та інших властивостей;
- б) самооцінку;
- в) суб'єктивне сприйняття особистістю чинників, які впливають на неї.

Американський психолог У. Джеймс був першим, хто

запропонував ідею Я-концепції, це було представлено у його праці «Принципи психології» (1890 р.). Його теорія ґрунтується на тому, що людина є не лише суб'єктом, а й об'єктом пізнання, тобто вона здатна пізнавати саму себе. Таким чином, Джеймс запропонував виділити в структурі особистості два складові елементи:

1. Емпіричне *Ego* або *Me*. Має ієрархічну структуру і три складові:

- «фізична особа» (тіло людини і все, що людина може визнати своїм, наприклад, матеріальні речі, члени сім'ї);
- «соціальна особистість» (вся структура соціальних зв'язків і відносин людини);
- «духовна особистість» (сукупність здібностей, станів, в яких може перебувати людина).

2. Чисте *Ego*. Цей елемент має головну функцію – формування сукупності уявлень про себе, що відбувається за допомогою мислення та пам'яті.

Я-концепція – поняття, яке має вагоме значення у соціальній та гуманістичній психології. Льюїс припускає, що її розвиток має два аспекти:

▪ **Екзистенціальне Я.** Найосновніша частина Я-концепції; відчуття відокремленості та відмінності від інших. Дитина усвідомлює, що існує як окрема сутність від інших і продовжує існувати в часі та просторі. Згідно з Льюїсом, усвідомлення екзистенціального «Я» починається у віці двох-трьох місяців і виникає частково через зв'язок дитини зі світом. Наприклад, дитина посміхається, а хтось усміхається у відповідь.

▪ **Категоричне Я.** Усвідомивши, що людина існує як окрема істота, що переживає, дитина потім усвідомлює, що вона також є об'єктом світу. Я дитини починає ділитися на такі категорії, як вік, стать, розмір чи навички. Дві з перших категорій, які застосовуються – це вік «Мені 3» і стать «Я дівчина». У ранньому дитинстві. категорії, які діти застосовують до себе, дуже конкретні (наприклад, колір волосся, зріст і улюблені речі). Пізніше самоопис також починає включати посилення на внутрішні психологічні риси, порівняльні оцінки та те, як їх бачать інші.

Структуру Я-концепції, як сукупність установок до себе можна розглянути за американським психологом Р.Бернсом, який у своїх дослідженнях традиційно виділяє три компоненти: когнітивний, афективний та поведінковий:

- Когнітивний компонент включає в себе особисті, рольові і інші характеристики, а саме уявлення про власне тіло, якість власних

психічних процесів, уявлення про свій творчий та духовний потенціал, здібності та таланти. Ці компоненти можуть тим чи іншим чином впливати на поведінку особистості. Р. Бернс вказує на те, що когнітивна складова Я-концепції не сприймається людиною байдуже і об'єктивно, а пробуджує в ній оцінки і емоції, які залежать від соціального контексту, в якому знаходиться людина.

- Афективний аспект представляє собою дві основні складові – самооцінка та самоствавлення. Самовідношення тут сприймається як сума приватних самооцінок, або інтегральна самооцінка, або як ієрархічна структура, що включає приватні самооцінки. Дослідження К. Роджерса і У. Розенберга показало взаємозв'язок між позитивним прийняттям себе і прийняттям інших людей. Люди з адекватною самооцінкою, як правило, демонструють і адекватний стиль поведінки, не конфліктні і не виявляють психологічних захистів.

- Поведінковий аспект являє собою дії, які викликаються самовідношенням, при цьому конкретні дії людини можуть бути викликані як його Я-образами і самовідношенням, так і безліччю інших чинників.

Однією з важливих функцій Я-концепції є забезпечення внутрішньої узгодженості особистості, відносно сталої поведінки, при цьому не зважати на безперервний тиск проблемного світу, а також розвиток особистості через спілкування, поведінку, діяльність та вчинки.

Інтегральне значення Я-концепції полягає в забезпеченні гармонії психічного світу людини, збалансованого становлення її особистості – індивідуальності. Це підтверджують окремі теоретичні підходи, постулюючи, що людина йде дорогою досягнення максимальної внутрішньої злагоди і досягнення.

У науковій літературі також виділяють модальності Я-концепції, а саме Я-реальне, Я-ідеальне та Я-дзеркальне, при цьому кожен із трьох основних компонентів – когнітивний, афективний та поведінковий, можуть бути представлені у цих модальностях. Відповідно до теорії Р. Бернса Я-концепція людини складається двома шляхами: порівнянням Я-реального з Я-ідеальним і Я-реального з Я-дзеркальним (Я-соціальним).

Я-реальне являє собою систему приписуваних собі якостей, властивостей та характеристик на даний момент життя. Воно детермінує вибір найближчих цілей, рівня домагань, стратегій адаптації та життєвих стратегій в цілому.

Я-ідеальне – це бажане уявлення особистості про себе. Воно

містить в собі уявлення про бажані еталони поведінки, а також соціально бажані риси та якості людини.

Я-дзеркальне представляє комплекс уявлень людини про себе, що складається на основі відомих йому або передбачуваних їм оцінок себе іншими людьми і своїми реакціями на ці оцінки.

Крім цього, Я- концепцію описують також з боку змісту і характеру уявлень про себе, складності цих уявлень, їх суб'єктивної важливості для особистості, а також внутрішньої цілісності і послідовності, узгодженості, стійкості у часі (Я-минуле, Я- теперішнє, Я- майбутнє) (М. Розенберг).

Таким чином, вивчення Я-концепції як психологічного феномена є важливим для пояснення проблем соціальної поведінки людей, виявлення закономірностей у взаємовідносинах людини з його соціальним оточенням.

Самооцінка у більшості психологічних дослідженнях розуміється як емоційно-оціночна складова Я-концепції, тим самим приймає пряму участь в регуляції поведінки і діяльності особистості. Феномен самооцінка являє собою два взаємозалежні аспекти: процесуальний і структурний.

Самооцінка впливає на наші думки, почуття себе та поведінку. Такий вплив має значні наслідки для нашого задоволення від життя. Це значною мірою впливає на події в нашому житті, включаючи наші стосунки, нашу роботу, цілі, а також те, як ми дбаємо про себе та інших. Важкі події (хвороба чи втрата доходу) можуть короткостроково знизити нашу самооцінку, але незабаром ми повертаємось до позитивного мислення про себе та свого майбутнього. Люди зі здоровою самооцінкою почувають себе добре, навіть коли щось йде не так, як хотілося б, а коли ні, вони розглядають зовнішні причини, а також чесно оцінюють свої помилки й недоліки.

Феномен самооцінки розглядали багато відомих науковців-психологів, серед них: Р. Бернс, Л.І. Божович, У. Джемс, І.С. Кон, Л.М. Корнєєва, С. Куперсмит, Р.Д. Ленг, А.А. Налчаджян, А.А. Рєан, К. Роджерс, С.Л. Рубінштейн, А.Г. Спіркін, В.В. Столін, І.І. Чеснокова й інші.

У працях цих авторів приділяється увага суті самосвідомості й самооцінки, а також її структурі, функціям, можливостям і закономірностям формування.

Самооцінку можна розглянути з двох різних боків:

- Найважливіше утворення особистості, що бере участь в регуляції поведінки та діяльності людини та формується при активній

участі самої особистості та дає відображення її внутрішнього світу. Таким чином, ядром самооцінки є цінності.

- Самооцінка – стрижень процесу самосвідомості, показник рівня її розвитку.[22]

У наукових дослідженнях, під час розгляду феномену самооцінки, виділяють два її основні компоненти: когнітивний та емоційний, що функціонують нерозривно. Когнітивний компонент являє собою відображення знань людини про саму себе, а емоційний – ставлення до себе.

У психологічній літературі одним із ключових факторів розвитку самооцінки є спілкування з оточуючими, а також власна діяльність суб'єкту.

Під час спілкування засвоюються критерії оцінок, їх форми, види, способи оцінювання, в індивідуальному досвіді здійснюється їх апробація, наповнення особистісними смислами.

У більшості випадків самооцінка розглядається як один з головних компонентів самосвідомості особистості, при цьому єдиного визначення для самооцінки не існує.

О. Гуменюк описує самооцінку як цінність, що приписує індивід сам собі або окремим своїм якостям. Самооцінка є непостійним параметром, оскільки має тенденцію змінюватися залежно від обставин. На думку Гуменюк самооцінка відображає рівень розвитку почуття самоповаги, відчуття позитивного ставлення до всього, що належить до образу Я особистості.

Самооцінка являє собою важливу складову поведінки особистості, тим самим вона впливає на формування образу соціальної дійсності. Самооцінка у цьому випадку передбачає рівень довіри до різних джерел інформації, а також ставлення до них.

Самосвідомість займає центральне місце у психічному житті індивіда, самооцінка охоплює світ моральних цінностей, стосунків, можливостей. Таким чином, можна зробити висновок, що наскільки особистість сприймає себе у суспільстві (занижує або завищує самооцінку, відчуває себе однією з ланок) настільки вона впливає на її подальше існування.

Таким чином, самооцінка – це відображення внутрішнього світу особистості. Вона існує в структурі регуляції поведінки. Особистість не завжди відчуває її присутність, при цьому вона є основою порівняння своїх можливостей, якостей з вимогами та завданнями, які висуваються суспільством, або ситуаціями соціальної взаємодії.

Підсумовуючи, формування особистості можна назвати

багаторівневим процесом, де кожний рівень уособлює певну властивість особистості. Всі рівні взаємодіють та функціонують в залежності одна від одної. Розглядаючи феномені самооцінки, ціннісних орієнтацій, стресостійкості, самосвідомості слід враховувати їх тісний зв'язок. Ці феномени впливають на особистість та її майбутню професійну діяльність.

Список використаної літератури

1. Аршава І.Ф. Емоційна стійкість людини та її діагностика. – Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора психологічних наук за спеціальністю 19.00.02 – психофізіологія. – Дніпропетровський національний університет. Дніпро, 2007 рік Інститут психології імені Г.С. Костюка АПН України, Київ, 2007 рік. С. 480.
2. Бочелюк В. Й. Трансформація особистості в період глобальної соціально-економічної кризи. *Науковий вісник Херсонського національного університету. Серія «Психологічні науки»*. Вип. 3. 2019. С. 114-121.
3. Великий енциклопедичний юридичний словник / за ред. Ю. С. Шемшученка. Київ : Юридична думка, 2007. 992 с.
4. Гальцева Т.О. Трансформація особистості в період проживання життєвих криз. с. 72-89. в кол монографії за заг. ред. Л.М. Пріснякової. Трансформації особистості в умовах соціально-політичних та економічних змін. Дніпро. 2023. 251 с.
5. Горностаї П. П. Криза як зміна життєвих ролей особистості. *Психологія життєвої кризи* / відп. ред. Т. М. Титаренко. Київ, 1998. URL : <http://gorn.kiev.ua/publ00.htm> (дата звернення: 02.04.2023)
6. Гридковець Л. М. Світ життєвих криз людини як дитини своєї сім'ї, свогороду та народу: монографія. Львів : Скриня, 2016. 380 с.
7. Заїка В. М. Типологічні моделі ініціювання особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів особистості : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Луцьк, 2015. 20 с.
8. Карамушка Л. М., Снігур Ю. С. Копінг-стратегії: сутність, підходи до класифікації, значення для психологічного здоров'я особистості та організації // *Актуальні проблеми психології*. Т. І. Вип. 55. 2022. С.23–30.
9. Корольов Д. К. Структура, детермінанти та функції емоційно-оціночного ставлення до життя. дис. кандидата психол. Наук : 19.00.01. Корольов Дмитро Костянтинівич. Київ, 2000. 216 с.
10. Корольчук В. М. Стресостійкість, як адаптивний потенціал особистості / В. М. Корольчук. / *Індивідуальні психофізіологічні особливості людини та професійна діяльність: матеріали IV науково-практичної конференції*. / Нац. акад. наук України, М-во освіти і науки України . – Черкаси : Видавництво ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2009 рік. С. 36.
11. Корольчук М. С., Крайнюк В. М. Соціально – психологічне

забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: Навчальний посібник для студентів ВНЗ / М.С. Корольчук В. М. В. М. Крайнюк. Київ : «Ніка-Центр», 2009 рік. С. 580.

12. Корольчук М. С. Основні поняття та категорії адаптації М. С. Корольчук / Індивідуальні психофізіологічні особливості людини та професійна діяльність: матеріали IV науково-практичної конференції. / Нац. акад. наук України, – М-во освіти і науки України. Черкаси : Видавництво: ЧНУ імені Богдана Хмельницького, 2009 рік. С. 37.

13. Крайнюк В. М. Механізми формування стресостійкості особистості / В.М. Крайнюк // Збірник наукових праць Інституту психології імені Григорія Силевича Костюка АПН України / за редакцією: С. Д. Максименка. Київ. 2004 рік Т. 6. Випуск № 7. С.155 – 162.

14. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості: монографія. В. М. Крайнюк. Ніка-Центр, 2007. 432 с

15. Кризова психологія: навчальний посібник / за заг. ред. проф. О. В. Тімченка. Харків : НУЦЗУ, 2010. 401 с.

16. Лушин П. В. Психология личностного изменения : дис. ... докт. психол. наук : 19.00.01. Киев, 2003. 352 с.

17. Максименко С. Д. Особистість як суб'єкт подолання життєвих криз / Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монограф. / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. С. 1–9.

18. Трансформації особистості в умовах соціально-політичних та економічних змін. Кол монографія за заг. ред. Л.М. Пріснякової.. Дніпро. 2023. 251 с.

19. Психосоціальна допомога в роботі з кризовою особистістю : навчальний посібник / наук. ред. та керівник проблем. групи Л. М. Вольнова. Київ, 2012. 275 с.

20. Титаренко Т. М. Испытание кризисом. Одиссея преодоления. Київ, 2009. 277 с.

21. Чиханцова О. А. Психологічні основи життєстійкості особистості : монограф. Київ : Талком, 2021. 319 с.

РОЗДІЛ VII

ФОРМУВАННЯ ПОВЕДІНКОВИХ МЕХАНІЗМІВ В УМОВАХ ІННОВАЦІЙНОГО СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ

Катерина САХАРОВА

доктор філософії,
старший викладач кафедри
психології та педагогіки

*(Дніпропетровський державний
університет внутрішніх справ)*

ВПЛИВ ІННОВАЦІЙНОГО СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ НА ПОВЕДІНКУ СПІВРОБІТНИКІВ

В умовах повномасштабної війни, яку веде росія на території нашої країни, спостерігається уповільнення економічного зростання та вимушені структурні зміни, зокрема релокація бізнесу. Попри це, відбувається стрімка цифрова трансформація усіх сфер суспільної діяльності, нові інформаційні технології швидко проникають у галузі промисловості та трансформують або навіть змінюють бізнес-моделі. Середовище, з яким стикаються українські компанії, стає все більш мінливим, складним і непередбачуваним. Якщо компаніям не вдається протистояти ризикам і вчасно впоратися зі складними ситуаціями, вони закриваються, а люди залишаються без роботи. Дослідження показали, що імпровізація є важливою здатністю компаній справлятися зі швидкими змінами та отримувати несподівані можливості в складному та нестабільному середовищі (Джексон та Філіп, 2010).

Але імпровізація підприємства зводиться до імпровізаційної поведінки співробітників, щоб мати справу з невизначеністю навколишнього середовища та виникаючими проблемами. Існуюча література підтверджує позитивні результати імпровізаційної поведінки, такі як ефективність індивідуальних або організаційних інновацій (Реан, 2015), ефективність прийняття командних рішень, підприємницька орієнтація (Лі та ДжаЮ, 2014), конкурентна перевага (Вонг, 2017) та корпоративні показники. Хоча важливість імпровізаційної поведінки індивіда була з'ясована, механізми ефективного сприяння таких

поведінці ще не напрацьовані. Дослідження показали, що передумови імпрровізаційної поведінки на індивідуальному рівні в основному включають особисті якості, а також людський і соціальний капітал індивіда. Більше того, на імпрровізаційну поведінку співробітників також впливає керівництво організації (Вонг та Джангх, 2015). Однак мало роботи було зроблено для оцінки факторів, особливо факторів організаційного середовища, які впливають на імпрровізаційну поведінку співробітників (Реан, 2015).

Інноваційний психологічний клімат привернув увагу таких українських дослідників, як Н.Войтович (2001), О. Гуменюк (2002), О. Фурман (2015), Т.Яценко (2002) та ін. Згідно з теорією обробки соціальної інформації, психологія та поведінка працівників залежать не лише від індивідуальних потреб чи цілей, а й від навколишнього середовища, яке містить певну соціальну інформацію, яка може впливати або регулювати психологію та поведінку людей. Люди можуть оцінювати інформацію як більш-менш пов'язану з певним ставленням. Для співробітників джерелом інформації є безпосереднє організаційне оточення людини, яке дає працівникам підказки для створення та інтерпретації подій. Мамфорд і Густафсон (1988) виявили, що індивідуальні інновації є результатом складної взаємодії між людьми та середовищем або контекстом. Як форма навмисної екстемпоральної композиції та виконання нової дії (Мурманн та Мінер, 1998), імпрровізаційна поведінка співробітників повинна бути невіддільною від організаційного середовища або клімату. Відповідно до обробки соціальної інформації ми припускаємо, що організаційний інноваційний клімат може позитивно впливати на імпрровізаційну поведінку співробітників.

Крім того, організаційне середовище також надає інформацію про те, якими мають бути ставлення та думки особи (Саланчик, Файфер, 1978). Для співробітників організаційний інноваційний клімат як соціальний контекст також забезпечує опосередкований вплив, за допомогою якого індивіди використовують для побудови психологічної заяви та поведінки результатів. Цзоу та Іннь (2017) виявили, що організаційний інноваційний клімат вивільняє членам менше міжособистісних сигналів ризику та заохочує до ризикованої поведінки. Через інтерпретацію кліматичного сигналу безпеки, з одного боку, члени організації сприймуть своє власне психологічне сприйняття безпеки та дослідять організаційне середовище з більш позитивним настроєм, таким чином сформувавши оптимістичне ставлення та почуття надії. З іншого боку, вони будуть більш відкритими в обміні

знаннями і навіть пропонуватимуть нові рішення проблем (Го та Чжао, 2017). Таким чином, члени організації можуть обробляти та сприймати більше інформації та швидко розуміти зміни зовнішнього середовища, щоб уникнути більшої невизначеності. Все вищезазначене, безсумнівно, підвищить здатність членів бути більш кмітливими, а також покращить їхню впевненість у собі та ефективність у вирішенні проблем у роботі та виході зі скрутного становища (Бергейм та ін, 2015). Виходячи з цієї логіки, ми передбачаємо, що сприйняття співробітниками психологічної безпеки є критично важливою посередницькою змінною між інноваційним кліматом організації та імпровізаційною поведінкою. Тобто співробітники, які оточені організаційним інноваційним кліматом, швидше за все, переведуть сприйняття психологічної безпеки на імпровізаційну поведінку.

Крім того, вочевидь, творча самоефективність співробітників також пом'якшує зв'язок між інноваційним кліматом організації та психологічною безпекою. Декілька авторів зазначають, що імпровізація може бути за своєю суттю стресовою діяльністю, яку потрібно проводити в організаціях. І ми очікуємо, що психологічне напруження від імпровізаційної поведінки буде ще більшим для співробітників, оскільки невдача для них, ймовірно, матиме надзвичайно серйозні наслідки – вплинути на репутацію в організації або на їх продуктивність. Однак навіть в тому самому організаційному інноваційному кліматі різні співробітники з різними особистими рисами демонструватимуть різний рівень імпровізаційної поведінки. У ситуаціях, повних невизначеності та ризику, можна очікувати, що ключовою особистісною рисою стане творча самоефективність особистості (Тернер та Фарнер, 2002). Дослідження виявили, що індивідуальна самоефективність є ключовим фактором зв'язку зовнішнього середовища з індивідуальною поведінкою (Хі, Чжоу, 2020). Співробітники потребують достатньо сміливості та рішучості, щоб досягти позитивних і творчих результатів, оскільки імпровізаційна поведінка – це процес, повний несподіваних ризиків, конфліктів, невизначеності та навіть невдач. Таким чином, на наш погляд, для працівників, які мають вищий рівень творчої самоефективності, організаційний інноваційний клімат з більшою ймовірністю матиме позитивний вплив на їх імпровізаційну поведінку.

Попередні чинники імпровізаційної поведінки чи здібностей досі не були повністю обговорені в існуючій літературі. Для того, щоб покращити наше розуміння того, як сприяти імпровізаційній поведінці співробітників, слід розглянути попередні фактори з точки зору

організаційного клімату.

У попередніх дослідженнях переважно аналізують позитивний вплив імпровізаційної поведінки на нещодавно створених підприємствах, але ігнорують існуючі компанії. Насправді зрілі компанії, особливо від тих, хто працює у сфері обслуговування, також вимагає від працівників спонтанної та творчої поведінки, оскільки вони зазвичай стикаються з несподіваними ситуаціями. Досі існує суттєва нестача відповідних емпіричних досліджень із співробітниками, які працюють у сервісних компаніях. Таким чином/зокрема, як організаційний інноваційний клімат впливає на психологічне сприйняття співробітників і сприяє їх імпровізації, досі не вивчено.

Слід також звернути увагу на сповільнювальну роль творчої самоефективності у взаємозв'язку між інноваційним кліматом організації та імпровізаційною поведінкою співробітників.

Дослідження поведінки під час імпровізації вперше з'явилися в галузі мистецтва, наприклад у музиці, драмі та особливо в джазі (Хуанг та Пенг, 2012). Імпровізаційна поведінка в мистецтві означає, що виконавці не грають за сценарієм, а активізують імпровізаційні дії під час вистави на основі сцен. У 1990-х роках вчені ввели термін «імпровізаційна поведінка» в дослідження організаційної поведінки. Ранні дослідження були зосереджені на ролі організаційних угод у створенні стабільності з точки зору поведінки (Нельсон та Вінтер, 1982). Подальші дослідження дедалі більше усвідомлювали важливість гнучкості для того, щоб учасники організації могли впоратися з невизначеними ситуаціями (Тьорнер та Ріндова, 2012). Інтерес дослідників організаційного менеджменту до імпровізаційної поведінки ґрунтується на тому факті, що традиційні висхідні підходи до вирішення складних ситуацій відповідно до заздалегідь спланованих процесів не сприяють розвитку здатності працівників справлятися з невизначеністю. Імпровізаційна поведінка характеризується «новаторством» і «спонтанністю». Саме інноваційні та корисні рішення людей дозволяють їм постійно адаптуватися та швидко справлятися зі складними ситуаціями. Таким чином, важливою метою управління людськими ресурсами є віднайдення способів покращення здатності співробітників до імпровізації. Прагнучи досягти мети, менеджери повинні розуміти чинники, що лежать в основі, а також механізм мотивації імпровізаційної поведінки співробітників.

Ставлення та поведінка співробітників значною мірою залежить від того, чи є клімат їх організації інклюзивним і стимулюючим. Як форма організаційного клімату, організаційні інновації формуються її

політикою, процесами та винагородами, і є ступенем організаційної підтримки інновацій, яку сприймають співробітники. Амабейл та ін. (1996) виявили, що сприйняття працівниками робочого середовища впливає на їхню внутрішню мотивацію, що призводить до відмінностей в індивідуальній поведінці. Організаційне спільне сприйняття підтримки інновацій, сформоване членами, є поведінково-орієнтованим. Якщо працівники вважають, що організація надає ресурси та допомогу, необхідні для інновацій, вони, як правило, генерують новаторську поведінку. Імпровізаційна поведінка визначається як процес відходу від організаційного регулювання та інтеграції творчих рішень протягом короткого періоду часу для вирішення надзвичайних ситуацій. Таким чином, імпровізація є поєднанням «спонтанності» та «новаторства» (Вера та Кроуссон, 2005). Традиційна точка зору стверджує, що дії індивідів мають часову послідовність між композицією та реалізацією, тоді як імпровізація має високий ступінь часової агрегації в процесі створення та виконання (Мурман та Мінер, 1998).

Таким чином, люди повинні негайно відреагувати та відновити існуючі ресурси для формування дії (ЧунХа та ін., 1999). Будучи інноваційним процесом, імпровізаційна поведінка означає спробу розробки нових речей, пов'язаних із наявними ресурсами чи ситуацією. Тому імпровізація – це нетрадиційна поведінка, яка підкреслює цінність інновацій і відхиляється від організаційної практики. У повсякденній роботі існує імпровізація, яка може бути вдосконаленням практики або новим засобом/способом виконання завдань чи управління (Дьясо, 2016).

Попередні дослідження показали, що індивідуальна імпровізація означає навмисний вибір відхилення від усталених організаційних практик або відмови від них для вирішення нагальних проблем (Магні та ін., 2018). Однак імпровізаційна поведінка – це, по суті, невизначена дія «проб і помилок», що означає певний ступінь ризику для індивіда. Таким чином, індивідуальна імпровізація може призвести до позитивних або негативних наслідків (Вера та Кроуссон, 2005). Виконання цієї дії залежить від індивідуального ставлення або психології до ризику. Згідно з теорією обробки соціальної інформації, на поведінку індивіда впливає конкретний організаційний контекст або середовище, в яке він або вона включені. Якщо організація створює клімат, який підтримує та заохочує інновації, і стає загальним переконанням або нормою, яку поділяють її члени, вони будуть достатньо сміливими, щоб спробувати імпровізувати та адаптуватися до ситуації, а не дотримуватися правил і норм. Члени організацій з

високим рівнем інновацій, як правило, обговорюють і кидають виклик статус-кво в конструктивний спосіб, з метою вивчення нових ідей і рішень, які найкраще підходять для певної діяльності. Чжен та ін. (2009) припустили, що психологічне сприйняття і досвід інноваційного клімату в організації допомагає їм культивувати, розвивати та застосовувати свої інноваційні здібності. Творчість впливає з чутливості особистості до навколишнього середовища. Чим менше стримуючих факторів у середовищі, тим більше воно допомагає людині подолати когнітивну інерцію та сформувану нову когнітивну парадигму (Вонг та Чжан, 2017). Базуючись на «інноваційному» відтінку імпровізованої поведінки, ми вважаємо, що створення організаційного інноваційного клімату, який заохочує прорив у традиційних підходах до пошуку нових рішень проблем, може допомогти покращити інноваційне мислення членів і сприяти імпровізаційній поведінці. Відповідно до цього ми підтримаємо думку, що організаційний інноваційний клімат позитивно пов'язаний з імпровізаційною поведінкою співробітників.

Кан (1990) запропонував, що індивідуальна психологічна безпека – це суб'єктивний стан, коли люди не повинні турбуватися про їх негативний вплив на свій імідж, статус і розвиток кар'єри при самопрезентації. Коли люди виконують завдання або дію, вони можуть визначити, чи це негативно вплине на їхній власний розвиток або репутацію. Таке занепокоєння часто чинить певний тиск на людину та зменшує її готовність спробувати імпровізаційну поведінку. І оцінка ризику, як правило, задовольняє ризиковані потреби несподіваної поведінки. Тому, приймаючи рішення щодо поведінки, співробітники компанії будуть своєчасно робити висновки на основі клімату на робочому місці або досвіду роботи. Таким чином, загальне середовище організації визначає появу або придушення інновацій або експромтної поведінки співробітників.

Відповідно до теорії обробки соціальної інформації, коли організація передає сигнал для підтримки інноваційних ідей або творчого виконання співробітника, вони розпізнають та інтерпретують сигнал і відповідним чином реагують. Якщо переданий організацією сигнал збігається з цінностями або переконаннями людини, психологічна безпека співробітників також буде підвищена. Їм не потрібно турбуватися про свою репутацію чи кар'єрний розвиток (Юн та ін, 2022), і вони наважаться бути більш вправними в імпровізації. Су та ін. (2015) встановлено, що організаційний інноваційний клімат позитивно впливає на психологічну безпеку працівників, таким чином сприяючи їх інноваційній поведінці. З одного боку, сприйняття

працівниками більш високого рівня психологічної безпеки з боку організації допоможе зменшити їхнє занепокоєння щодо ризику імпровізації. Вони можуть вільно говорити в робочому середовищі, яке заслуговує довіри, і вживати активних дій у соціальних взаємодіях і на робочому місці. Психологічна безпека може ефективно підвищити залучення співробітників до інноваційної роботи. З іншого боку, оскільки учасники сприймають вищий рівень психологічної безпеки, вони більш охочі ділитися невидимими знаннями, необхідними для імпровізаційної поведінки (Хі, Сун, 2020). Дослідження показали, що для того, щоб зберегти свою конкурентну перевагу, багато працівників часто не бажають ділитися своїми унікальними та цінними знаннями та здібностями. Однак це може серйозно перешкоджати поширенню досвіду роботи або інноваційних знань і навичок, тим самим перешкоджаючи здатності працівників справлятися з несподіваними ситуаціями. Якщо співробітники працюють в середовищі з сильним кліматом психологічної безпеки, вони створять робочі відносини з взаємною довірою, взаємною підтримкою, взаємним обміном і взаємним вдосконаленням, що допоможе співробітникам виявляти нові ситуації та виклики та реагувати на них. Іншими словами, працівники з вищою психологічною безпекою можуть відчувати більше бадьорості на роботі. Це може зробити співробітників більш готовими довіряти своїм керівникам і колегам, вимірювати й оцінювати потенційні прибутки та втрати, зрештою вирішують піти на ризик і, швидше за все, діятимуть експромтом перед лицем труднощів і надзвичайних ситуацій. Можна припустити, психологічна безпека відіграє посередницьку роль між інноваційним кліматом організації та імпровізаційною поведінкою співробітника.

Самоефективність – це своєрідна психологічна віра, коли люди намагаються досягти певної мети (Ху та Шен, 2020). Це вплине на емоційний спосіб мислення, вибір і поведінку людей. Як важливе психологічне пізнання, самоефективність – це переконання співробітника в подоланні труднощів. Це важлива рушійна сила для демонстрації поведінки. Це мобілізує емоції та мотивацію співробітників і вплине на їхні зусилля та активну поведінку. Особи з високою самоефективністю мають сильнішу мотивацію вибирати складні завдання, вони ставлять перед собою більш високі цілі та дотримуються їх. Дослідження показали, що самоефективність розглядається як позитивний когнітивний фактор, який є рушійною силою індивідуальної саморегуляції або позитивним відображенням психічного стану (Вонг та Чжан 2018). Коли співробітники працюють у

компанії з високою автономією та гармонійною атмосферою, вони можуть краще розвивати власні здібності та планувати розвиток кар'єри. Зіткнувшись з якимись несприятливими факторами, вони можуть активно шукати ефективні рішення. Тобто самоефективність відіграє певну роль в управлінні державним регулюванням. Моррісон і Фелпс (1999) виявили, що самоефективність значною мірою пов'язана з індивідуальними добровільними зусиллями та змінами на робочому місці. Люди з високою самоефективністю схильні активно оцінювати свою здатність долати ризики, пов'язані з новими діями.

Як форма самоефективності, творча самоефективність відноситься до віри індивіда в його здатність створювати творчі результати (Тернер та Фарнер, 2002) – важливої змінної, яка впливає на імпровізаційну інноваційну поведінку співробітників, а також на результат оцінки співробітниками своєї здатності виконувати імпровізацію. Це допомагає працівникам активно справлятися з труднощами, ризиками та невизначеністю, що виникають у процесі інновацій, мотивуючи їх генерувати та впроваджувати інноваційні ідеї (Малік та ін, 2015). Оскільки самоефективність відіграє важливу роль у регулюванні індивідуального сприйняття (Вонг та Жчан, 2012), його рівень впливатиме на використання ними когнітивних стратегій і посилить/пом'якшить вплив індивідуального пізнання на поведінку. Можна припустити, що вплив організаційного клімату на психологічну безпеку може бути пом'якшений творчою самоефективністю. Зокрема, для працівників з низькою творчою самоефективністю вони недостатньо впевнені, щоб досягти успіху в досягненні творчих результатів (Вонг та Жчан, 2012), і не бажають активно шукати мутаційні стимули та інформацію, які можуть стимулювати інновації (Малік та ін, 2015). Хоча організація може забезпечити високий рівень організаційного інноваційного клімату та психологічної безпеки для індивідів, ті з низькою творчою самоефективністю виберуть існуючі парадигми в організації, а не будуть імпровізувати. Навпаки, для працівників з високою творчою самоефективністю їхня віра в успіх може ефективно полегшити їхнє занепокоєння. Їм легше генерувати та впроваджувати інноваційні ідеї, ніж зберігати організаційні звички чи традиції, коли мають справу з труднощами чи надзвичайними ситуаціями. Незалежно від того, чи є рівень психологічної безпеки високим чи низьким, співробітники з високою креативністю та самоефективністю вирішать кинути виклик існуючій парадигмі в організації перед обличчям складних, непередбачуваних та ризикованих експромтів і активно реагувати на труднощі. Тому творча

самоефективність відіграє позитивну модеруючу роль у зв'язку між інноваційним кліматом організації та імпрровізаційною поведінкою співробітників.

Імпрровізація організацій значною мірою відображається в спонтанних інноваційних можливостях окремих співробітників. Тому в останні роки все більше вчених почали досліджувати фактори, що впливають на спонтанну імпрровізаційну поведінку окремих працівників (Магні та ін., 2018). Організаційний інноваційний клімат є фактором імпрровізації співробітників. Завдяки систематичному огляду літератури ми виявили, що, хоча певна література досліджує попередні імпрровізації співробітників з різних точок зору, включно з рисами особистості (Браун та ін., 2018; Хмілеські та Корбет, 2006; Ху та ін., 2018), когнітивні та емоційні аспекти (Динг та Чен, 2017; Мен та ін., 2017), а також різні стилі лідерства (Вонг та Су, 2019; Вонг та Жчан, 2020.), існуючі дослідження майже не досліджують імпрровізацію співробітників з точки зору організаційного клімату. Коли працівники відчують інноваційну підтримку організації для своєї роботи, вони активно змінюватимуть своє ставлення до роботи та поведінку, щоб реагувати на потреби організації. Організаційне середовище, яке підтримує інновації, швидше за все, продемонструє свободу роботи та гнучкість, а працівники повністю розкриють свій потенціал і матимуть більше можливостей для вибору поведінки, що сприяє частій появі інноваційної поведінки в організації (Вонг та Ю, 2019.).

На сьогодні вчені здебільшого не помічають можливості того, що організаційний інноваційний клімат може сприяти імпрровізації працівників через обробку клімату на робочому місці як соціальної інформації. Люди використовують інформацію, зібрану в організаційному середовищі, щоб покращити самосприйняття та оцінку, створити психологічну безпеку, а потім визначити дію своєї поведінки. Виходячи з теорії обробки соціальної інформації, можливо розширити теоретичну лінзу, через яку вчені можуть зрозуміти це явище. Організаційний інноваційний клімат, таким чином, сприяє індивідуальній імпрровізації, надаючи сигнал, який підтримує ініціативні та ризиковані ідеї та поведінку. Такий сигнал дозволить співробітникам почуватися психологічно безпечно.

Дослідження сповільнюючого впливу творчої самоефективності співробітників допомагає розширити розуміння того, як сприяти позитивному впливу організаційного інноваційного клімату на імпрровізацію співробітників. Наші висновки свідчать про те, що коли люди в кінцевому підсумку перетворюють своє основне пізнання

організаційного середовища на спостережувану імпровізаційну поведінку, також дуже важливо мати впевненість у своїх силах ефективно виконувати творчу поведінку та мати справу з будь-якими потенційними ризиками та невизначеністю (Огунфвора та ін., 2021). Ця перспектива узгоджується з попередніми дослідженнями модеруючого ефекту узагальненої самоефективності та творчих переконань у самоефективності в соціально-когнітивних моделях поведінки індивіда (Хартог та Белчак, 2012 ; Джекс та Бліссі, 1999). Визнаємо, що креативні переконання здебільшого висувуються гіпотези та емпірично показано, що вони відіграють посередницьку (а не модеруючу) роль в аналізі того, як особисті та соціальні фактори впливають на індивідуальну поведінку (Хі, Чжоу та ін., 2020). Швидше, наші висновки свідчать про те, що унікальна цінність творчої самоефективності емпірично показана в її здатності пояснювати, за яких умов сприйняття співробітниками організаційного середовища зрештою призводить до їхніх імпровізацій.

По-перше, компанії повинні зміцнити побудову внутрішньої атмосфери інноваційної культури організації, посилити підтримку ресурсів, ефективність керівництва та взаємне спілкування колег. Насправді навчання імпровізаційної поведінки співробітників потребує багато часу, енергії та ресурсів. Це діяльність з високим ризиком і високою ймовірністю невдачі. Компанії повинні забезпечувати співробітників хорошою основою капіталу, технологій, обладнання, а також організаційними правилами та положеннями для інновацій. Окрім того, керівники повинні створити інноваційну культурну атмосферу, що заохочує інновації та терпить невдачі, забезпечувати співробітникам активну та ефективну комунікацію та канали зворотного зв'язку.

Організації повинні мати не тільки толерантне ставлення до невдач імпровізації співробітників. Для працівників відмовостійкий клімат організації може зняти тривогу та напругу, а також підвищити психологічну безпеку працівників. Це допомагає співробітникам підтримувати стабільний і позитивний психологічний стан. Лише/виключно працівники з позитивним психологічним станом охочіше висувують практичні та творчі думки та ідеї для вирішення проблем. Якщо співробітники виявляють негативні психологічні симптоми, організації потребують негайної психологічної консультації, щоб максимально позбутися від них. Звичайно, організації також повинні звертати увагу на підсумок досвіду та уроків, щоб створити умови для подальшого успіху інновацій. Компаніям необхідно

приділяти особливу увагу психологічній безпеці співробітників, оскільки вона відіграє посередницьку роль у взаємозв'язках між інноваційним кліматом організації та імпрровізаційною поведінкою співробітників. Якщо у співробітників виявляються негативні психологічні симптоми, організації потребують негайної психологічної консультації, щоб максимально позбутися від них і стабілізувати емоційний стан співробітників. Керівники організацій повинні прийняти певну відмовостійку поведінку в щоденному управлінні.

По-третє, організаційні стратегії також повинні враховувати індивідуальні відмінності у творчій самовпевненості працівників, оскільки це позитивно пом'якшує вплив організаційного інноваційного клімату на імпрровізацію працівників. Якщо співробітники мають високий рівень творчої самоефективності, вони будуть більш впевненими в імпрровізації та, швидше за все, сприймуть психологічну безпеку та відчуття досягнення в робочому середовищі, яке підтримує інновації та ризиковану поведінку. Таким чином, тренінги та вправи з розвитку повинні бути реалізовані, щоб навчити керівників організацій, як підвищити творчу самоефективність своїх співробітників. Особливо важливо підкреслити, що керівники повинні давати чіткий, позитивний і конструктивний зворотній зв'язок для співробітників з низькою творчою самоефективністю, спростовуючи їхні попередні сумніви щодо їх здатності імпрровізувати. Зокрема, менеджери також повинні заохочувати членів організації ділитися знаннями, досвідом і навичками, щоб вони могли отримати більше інформації про ефективність. Керівники організацій повинні надавати можливості для розвитку імпрровізації на роботі (наприклад, встановлюючи кілька складних симуляцій і практик), розкриваючи співробітникам більш успішні кейси про лідерів і авторитетних колег, які регулярно проводять імпрровізацію, пропонуючи частий зворотний зв'язок і заохочення, а також допомагаючи співробітникам краще справлятися зі стресовими факторами і негативні емоційні стани, які послаблюють переконання творчої ефективності (Огунфорова та ін., 2021).

Наше дослідження має обмеження, які слід розглянути в майбутніх дослідженнях. По-перше, ми не розглядали інші потенційні теоретичні пояснення того, як стимулювати імпрровізаційну поведінку співробітників. Незважаючи на зростання кількості досліджень позитивних результатів імпрровізації, маємо зазначити, що потрібно докладати зусиль для подальшого тестування негативної сторони імпрровізаційної поведінки співробітників.

Список використаної літератури

1. Войтович Н. О. (2001). Проблеми організаційного клімату у вищому закладі освіти. *Практична психологія та соціальна робота*, 10, С. 6–9.
2. Гуменюк О. Є. (2002). Мотиваційна організація взаємостосунків в умовах інноваційної освітньої діяльності. *Соціальні технології. Актуальні проблеми теорії та практики* : [міжвуз. зб. наук. праць / наук. ред. Скідін О. Л. та ін.]. Запоріжжя. ГУЗІДМУ. 13. С. 188–197.
3. Фурман О. Є. (2015). Соціально-психологічний, організаційний та інноваційно-психологічний різновиди клімату : структурно-змістовий аналіз. *Науковий огляд*, 5(15), С. 119–130.
4. Яценко Т. С. , Кміт Я. М. , Олексієнко Б. М. (2002). Активне соціально-психологічне навчання: теорія, процес, практика : навч. посіб. Хмельницький. Вид-во НАПВУ. 792 с.
5. Amabile T. M., Conti R., Coon H., Lazenby J., Herron M. (1996). Assessing the work environment for creativity. *Academy of Management Journal*, 39(5), С. 1154–1184.
6. Bergheim K., Nielsen M-B., Mearns K., Eid J. (2015). The relationship between psychological capital, job satisfaction, and safety perceptions in the maritime industry. *Safety Science*, 74, С. 27–36.
7. Brown R., Mawson S., Rowe A., Mason C. (2018). Working the crowd: Improvisational entrepreneurship and equity crowdfunding in nascent entrepreneurial ventures. *International Small Business Journal: Researching Entrepreneurship*, 36(2), С. 169–193.
8. Carmeli A., Schaubroeck J. (2007). The influence of leaders and other referents normative expectations on individual involvement in creative work. *The Leadership Quarterly*, 18(1), С. 35–49.
9. Chang M., Tang A., Cheng C., Chen W. (2022). The bright side of environmental uncertainty for organizational learning: the moderating role of political skill. *Asian Business Management*. Advance online publication. URL : <https://doi.org/10.1057/s41291-022-00185-3>
10. Cunha M. P., Cunha J. V., Kamoche K. (1999). Organizational improvisation: What, when, how and why. *International Journal of Management Reviews*, 1(3), С. 299–341.
11. Den Hartog D. N., Belschak F. D. (2012). When does transformational leadership enhance employee proactive behavior? The role of autonomy and role breadth self-efficacy. *Journal of Applied Psychology*, 97(1), С. 194–202.
12. Diasio S. (2016). Not all that jazz! Jamb and as a metaphor for organizing new models of innovation. *European Management Journal*, 34(2), С. 125–134.
13. Ding D., Chen W. (2017). A study about the impact of self-efficacy on individual improvisation: The mediating effect of expectation of individual outcome and the moderating effect of organizational support. *Forecasting*, 36(1), С. 21–27.
14. Guo J., Zhao Y. (2017). Co-workers make me creative: The impact of indirect networks on employee creativity—The moderating role of psychological safety. *Human Resource Development of China*, 8, С. 59–70.
15. He P., Sun R., Zhao H., Zheng L., Shen C. (2020). Linking work-related and non-work-related supervisor-subordinate relationships to knowledge hiding: A psychological safety lens. *Asian Business & Management*, 21, С. 525–546.
16. He P., Zhou Q., Zhao H., Jiang C., Wu Y. J. (2020). Compulsory citizenship behavior and employee creativity: Creative self-efficacy as a mediator and negative affect as a moderator. *Frontiers in Psychology*, 11, 1640 с.
17. Hmieleski K., Corbett C. (2006). Proclivity for improvisation as a predictor of

entrepreneurial intentions. *Journal of Small Business Management*, 44(1), C. 45–63.

18. Hu S., Shen C. (2020). Effect of perceived employability on active job-seeking behavior and subjective well-being of university graduates: A moderated mediation model. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 28(1), C. 126–131.

19. Hu L., Gu J., Wu J., Lado A. A. (2018). Regulatory focus, environmental turbulence, and entrepreneur improvisation. *International Entrepreneurship and Management Journal*, 14, C. 129–148.

20. Huang Y., Peng J. (2012). Organizational improvisation: Status quo and future. *Chinese Journal of Management*, 7, 1084–1091.

21. Jackson S., Philip G. (2010). A techno-cultural emergence perspective on the management of techno-change. *International Journal of Information Management*, 30(5), C. 445–456.

22. Jex S. M., Bliese P. D. (1999). Efficacy beliefs as a moderator of the impact of work-related stressors: A multilevel study. *Journal of Applied Psychology*, 84(3), C. 349–361.

23. Kahn W. A. (1990). Psychological conditions of personal engagement and disengagement at work. *Academy of Management Journal*, 33(4), C. 692–724.

24. Li P., Jiao H. (2014). The moderating effect of environmental dynamism on the relationship between organizational improvisation and entrepreneurial orientation. *Chinese Journal of Management*, 11(9), C. 1366–1371.

25. Ma H., Wu J., Guo H., Ge B. S. (2021). Research on improvisation in the field of entrepreneurship: Antecedents, consequences and boundary condition. *Management World*, 37(5), C. 211–229.

26. Magni M., Palmi P., Salvemini S. (2018). Under pressure! Team innovative climate and individual attitudes in shaping individual improvisation. *European Management Journal*, 36(4), C. 474–484.

27. Malik M. A. R., Butt A. N., Jin N. C. (2015). Rewards and employee creative performance: Moderating effects of creative self-efficacy, reward importance, and locus of control. *Journal of Organizational Behavior*, 36(1), C. 59–74.

28. Men Y., Fan Y., Ma G. (2016). How cognitive-emotional factors influence team members' improvisation: The main and moderation effects. *Forecasting*, 35(2), C. 17–22.

29. Moorman C., Miner A. S. (1998). Organizational improvisation and organizational memory. *Academy of Management Review*, 23(4), 698–723.

30. Morrison E. W., Phelps C. C. (1998). Taking charge at work: Extra-role efforts to initiate workplace change. *Academy of Management Journal*, 42(4), C. 403–419.

31. Mumford M. D., Gustafson S. B. (1988). Creativity syndrome: Integration, application, and innovation. *Psychological Bulletin*, 103(1), C. 27–43.

32. Nelson R., Winter S. (1982). *An evolutionary theory of economic change*. Belknap Press.

33. Ogunfowora B., Maerz A., Varty C. T. (2021). How do leaders foster morally courageous behavior in employees? Leader role modeling, moral ownership, and felt obligation. *Journal of Organizational Behavior*, 42(4), C. 483–503.

34. Podsakoff P. M., MacKenzie S. B., Lee J. Y., Podsakoff N. P. (2003). Common method biases in behavioral research: A critical review of the literature and recommended remedies. *Journal of Applied Psychology*, 88(5), C. 879–903.

35. Podsakoff P. M., MacKenzie S. B., Podsakoff N. P. (2012). Sources of method bias in social science research and recommendations on how to control it. *Annual Review of Psychology*, 63, C. 539–569.

36. Podsakoff P. M., Organ D. W. (1986). Self-reports in organizational research:

Problems and prospects. *Journal of Management*, 12(4), C. 531–544.

37. Richardson H. A., Simmering M. J., Sturman M. C. (2009). A tale of three perspectives: Examining post hoc statistical techniques for detection and correction of common method variance. *Organizational Research Methods*, 12(4), 762–800.

38. Ruan G., Mao J., Ma L. (2015). The cross-level research about effect mechanism of employees' improvisation on individual innovation performance: Empirical evidence from new energy start-up firms. *China Soft Science*, 1, C. 108–117.

39. Salancik G. R., Pfeffer J. (1978). Social information processing approach to job attitudes and task design. *Administrative Science Quarterly*, 23(2), C. 224–253.

40. Su Z., Zhang Y., Zeng X. (2015). From organizational innovation strategy to employee innovative behavior: An empirical study from IT industry in Zhongguancun science park. *Journal of the Renmin University of China*, 29(5), C. 102–112.

41. Sun Y., He S. J., Shang R. A., Fu J. D. (2019). Research on the mechanism of enterprise social work platform affecting employees' improvisation ability. *Management World*, 35(3), C. 157–168.

42. Tang D. D., Wen Z. L. (2020). Statistical approaches for testing common method bias: Problems and suggestions. *Journal of Psychological Science*, 43(1), C. 215–223.

43. Tierney P., Farmer S. M. (2002). Creative self-efficacy: Its potential antecedents and relationship to creative performance. *Academy of Management Journal*, 45(6), 1. C. 137–1148.

44. Turner S. F., Rindova V. (2012). A balancing act: How organizations pursue consistency in routine functioning in the face of ongoing change. *Organization Science*, 23(1), C. 24–46.

45. Vera D., Crossan M. (2005). Improvisation and innovative performance in teams. *Organization Science*, 16(3), C. 203–224.

46. Wang H., Yu J. (2019). The effect of organizational creative climate on creative deviant behavior. *Soft Science*, 33(2), C. 126–129.

47. Wang H., Chang C. (2017). The influence of organizational creative climate and work motivation on employee's creative behavior. *Journal of Management Science*, 30(3), C. 51–62.

48. Wang J., Cao G., Jiang R. (2016). The relationship between organization improvisation and business performance—An empirical investigation based on 313 enterprises. *Journal of Shanxi Finance and Economics University*, 38(4), C. 62–73.

49. Wang J., Jiang R., Cao G. (2017). Effect of organization improvisation on competitive advantage: Environmental uncertainty and organizational flexibility as moderators. *Research on Economics and Management*, 38(3), C. 92–100.

50. Wang Y., Su T. Y. (2019). Research on the influence mechanism of entrepreneurial leadership on employee improvisation. *Soft Science*, 33(11), 69–74.

51. Wang Y., Zhang L. (2018). How psychological resilience influence employees' creativity: The role of psychological safety and creative self-efficacy. *Journal of Psychological Science*, 41(1), C. 118–124.

52. Wang Y., Zhang T. (2020). The cross-level influence of inclusive leadership on employee improvisation. *Chinese Journal of Management*, 17(6), C. 843–851.

53. Yan L., Zhang Z. (2017). A mixed mechanism model of organizational innovation climate influencing the employee innovation behavior. *Science Research Management*, 38(9), C. 97–105.

54. Yang F., Zhang L. (2012). Effects of team communication and job insecurity climate on innovative behavior: The moderating role of creative self-efficacy. *Acta Psychologica Sinica*, 44(10), C. 1383–1401.

55. Yang G. (2016). *The effects of transformational leadership on employees' prosocial rule breaking*. Shihezi University.
56. Yu S. Y., Zhang Y., Tang Z., Tao Y. (2018). Play to the score for the bigger picture: Strategic improvisation and formation mechanism of competitive advantage. *Foreign Economies & Management*, 40(3), C. 20–33.
57. Yuan Y., Zhang Q., Yang M. (2022). Such a high cost: The positive effect of leader humor on employee incivility via psychological safety. *Asian Business & Management*. Advance online publication. URL : <https://doi.org/10.1057/s41291-022-00180-8>
58. Zheng J., Jin S., Ma G. (2009). The measurement of organizational innovation climate and its moderating effect in the relationship between employees' innovation ability and innovation performance. *Acta Psychologica Sinica*, 41(12), C. 1203–1214.
59. Zou Y., Peng J., Yin T. (2018). The effect of team learning climate on team psychological capital: A social information processing perspective. *Studies of Psychology and Behavior*, 16(3), C. 402–407.
60. Zou Y., Yin T. (2017). An analysis of the effect of psychological safety on job performance: Based on social exchange theory. *Journal of Guangzhou University (Social Science Edition)*, 16(7), C. 61–67.

РОЗДІЛ VIII

ОСОБЛИВОСТІ СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ ЖІНОК У РІЗНИХ УМОВАХ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Олексій ШЕВЯКОВ

доктор психологічних наук, професор,
професор кафедри
психології та педагогіки

Яніна СЛАВСЬКА

кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри
психології та педагогіки

*(Дніпропетровський державний
університет внутрішніх справ)*

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЖІНОК У СУЧАСНИХ СИСТЕМАХ

Для розробки і впровадження програм розвитку динамічних соціотехнічних систем діяльності (СТСД) важливими вбачаються соціально-педагогічні засади формування спонтанної відображально-моделюючої активності проектування. Мова йде, перш за все, про формування зовнішньої взаємодії соціуму і природи як сукупності відносин, включаючи форми, зміст і характер взаємодії і взаємовпливу компонентів систем «людина – природа» та «людина – людина». У зв'язку з цим найбільший інтерес для дослідників представляє пошук інтегральних соціально-педагогічних параметрів, що характеризують здатність людини протистояти несприятливим ефектам, що супроводжують екологічні зміни. Найбільш уразливими у цьому відношенні є жінки, в організмі яких страждають практично всі функціональні системи, що потребує розробки педагогічного забезпечення соціальної підтримки їх життєдіяльності. Такого роду завдання вирішуються в зарубіжній соціальній педагогіці, починаючи з 90-х років ХХ століття в рамках державних науково-технічних програм «Глобальні зміни природного середовища і клімату», а в Україні – у ході розвитку ідеї екологічного моніторингу.

Поза сумнівом, що зміни навколишнього середовища несуть

значну економічну загрозу для людства в цілому. Особливо це відноситься до антропогенних змін [1]. Сценарії таких змін як основну міра компенсації несприятливих зрушень передбачають мобілізацію зусиль населення на проведення заходів педагогічного, технологічного і соціального характеру, спрямованих на збереження здоров'я, працездатності і життєдіяльності людей [2].

Використання загальноприйнятих характеристик, розроблених для оцінки станів окремо узятої людини (функціональний стан, адаптаційні можливості, стійкість особистості і ін.) явно недостатнє. Потрібні нові підходи до пошуку інтегральних критеріїв, що визначають здатність суспільства в цілому протистояти наступаючим змінам навколишнього середовища [3].

Один з можливих підходів бачиться в парадигмі потенціалу індивідуума і популяції. Це поняття запропоноване при розгляді проблем соціальної педагогіки, що виникають при переході до ринкових відносин [4]. Відомі також терміни «особово-фізіологічний потенціал», «психофізіологічний потенціал», що використовуються як синоніми працездатності людини.

Метою є з'ясування особливостей соціально-педагогічної підтримки життєдіяльності жінок в умовах динамічної соціотехнічної системи управління природокористуванням.

Для розкриття поняття «соціально-педагогічний потенціал», його значення для розуміння реакції людства на глобальні екологічні зміни слід взяти до уваги деякі історичні факти. Так, встановлено, що адекватність і ефективність реагування людей на глобальні екологічні зміни місця існування залежить від типу поведінки людини і від «соціального характеру» суспільства .

Таким чином, соціально-педагогічний потенціал виступає в ролі інтегральної якості населення, яка визначає його здібність до реалізації оптимальних рішень при виникненні критичних ситуацій. Він може виявлятися в двох поведінкових тенденціях.

Перша полягає у формуванні в суспільній свідомості конструктивної ідеї і психологічної установки на життєву необхідність сумісного подолання небезпеки, мобілізацію людей до активних дій при готовності до відмови від антагоністичних групових інтересів і особистих благ заради досягнення загальної мети.

Друга тенденція – розпад єдиної самосвідомості суспільства на протилежні течії, формування неконструктивних групових установок агресивно-егоїстичного характеру або пасивного типу, поведінка, спрямована на вирішення завдань на користь окремих груп.

Завдання прогнозування соціально-педагогічних ефектів глобальних змін в значній мірі зводиться до прогнозування рівня потенціалу. Від того, з яким потенціалом людство зустрічає глобальні зміни, від того, як буде трансформований цей потенціал, залежить доля цивілізації.

Проблема таким чином формулюється як оцінка співвідношення соціально-педагогічного потенціалу людства із загрозою глобальних змін середовища, а можливі практичні пропозиції повинні бути спрямовані на збереження або збільшення цього потенціалу. Щонайпершим завданням у вирішенні названої проблеми є визначення суті потенціалу і пошук індикаторів, за допомогою яких його можливо оцінити.

У науці термін «потенціал» використовують дуже часто. Введені поняття «соціальний потенціал», «трудоий потенціал». У дослідженнях демографів використовується термін «якісний потенціал населення».

У роботах екологів зустрічаємо поняття «соціально-трудоий потенціал населення». Під соціально-трудоим потенціалом розуміється комплекс соціально-психологічних і медико-біологічних характеристик життєдіяльності людей. Пристосовні можливості популяції в антропології називають «адаптивним потенціалом».

У фізіології зміст потенціалу визначається термінами «працездатність», «фізіологічні резерви організму», «гомеостатичний потенціал».

Суть всіх розглянутих понять полягає у визначенні деяких сукупних можливостей людей здійснювати свою діяльність. Проте при цьому повинні стабілізуватися зовнішні характеристики і ставати відносними поняття життєдіяльності і добробуту.

З метою оцінки можливостей стійкості людини до глобальних змін середовища і прогнозування реакції на ці зміни слід ввести інтегральну характеристику властивостей людини-популяції-етносу-людства, яка визначає їх здібність до реалізації мети, що стоїть перед кожним рівнем ієрархії названого ланцюжка. Назвемо цю характеристику «життєвий потенціал».

Принципово важливим є те, що важливою метою є не тільки виживання, але і духовна самореалізація людства, збільшення можливостей збереження життя людини як виду і задоволення потреб при будь-якій динаміці зовнішніх умов. Тому життєвий потенціал можна визначити як інтегральну здатність збереження біологічної і духовно-психологічної життєдіяльності і здійснення перетворювальної діяльності, спрямованої на досягнення загальної мети.

Сьогодні домінує тенденція зведення поняття життєвого потенціалу до поняття «рівень здоров'я», при цьому пропонуються різні варіанти критеріїв, що розкривають його суть. Але встановлені в соціальній педагогіці закономірності показують, що поведінка людей, їх стійкість до впливу глобальних змін, характер і форма колективної відповіді визначаються і іншими чинниками, наприклад, адаптаційною здатністю, характером психологічних установок, особливістю регуляції психологічних механізмів, ступенем усвідомлення ситуації і тому подібне. Назвемо сукупність цих характеристик соціально-педагогічним потенціалом, який, безумовно, одною зі своїх частин має психологічне здоров'я населення і культурно-обумовлені якості особистості і суспільства.

Неможливість використання поняття «здоров'я населення» як єдиного для оцінки життєвого потенціалу, пов'язана також з тим, що згідно Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я воно визначається, як стан «повного фізичного, духовного і соціального добробуту». Добре відомо, що діяльність у багатьох випадках може і повинна здійснюватися всупереч «добробуту». Більш того, згідно сучасним концептуальним поглядам, добробут, симетрія протистоять тенденції розвитку в умовах ноосфери можуть викликати колізії, при яких найбільш благополучні екологічні елементи стають найуразливішими.

Комплекс чинників, які визначають здатність етносу здійснювати об'єктивно оптимальні дії, спрямовані на досягнення загальної мети, до яких належить завдання протистояння глобальним змінам, був позначений як пасіонарність, тобто соціальна енергія, спрямована до єднання і посилення розвитку етносу.

Таким чином, можна допустити, що пасіонарність і працездатність є похідними психологічного потенціалу. Життєдіяльність популяції у всіх її численних проявах є реалізацією життєвого потенціалу в конкретних умовах природного і соціального середовища і способів діяльності.

Моніторинг навколишнього середовища – це система спостереження, аналізу стану і прогнозу можливих змін навколишнього середовища, що викликані антропогенними чинниками. Стосовно оцінки і управління якістю навколишнього середовища регіонів основне значення має санітарно-токсикологічний рівень моніторингу, пов'язаний з контролем за забрудненням компонентів природного середовища – повітря, ґрунту, води. Мета регіонального моніторингу – забезпечити осіб, що приймають рішення (ОПР), необхідною

інформацією для планомірного зниження рівня забруднення навколишнього середовища. Для здійснення цієї основної мети необхідно вирішити важливі науково-технічні завдання отримання достовірної інформації й інформаційного забезпечення моніторингу. Для цього, у свою чергу, потрібне відповідне соціально-педагогічне і інженерно-психологічне забезпечення створення інформаційних моделей на базі ПЕОМ. З таких моделей складаються банки різномірної інформації: про хімічні забруднювачі середовища, їх медико-біологічні властивості, про джерела техногенного забруднення і тому подібне, а також прикладні забезпечуючі програми прогнозування, комплексного планування, експертизи проектів. У подібних інформаційних системах широко використовуються дисплейні відеоряди ПЕОМ.

Вся вищеперелічена діяльність здійснюється в АСУ «Моніторинг природоохоронної діяльності (ПОД)» в режимі діалогу осіб, що приймають відповідальні рішення з оптимізації екологічної обстановки з інформаційними моделями, представленими на дисплейних відеорядах. Останні повинні володіти достатньою ергономічною якістю, що забезпечує адекватність рішень.

Обстежено 350 досліджуваних (оператори ПЕОМ, фахівці з АСУ, студенти, що мають навички роботи з комп'ютером) у віці від 18 до 36 років (всі жінки) до, під час і після роботи з дисплейними відеорядами АСУ «Моніторинг ПОД». Загальна тривалість діяльності за дисплеєм не перевищувала чотирьох годин безперервної роботи. Заздалегідь проводилася оцінка «апріорної надійності» відеорядів. Функціональний стан досліджувався методиками, для яких характерні значні відмінності з доробочим рівнем в аналогічному дослідженні операторів-прокатників, а також за показниками електроокулограми (ЕОГ) і електрокардіограми (ЕКГ). Розраховувалися показники зміни функціонального стану і якості діяльності осіб, що приймають рішення.

На етапі експериментальної оцінки дисплейних відеорядів досліджувані працювали в режимі розроблених сценаріїв, які імітували зміни екологічної обстановки на рівні регіону, що відбивались на інформаційній моделі.

Період навчання роботи з відеорядами був тривалим (2 години), оскільки досліджувані поступово засвоювали режим діалогу з комп'ютером.

Досліджувані курсором відзначали вірні відповіді із запропонованих на вибір. Швидкодію вирішення завдань з оцінки екологічної ситуації фіксували програмним способом, показники точності і надійності оцінювалися після експерименту. Апріорна

надійність дисплейних відеорядів наведена у табл. 1.

Значне стомлення виявляється після закінчення двох з половиною годин безперервної роботи за дисплеєм при статистично значущих ($P < 0,05$) відмінностях з доробочим рівнем для показників кардіореспіраторної системи та електроокулограми (табл. 2).

Відзначаємо статистично істотне зменшення тривалості кардіоінтервалів для відеорядів обох підсистем, що, разом з динамікою зміни показників ЕОГ, свідчить про встановлення вираженого стомлення безвідносно з «апріорною надійністю» відеорядів.

Виділяємо особливість взаємодії досліджуваних, працюючих в системі АСУ «Моніторинг ПОД» в порівнянні з операторами ПЕОМ: тривалість відновчого періоду початкових показників функціонального стану у них в середньому значимо ($p < 0,05$) довше, що пов'язано з більшим ступенем стомлення у зв'язку з відсутністю заздалегідь виробленої системи формування та підтримання працездатності у вигляді професійних тренінгів.

Останнє пов'язано з тим, що навіть після трьох годин роботи за дисплеєм з «апріорно ненадійними» відеорядами інтегральний показник лише наблизився до межі допустимих змін.

Таблиця 1

Апріорна надійність безперервних дисплейних відеорядів динамічної соціотехнічної системи природоохоронної діяльності

Параметр	Оптимальні (О) та допустимі (Д) значення параметра		Відеоряд «Моніторинг атмосфери»	Відеоряд «Моніторинг ґрунтів»
	О	Д		
Насиченість відеорядів безперервної інформації	О-6-8	Д<14	5	7
Кодування інформації	О-5	Д-18	5	7
Характеристики коду: оформлення				
величина	О-9	Д-18	10	9
контраст	О-3	Д-6	1	3
спрямованість	О-3	Д-6	7	4
лінійність	О-3	Д-9	5	4
миготіння	О-3	Д-7	6	6
	О-3	Д-12	5	7
Апріорний (Капр), бал	О-4-5	Д-3-4	4,5	3,5

Таблиця 2

Дані ЕОГ і ЕКГ в різні періоди роботи досліджуваних ($M \pm m$)

Показ- ник	Відеоряд	Перед початком періоду	Під час роботи			Після роботи	Період роботи	
			на початку	в середині	в кінці			
ККО	МАС	14,0 3,5	13,6 2,0	17,3 1,0	25,0 0,6	21,2 2,8	Протягом 1-ої години	
	МГР	17,5 5,5	16,3 6,5	23,0 0,8	28,2 2,5	20,5 1,0		
R-R, с	МАС	0,70 0,25	0,75 0,15	0,73 0,18	0,72 0,10	0,70 0,15		
	МГР	0,68 0,10	0,75 0,15	0,80 0,10	0,65 0,11	0,70 0,12		
ККО	МАС	24,6 3,5	23,6 2,0	20,3 1,0	27,0 0,6	28,2 2,8		Протягом 2-ої години
	МГР	27,5 5,0	28,3 6,0	29,0 0,8	30,2 2,3	29,5 1,0		
R-R, с	МАС	0,72 0,20	0,73 0,10	0,70 0,15	0,73 0,10	0,73 0,15		
	МГР	0,78 0,10	0,77 0,15	0,81 0,10	0,77 0,11	0,76 0,12		
ККО	МАС	24,5 3,0	23,6 2,5	24,3 1,0	25,0 0,6	31,2 2,8	Протягом 3-ої години	
	МГР	37,5 5,0	36,3 6,0	43,0 0,8	44,2 2,5	42,5 1,0		
R-R, с	МАС	0,75 0,25	0,76 0,15	0,69 0,18	0,76 0,10	0,75 0,15		
	МГР	0,73 0,10	0,74 0,15	0,72 0,10	0,71 0,11	0,72 0,12		

Примітка: ККО – кількість «кроків» ока ЕОГ, R-R-тривалість кардіоінтервалів; МАС – для відеоряду моніторингу атмосфери, МГР – для відеоряду підсистеми моніторингу ґрунтів.

Отримані результати підтвердили можливість використання психологічних і психофізіологічних критеріїв для психологічного забезпечення якості дисплейних відеорядів і для розробки режимних заходів діяльності з ними в контексті реалізації програм розвитку СТСД. Особам, що працюють з дисплейними відеорядами АСУ «Моніторинг ПОД», як і операторам аналогічних динамічних

соціотехнічних систем, можна рекомендувати тривалість безперервної роботи за дисплеєм при вирішенні оперативних завдань не більше двох годин, розділених 15-хвилинною перервою.

За наслідками теоретичних і експериментальних досліджень дисплейних відеорядів АСУ «Моніторинг ПОД» отримані характеристики їх якості, що дозволяють прогнозувати ефективність роботи осіб, що приймають рішення на основі інформаційних моделей цього типу і можливі зміни ФС. У випадку з «апріорною ненадійністю» дисплейних відеорядів з підсистеми «моніторингу ґрунтів» своєчасно (на передпроектній стадії) було проведено їх психологічне вдосконалення шляхом приведення у відповідність показників «апріорної надійності» нормативним вимогам.

Під час проведених досліджень стосовно реалізації програм розвитку динамічної соціотехнічної системи встановлені результати, важливі для психологічного забезпечення як з точки зору проектувальників (розробників), так і користувачів, а саме:

1. З точки зору підсистеми відображально-моделюючої інформаційної активності проектувальника підвищенню уваги до інформаційного повідомлення сприяє його техніко-естетична привабливість, що безпосередньо впливає на сприйняття користувача.

2. Існує в тенденції позитивний взаємозв'язок між техніко-естетичною привабливістю і запам'ятовуваністю інформаційного повідомлення.

3. Привабливіші в естетичному відношенні інформаційні повідомлення здатні викликати інтерес до себе у користувача, найкращим чином виконуючи інформативну і інформаційну функції.

У підсистемі соціально-педагогічного забезпечення визначена роль критерію техніко-естетичної привабливості на всіх етапах інформаційної комунікації. Естетичний критерій, або критерій досконалості дизайну може виступати як пріоритетний при інженерно-психологічному проектуванні, ранжуванні потреб, оцінці, вдосконаленні і реалізації програм розвитку зразків як у формальному так і у змістовному плані що важливо для інженерно-психологічного проектування на ранніх його етапах.

У підсистемі інтегральної регуляції встановлені фасцинативні засоби впливу інформаційних повідомлень на різних етапах психологічного забезпечення комунікативного процесу, які дозволяють у перспективі ефективніше використовувати особливості формування споглядальної сторони інформації, що складає окремий напрям подальших розвідок.

Список використаної літератури

1. Летучий І. Психофізіологічні особливості сприйняття інформації в комп'ютерному форматі. *Актуальні проблеми психології*: зб. наук. праць. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2007. Т. X. Вип. 2. С. 611 – 622.
2. Маркова І. Сприйняття інформації в комп'ютерному форматі: психофізіологічні проблеми. *Актуальні проблеми психології*: зб. наук. праць. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2008. Т. X. Вип. 4. С. 363 – 367.
3. Тарасенко А. Соціально-педагогічне забезпечення розвитку соціотехнічної системи діяльності фахівців-операторів: концепція досліджень. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія «Психологічні науки»*, 2010. Т. 2. Вип. 4. С. 288 – 292.
4. Тарасенко А. Соціально-педагогічне забезпечення розвитку соціотехнічних систем діяльності: теоретичні засади та методологія. *Проблеми сучасної психології*: зб. наук. праць. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2010. Вип. 7. С. 759 – 768.

Розділ ІХ

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ІННОВАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНОГО КЛІМАТУ ТА Я-КОНЦЕПЦІЇ СТУДЕНТІВ

Олександр ШУМЕЙКО

старший викладач кафедри
психології та педагогіки

*(Дніпропетровський державний
університет внутрішніх справ)*

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ Я-КОНЦЕПЦІЇ МОЛОДИХ ЮРИСТІВ

На сьогодні в Україні професія юриста за рейтингами є однією найбільш популярних серед молоді. Не секрет, що юридичний фах є омріяним для багатьох молодих людей своєрідним «квитком» у заможне життя, можливістю повною мірою самореалізуватися та здобути повагу з боку оточуючих. Про це красномовно свідчать дані вступних кампаній в Україні за останні три десятиліття і вступна кампанія 2022–2023 року, яка, незважаючи на воєнний стан у державі, також не стала винятком. Для науковців-психологів у цьому плані значний інтерес для всебічного вивчення становить специфіка формування та становлення Я-концепції молодого правника саме під час навчання та внаслідок психолого-педагогічного впливу. І якщо у вітчизняній психології питання дослідження Я-концепції курсантів вишів системи МВС є на сьогодні достатньо висвітленим, то стосовно студентів-юристів цивільних спеціальностей зазначена проблематика потребує більш глибокого вивчення й досі становить науковий інтерес як для дослідників, так і для практиків. Слід також відзначити, що на сьогодні ще немає чітко окресленої суто наукової та законодавчої дефініції щодо категорії «молодий юрист» ані в соціальній психології, ані в правовій науці. Згідно із Законом України «Про сприяння соціальному становленню та розвитку молоді в Україні» від 5 лютого 1993 року (зі змінами від 6 червня 2019 року), який визначає вікові межі молодіжного віку від 14 до 35 років, на нашу думку, під категорію «молодий юрист» цілком логічно підпадають молоді люди віком від 14 до 35 років, які навчаються або навчалися у закладах вищої освіти всіх рівнів акредитації на правничих

спеціальностях: здобувачі, студенти, курсанти, молоді науковці тощо, вік яких при цьому не перевищує 35 років.

Мета дослідження: визначити особливості Я-концепції молодих юристів та її динаміку у процесі професійної підготовки.

Наше дослідження формування професійної Я-концепції молодих юристів має певну структуру. Зокрема, воно складається з трьох основних етапів, а саме:

1. Підготовчо-теоретичний етап включає постановку мети і завдань, детальний аналіз предмета й об'єкта дослідження, визначення методів дослідження проекту.

2. Експериментальний етап заснований на підборі методик діагностики, проведення первинної діагностики та аналізі їх результатів.

3. Узагальнюючий етап дослідження

Анонімне дослідження проводилося на вибірці студентів-правників 2-го курсу в кількості 50 осіб, які були поділені на дві групи: експериментальну та контрольну.

Дослідження включало етапи теоретичного аналізу проблеми, організації та проведення емпіричного дослідження, застосування діагностичних методик та аналізу отриманих результатів (метод математичної статистики).

За результатами аналізу результатів констатуючого експерименту були виявлені наступні факти: окремі шкали використовуваних методик можуть бути співвіднесені з компонентами формуючої професійної Я-концепції молодих юристів. У таблиці 2.1 наведено зведену методику дослідження компонентів професійної Я-концепції молодих юристів.

Таблиця 1

Методика дослідження компонентів професійної Я-концепції молодих юристів

<i>Компонент</i>	<i>Шкала методики</i>
Когнітивний	Диференційованість – Методика М. Куна, Т. Макпартленда Узагальненість – Методика М. Куна, Т. Макпартленда Інформованість – Методика «Професійна готовність»
Комунікативний	Діагностика емоційних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні, В. Бойко
Емоційно-ціннісний	Методика дослідження самоствавлення, С. Пантелєєв Методика «Діагностики рівня емпатичних здібностей», В. Бойко

Обрані методики було розбито за трьома компонентами: когнітивним, комунікативним та емоційно-ціннісним.

У таблицях 2.2 і 2.3 представлені зведені результати діагностики за методиками «Хто Я?» М. Куна, Т. Макпартленда і «Професійна готовність». Проведемо їх аналіз за виділеними компонентами професійної Я-концепції молодих юристів. Почнемо з вивчення когнітивного компонента професійної Я-концепції молодих юристів. Він включає уявлення про ідеального професіонала і зв'язок з уявленнями про себе. Тому в нього включили такі шкали, як: диференційованість (методика М. Куна, Т. Макпартленда), узагальненість (методика М. Куна, Т. Макпартленда), інформованість (методика «Професійна готовність») тощо.

Таблиця 2

Результати діагностики когнітивного компонента професійної Я- концепції молодих юристів

Тип	Диференційованість			Узагальненість			Інформованість		
	низький	середній	високий	низький	середній	високий	низький	середній	високий
ЕГ	5 20%	15 60%	5 20%	0	15 60%	10 40%	5 20%	13 52%	7 28%
КГ	3 12%	16 64%	6 24%	0	16 64%	9 36%	4 16%	15 60%	6 24%

Як свідчать відповіді, в ЕГ високий рівень диференційованості показали 20% студентів, в КГ – 24%. Такі студенти дають повну характеристику особистості, описують і соціальні ролі, і власні особистісні якості. Середній рівень – у 60% в ЕГ та 64% в КГ відповідно. Такі студенти переважно описують власні соціальні ролі, інтереси. Низький рівень – у 20% в ЕГ та 12% в КГ.

За показником узагальненості в ЕГ високий рівень показали 40%, в КГ 36%. Такі студенти дають найбільш загальні характеристики. Середній рівень – у 60% в ЕГ та 64% в КГ. Низький рівень не показав ніхто. Це говорить про те, що до юнацького віку всі студенти здатні виділити загальні категорії, оцінити своє місце в навколишньому світі.

За показником інформованість високий рівень показало 28% опитаних в ЕГ та 24% в КГ. Середній рівень – у 52% в ЕГ та 60% в КГ. Низький – у 20% в ЕГ та 16% в КГ. Студенти під час навчання в школі й

вибору професії отримали досить великі знання про світ професій. За час навчання ці знання поглиблюються набуттям уявлень про конкретний вид діяльності, особливості спеціальності, суміжних видів занять. Таким чином, можна констатувати, що у студентів першого курсу обох груп є достатньо вихідних знань про професії.

Звернемося до *комунікативного* компоненту. Високий рівень розвитку цього компоненту передбачає здатність реалізовувати, перевіряти й коригувати свій професійний образ Я в навчальній діяльності та спілкуванні.

Таблиця 3

Рівні емоційних бар'єрів студентів ЕГ та КГ

<i>Рівень</i>	<i>Низький</i>	<i>Середній</i>	<i>Високий</i>
ЕГ	7 осіб (28%)	12 осіб (48%)	6 осіб (24%)
КГ	6 осіб (24%)	14 осіб (56%)	5 осіб (20%)

За результатами дослідження низький рівень емоційних бар'єрів мають 7 осіб (28%) в ЕГ та 6 осіб (24%) в КГ, – це означає, що в даних випробовуваних осіб існують деякі емоційні проблеми, «перешкоди» в повсякденному спілкуванні з іншими людьми. Середній рівень емоційних бар'єрів має також 12 осіб (48%) в ЕГ та 14 осіб (56%) в КГ – це свідчить про те, що емоції даних випробовуваних «на кожен день» деякою мірою ускладнюють взаємодію з партнерами. 6 осіб (24%) в ЕГ та 5 осіб (20%) в КГ мають високий рівень емоційних бар'єрів – це означає, що емоції заважають цим респондентам встановлювати контакти з людьми, можливо, випробовувані схильні до яких-небудь дезорганізуючих реакцій або станів.

Виникнення комунікативних бар'єрів у міжособистісному спілкуванні студентів-юристів обумовлено впливом найбільш істотних соціально-психологічних детермінант, до яких належать: здійснення спілкування в мікросередовищі між студентами, які належать до різних соціальних груп і відрізняються за своїми індивідуально-психологічними особливостями; характер сформованих міжособистісних відносин між студентами; негативні емоції; низький рівень сформованості в окремих студентів умінь і навичок спілкування; відсутність або зниження мотивації спілкування [3].

Як висновок, можна сказати, що у досліджуваної студентської

молоді «перешкод» при встановленні емоційних контактах виявлено загалом у третини осіб.

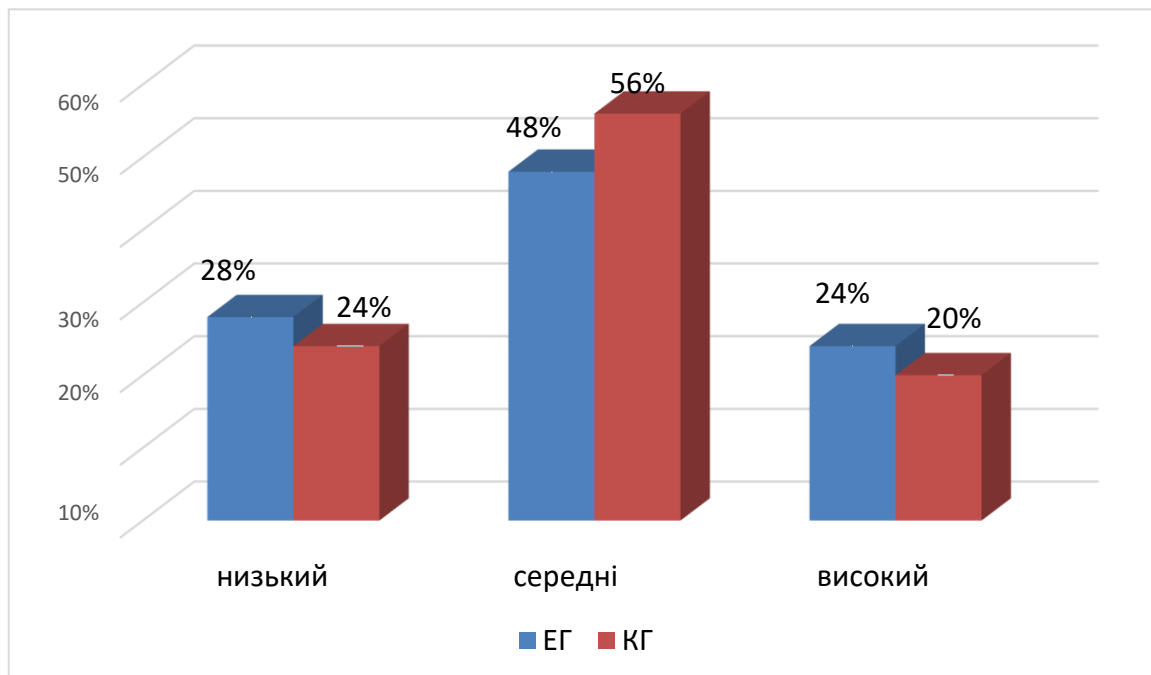


Рис. 1. Рівні емоційних бар'єрів студентів EG та KG Дослідження емоційно-ціннісного компоненту проводилось за двома методиками

«Методика дослідження самоствавлення» (С. Пантелєєв)

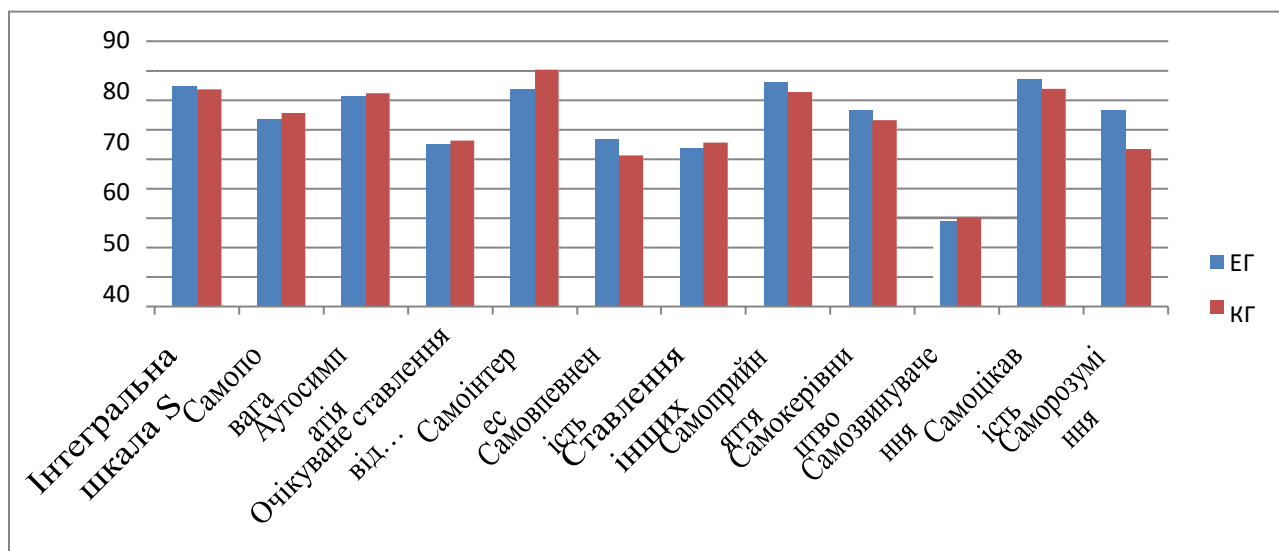


Рис. 2. Середні значення за даними тесту-опитувальника самоствавлення (В. Столін, С. Пантелєєв) у студентів EG та KG

У результаті обробки даних, отриманих на підставі методики дослідження тесту-опитувальника самоствалення (В. Столін, С. Пантелєєв), було виявлено, що середні значення за двома шкалами методики несуттєво відрізняються в обох групах. Середні значення показників шкал методики в обох групах представлені на Рис. 2.2.

1. Шкала S «Інтегральне почуття за чи проти власного «Я» випробуваного».

Попри те, що формально показники цієї шкали знаходяться в діапазоні високих значень як у першій, так і в другій групах, є важливим відзначити, що близько 20% респондентів ЕГ набрали по даній шкалі кількість балів, що потрапляє в діапазон низьких значень. У КГ аналогічні показники спостерігаються приблизно у 14% респондентів. Отримані значення за даною шкалою означають, що в цілому респонденти відчують яскраво виражене позитивне ставлення до власного «Я» і відчують власну цінність.

2. Шкала I «Самоповага».

Показники даної шкали в ЕГ потрапляють у діапазон високих значень, в той час, як у КГ відзначаються низькі показники. При цьому середні значення по даній шкалі в ЕГ нижче, ніж в КГ, на статистично достовірному рівні ($p \leq 0,01$). Попри те, що формально показники цієї шкали в КГ знаходяться на високому рівні, необхідно відзначити, що близько 35% респондентів набрали кількість балів, що потрапляє в діапазон середніх значень. В ЕГ аналогічні показники спостерігаються у 53%.

Високі показники за даною шкалою в ЕГ свідчать про те, що респонденти відчують виражене почуття самоповаги. Можна сказати, що вони вважають себе гідними, здатними, самостійними і вірять у власні сили.

Низькі показники шкали «Самоповага» в ЕГ говорять про те, що респонденти незадоволені собою і не усвідомлюють власної гідності. Подібні показники за методикою властиві людям, що зазнають почуття неповноцінності, що, своєю чергою, може негативно впливати на психічне самопочуття і поведінку особистості. Вони вразливі до всіх дій, які торкаються їх самооцінки.

3. Шкала II «Аутосимпатії».

Показання шкали «аутосимпатії» знаходяться в діапазоні високих значень як в ЕГ, так і в КГ. Показники даної шкали характеризують ступінь дружності чи ворожості до власного «Я». Яскраво виражене почуття аутосимпатії в обох групах свідчить про те, що респонденти схильні до схвалення себе в цілому, довіряють собі й ставляться до себе

прихильно.

4. Шкала III «Очікуване ставлення від інших».

Показники даної шкали знаходяться в діапазоні високих значень як у першій, так і в другій групі. Шкала «Очікуване ставлення від інших» є відображенням очікуваного позитивного або негативного ставлення до себе оточуючих. Серед респондентів обох груп дана характеристика є яскраво вираженою, що може свідчити про те, що респонденти очікують доброзичливого ставлення до себе від оточуючих

5. Шкала IV «Самоінтерес».

Показники шкали «Самоінтерес» знаходяться в діапазоні високих значень як в ЕГ, так і в КГ. Дана шкала характеризує ступінь інтересу індивіда до себе в цілому, до власних думок і почуттів. У всіх респондентів, які взяли участь в дослідженні, дана характеристика яскраво виражена, що свідчить про те, що вони впевнені у своїй цікавості для інших.

Наступні 7 шкал опитувальника вимірюють вираженість установки на ті чи інші внутрішні дії на адресу «Я».

6. Шкала V «Самовпевненість».

Показники даної шкали для ЕГ потрапляють до діапазону високих значень, у той час, як в КГ відзначаються середні показники, проте відмінності не є статистично значущими. Шкала «Самовпевненість» дозволяє зробити висновок про ступінь самоповаги особистості, схильності ставитися до себе як до впевненої, самостійної, вольової і надійної людини, яка усвідомлює, що вона гідна власної поваги. В ЕГ дане свідчення цієї шкали яскраво виражене, що говорить про те, що респонденти самовпевнені й відчувають силу власного «Я». Вони схильні сприймати життєві труднощі та перешкоди як переборні, проблеми не зачіпають їх глибоко і переживаються недовго. В КГ показники шкали досягають середнього рівня вираженості даної шкали. Можна сказати, що респонденти так само мають властиві високому рівню характеристики, але на відміну від однолітків у КГ при несподіваній появі труднощів може втрачатися впевненість у собі і з'являтися відчуття тривоги й занепокоєння.

7. Шкала VI «Ставлення інших».

Показники даної шкали характеризують уявлення суб'єкта про здатність викликати в інших людей повагу, симпатію. В ЕГ шкала «Ставлення інших» знаходиться на середньому рівні, у КГ на високому. Таким чином, у юнаків і дівчат спостерігається виборче сприйняття людиною ставлення оточуючих до себе. З цієї точки зору, позитивне ставлення оточуючих поширюється лише на певні якості і вчинки, у той

час, як інші особистісні прояви здатні викликати у них роздратування й неприйняття. У КГ з високим рівнем розвитку показника «Ставлення інших» можна спостерігати відчуття себе прийнятним для оточуючих людей. Такі люди відчують, що їх люблять інші, цінують за особистісні та духовні якості, за здійснювані вчинки й дії, за прихильність груповим нормам і правилам. Вони відчують у собі товариськість, емоційну відкритість для взаємодії з оточуючими, легкість встановлення ділових і особистих контактів.

8. Шкала VII «Самоприйняття».

Шкала «Самоприйняття» дозволяє зробити висновок про вираженість почуття симпатії до себе, згоди зі своїми внутрішніми спонуканнями, прийняття себе таким, який є, попри недоліки і слабкості. В обох групах показники цієї шкали знаходяться на високому рівні, можна сказати, що у юнаків і дівчат виражене всебічне прийняття свого «Я» і позитивний загальний фон сприйняття себе. Такі люди часто відчують симпатію до себе і вважають свої недоліки продовженням переваг. Конфліктні ситуації і невдачі не стають для них підставою, щоб вважати себе поганою людиною.

9. Шкала VIII «Самокерівництво».

Показники даної шкали для ЕГ потрапляють до діапазону високих значень, у той час, як в КГ відзначаються середні показники. Були виявлені статистично значущі відмінності ($p = 0.007$) між показниками першої та другої групи. Шкала «Самокерівництво» відображає уявлення особистості про основне джерело власної активності, розвитку, досягнення результатів. В ЕГ дана категорія є яскраво вираженою.

Можна сказати, що респонденти вважають себе основним джерелом розвитку своєї особистості і регулятором досягнень і успіхів. Люди, у яких яскраво виражена дана категорія самоставлення, відчують власне «Я» внутрішнім стрижнем, що координує та спрямовує їхню активність, здатність прогнозувати свої дії та їх наслідки. Вони відчують, що здатні чинити опір впливу ззовні і йти проти долі та збігу обставин. Такі люди здатні контролювати власні емоційні реакції та переживання. В КГ ставлення до свого «Я» часто може залежати від ступеня адаптованості до конкретної ситуації. Звичні умови сприяють вираженому особистому контролю, у той час, як нові ситуації можуть призвести до послаблення регуляційних можливостей «Я» і посилити схильність підкорятися середовищним впливам.

10. Шкала IX «Самозвинувачення».

Шкала «Самозвинувачення» характеризує вираженість негативних емоцій на адресу власне свого «Я». Показники за цією шкалою

знаходяться на низькому рівні у респондентів обох груп. Такі люди схильні заперечувати власну провину в конфліктних ситуаціях. Вони захищають власне «Я» шляхом звинувачення переважно інших, схильні переносити відповідальність за розв'язання проблем на оточуючих.

Відчуття задоволеності собою поєднується з осудженням інших, пошуком у них джерел усіх неприємностей і лих. Попри те, що формально показники самозвинувачення знаходяться на низькому рівні в обох групах, яскраво виражене самозвинувачення властиве 25% респондентам з ЕГ і 10% респондентам КГ. Такі люди схильні бачити в собі, перш за все, недоліки, звинувачують себе у всіх своїх невдачах. Як правило, установка на самозвинувачення супроводжується розвитком почуття внутрішньої напруги й відчуттям неможливості задоволення основних потреб.

11. Шкала Х «Самоцікавість до свого внутрішнього світу».

Показники даної шкали знаходяться на дуже високому рівні у респондентів обох груп. Це може свідчити про те, що респонденти схильні цікавитися своїм внутрішнім світом. Вони із задоволенням проводять час наодинці з самими собою і насолоджуються власним товариством, вважають себе здатними зацікавити оточуючих і легко вступають в міжособистісні контакти.

12. Шкала ХІ «Саморозуміння»

Показники даної шкали висловлюють здатність людини до спостереження і пояснення своїх справжніх, минулих і майбутніх мотивів та вчинків, здатність відповідати на питання «як» і «чому» щодо свого характеру й поведінки, уміння виявляти в ньому причинно-наслідкові і тимчасові зв'язки, сенс поведінки. Люди з низькою виразністю саморозуміння не в змозі правильно зрозуміти власну особистість і, як наслідок, досягти задоволеності самим собою, що своєю чергою перешкоджає повноцінному розвитку особистості. Респонденти з високим рівнем розвитку даної якості здатні розуміти свою особистість, думки, ідеї, бажання й потреби, а внаслідок можуть проживати своє життя більш повно і бути собою» в максимальному ступені.

Методика «Діагностики рівня емпатичних здібностей»

В. Бойко

Здатність до емпатії є у всіх. Через це, вивчення та розвиток емпатії як базисної міжособистісної здатності розуміти емоції іншої людини, співпереживати і співчувати їй є вкрай необхідним.

Таблиця 4

Рівні емпатичних здібностей студентів ЕГ та КГ

Рівень	Низький	Середній	Високий
ЕГ	4 осіб (16%)	14 осіб (56%)	7 осіб (28%)
КГ	3 осіб (12%)	16 осіб (64%)	6 осіб (24%)

Графічно результати можна представити таким чином (рис. 3).

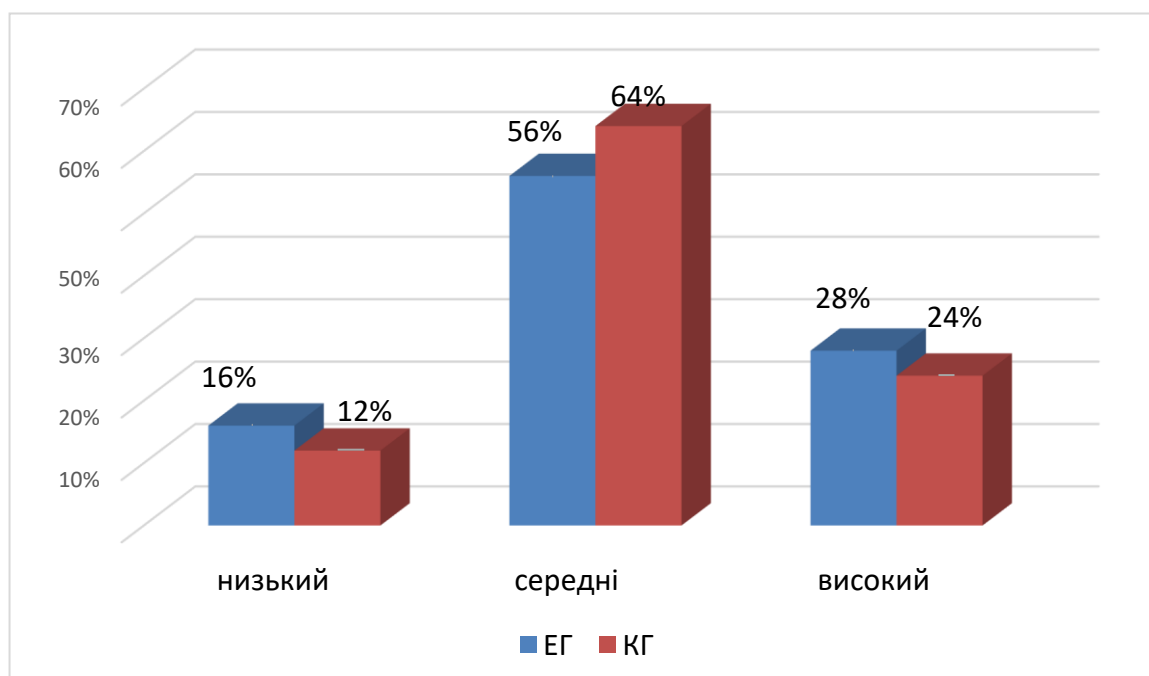


Рис. 3. Рівні емпатичних здібностей студентів ЕГ та КГ

За підсумками діагностики у всіх випробовуваних спостерігається нормальний і високий рівні вираженості здатності особистості до емоційного відгуку на переживання інших людей (емпатії), що свідчить про емоційну розвиненість обох груп групи. 14 студентам (56%) з ЕГ та 16 студентам (64%) з КГ із середніми показниками, за даною методикою, є характерним частіше в порівнянні з тими, у кого ці показники низькі, проявляти фізіологічну реакцію на емоційні стимули, у вигляді зміни в серцевому ритмі, у зміні шкірної провідності. Вони більш емоційні та проявляють реакцію у вигляді сліз і відкритого сміху. Ймовірно, вони в дитинстві мали приклад дорослої людини, яка

проводила з ними час, відкрито і яскраво виявляючи свої емоції, розповідаючи про пережиті почуття.

7 студентам (28%) з ЕГ та 6 студентам (24%) з КГ з високими показниками емпатії властивий альтруїзм, вони можуть проявляти діяльну допомогу оточуючим їх людям. Вони тримаються за дружбу й намагаються зміцнити свої взаємини з оточуючими. Вони менш агресивні, менш схильні до насильства та більш спрямовані на моральні оцінювання, для них позитивні соціальні риси дуже важливі. У їхньому характері може проявлятися поступливість. Отже, можна відзначити, що у всієї вибірки переважає середній або нормальний рівень емпатії, відсутні крайнощі і є можливість розвивати свої здібності.

На підставі проведеного емпіричного дослідження, в контексті формувального етапу експерименту нами було розроблено пілотну програму для підвищення рівня формування професійної Я-концепції молодих юристів, що забезпечує розвиток особистісних і професійних якостей студентів як основи формування позитивної динаміки професійної Я-концепції юриста. Основним результатом є дослідження особистісних і професійних якостей та визначення умов, що забезпечують вибір такої стратегії професійного розвитку, яка сприятиме формуванню позитивної професійної Я-концепції.

При відборі змісту, методів і форм організації практичних занять у програмі підвищення професійної складової Я-концепції враховувалося, що значущу роль у формуванні професійної мотивації, професійної позиції має здатність студента до вибору як внутрішньої діяльності, так і аналізу своєї професійної діяльності [5]. Особливе значення при організації занять приділяється застосуванню методів активного навчання: тренінгу рефлексивних умінь, діловій грі з самопроектування професійного розвитку.

Теоретичний етап програми (теоретичний блок) (8 академічних годин) має такі цілі:

- 1) студенти-правники повинні опанувати сутність Я-концепції;
- 2) опанувати понятійний апарат і терміни, пов'язані з процесом розвитку Я-концепції;
- 3) мотивувати студентів на розвиток Я-концепції.

Студентам у стислій, доступній формі пропонується ознайомитися з науковими психологічними поняттями, присвяченими Я-концепції та її окремим аспектам. Рекомендуються доповіді, індивідуальні реферативні виступи студентів у рамках запропонованої тематики з подальшим обговоренням у формі дискусії, проєктна діяльність, використання методу портфоліо.

Основні поняття: Я-концепція, самосвідомість, Я-схема, образ Я, Реальне Я, Ідеальне Я, самооцінка, рівень домагань, самоприйняття, самоповага, психічне здоров'я, саморозвиток, самоактуалізація та ін. На першому вступному занятті рекомендується провести презентацію теми і цілей курсу за вибором. Також можна організувати бесіду з метою встановлення довірчих взаємин і використовувати методику «незакінчені речення», спрямовану на виявлення актуального рівня розвитку Я-концепції студентів-правників, їх рефлексивних умінь, особливостей мотивації, особистих і професійних цілей. Зокрема, студентам рекомендується завершити наступні незакінчені речення: «Я ...»,

«Мені подобається, що я ...», «Мені не зовсім подобається, що я ...», «Мені не подобається, що я ...», «Я хочу розвинути в собі ...», «Моя мета – це ..», «Щоб досягти своєї мети я ...», «Я вибрав (-ла) цей курс, щоб ...», «Я сподіваюся, що цей курс ...» та ін.

У ході подальших занять рекомендується використовувати вправи, спрямовані на послідовне вирішення педагогічних завдань. В аудиторній діяльності можна використовувати методи мозкового штурму з подальшим обговоренням у ході дискусій в малих групах і загальногрупових дискусіях.

Також рекомендовано обговорити наступні питання:

- 1) Наскільки важливою частиною особистості є Я-концепція?
- 2) Коли починається формування Я-концепції?
- 3) Що таке образ Я? Як люди презентують себе?
- 4) Які показники сформованої Я-концепції?
- 5) Які зв'язки між Я-концепцією і самооцінкою?
- 6) Що сприяє підвищенню і зниженню самооцінки?
- 7) Що є показниками позитивної Я-концепції?
- 8) Що таке зворотний зв'язок і в якій формі він може бути виражений?
- 9) Яким має бути зворотний зв'язок, щоб сприяти розвитку Я-концепції?

На заняттях рекомендується проводити обговорення індивідуальних реферативних виступів і презентацій студентів на тему: «Сутність Я-концепції». При підготовці виступів студентам потрібно проаналізувати науково-популярні та спеціальні наукові тексти психологічної тематики, присвячені Я-концепції. Також студентам пропонується підготувати в малих групах проекти, присвячені копінг-стратегіям (позитивне цілепокладання, порівняння, що йде вниз, порівняння що йде вгору та ін.). При підготовці студентам рекомендується виконати ряд завдань:

- а) пояснити мету їх застосування;
- б) знайти приклади використання стратегій у відомих студентам текстах;
- в) обговорити в режимі дискусії ефективність використання тієї чи іншої стратегії в кожному конкретному випадку.

На основі прочитаних наукових і науково-популярних психологічних текстів, а також прослуханих виступів своїх одногрупників у якості домашньої роботи студентам пропонується створити модель структури своєї Я-концепції.

Також студентам пропонується написати есе «Мій власний рейтинг копінг-стратегій», в якому рекомендується ранжувати стратегії перешкоджання небажаної зміни Я-концепції, які найчастіше використовуються для підтримки своєї самооцінки та збереження власної Я-концепції, а також навести приклади зі свого життя. Письмові есе поряд із матеріалами реферативних виступів та проєктів входять до портфоліо, що відображає просування студентів за курсом та їх роботу з розвитку своєї Я-концепції.

Також у рамках теоретичного блоку студентам пропонується почати вести щоденник, в якому записуються ситуації, при вирішенні яких виникають труднощі. Ці матеріали будуть потрібні на наступних етапах курсу з розвитку Я-концепції. Інформація про ситуації, вирішення яких викликає труднощі у студентів, дозволяє окреслити коло питань, відповіді на які вони хотіли б знайти під час освоєння курсу і виконання передбачених курсом завдань.

Етап самодіагностики і рефлексії (діагностичний блок) (4 академічні години) має наступні цілі:

- 1) розвиток рефлексивних умінь студентів;
- 2) виявлення особливостей Я-концепції студентів.

Змістовно цей блок є спеціально організованим процесом самопізнання, який спрямований на виявлення та усвідомлення студентами уявлень про себе, уточнення й деталізацію своєї Я-концепції, стимулювання її розвитку. У рамках цього етапу студентам пропонуються підібрані викладачем психологічні тести, спрямовані на вивчення Я-концепції або її окремих компонентів, взяті з наукової або науково-популярної літератури.

Студентам також пропонується обговорити результати тестування, розгорнуто відповідаючи на такі питання, як-от: «Які питання опитувальника викликали у Вас ускладнення? Чому?», «На яке (які) питання опитувальника Ви б дали відмінний від запропонованих варіантів відповідь? Якою була б відповідь? Чому?», «Чи дізналися Ви

що-небудь нове про себе з інтерпретації результатів тесту?», «Чи згодні Ви з інтерпретацією результатів тесту?», «Чи впізнаєте Ви себе в інтерпретації результатів тесту?» та ін.

Етап самодіагностики і рефлексії передбачає залучення студентів до дослідницької діяльності. У рамках цього етапу студентам необхідно:

1) дібрати тест, проаналізувавши наукову або науково-популярну психологічну літературу;

2) обґрунтувати свій вибір, зв'язавши досліджуване з тестом явище зі структурою Я-концепції, виробленої студентом на попередньому етапі;

3) провести самодіагностику та інтерпретацію результатів;

4) проаналізувати результати інтерпретації тесту з точки зору уточнення своїх уявлень про себе і деталізації Я-концепції.

Діагностика Я-концепції та її складових допомагає студентам уточнити уявлення стосовно особистісних цінностей, усвідомити свої уявлення про себе, про своє місце в соціумі, поглибити й деталізувати свою Я-концепцію. Отримана під час психологічної діагностики і самодіагностики інформація сприяє уточненню Я-концепції студента, наповненню її новим змістом. Студентам рекомендується написати есе, в якому необхідно вербалізувати уточнені уявлення про себе, зазначивши як свої сильні, так і слабкі сторони, а також відзначити аспекти, які потребують подальшого розвитку, – це створює передумови для створення програми саморозвитку й корекції Я-концепції студента [7, с. 11].

Проектувальний етап (блок) (8 академічних годин) має такі цілі:

1) допомогти студентам створити і скорегувати образ Ідеального Я (як загального, так і в різних соціальних контекстах);

2) познайомити студентів зі стратегіями підвищення самооцінки і самосприйняття;

3) сформувати мотивацію розвитку Я-концепції;

4) допомогти студентам створити програму саморозвитку, визначити шляхи досягнення цілей саморозвитку.

Проектувальний етап сприяє опанувати компетенцію здатності проектувати траєкторії свого особистісного розвитку. Слід підкреслити, що робота з розвитку Я-концепції неможлива без створення і вербалізації Ідеального Я. Створення студентами власної моделі Я-концепції, що відбиває індивідуально значущі соціальні контексти і якості, а також результати проведеної психологічної діагностики і самодіагностики, дозволяють окреслити перелік бажаних якостей і особистісних рис, які лягають в основу образу Ідеального Я студента.

Розроблені програма і методика дозволяють стимулювати розвиток Я- концепції студентів, розширити їх уявлення про себе, свої можливості та місце в соціумі, підвищити самоприйняття, оптимізувати самооцінку, познайомити студентів із методами психологічної самопідтримки та самодопомоги, розширити репертуар ефективних моделей поведінки у складних життєвих ситуаціях.

Проведене соціально-психологічне дослідження з вивчення розвитку професійної Я-концепції молодих юристів на початкових етапах їх професійного становлення засвідчило, що на основі поєднання повноти професійної Я-концепції і провідної форми представлених у ній відносин суб'єкта було встановлено, що в типовій Я-концепції студента-юриста 2-го курсу когнітивний компонент включає зв'язок уявлення про ідеального професіонала з уявленнями про себе. Комунікативний компонент передбачає наявність здатності реалізовувати, перевіряти й коригувати свій професійний образ Я в навчальній діяльності та спілкуванні. Дослідження показало, що у студентів експериментальної та контрольної груп спостерігається відносно однаковий рівень сформованості професійної складової Я-концепції, а саме: вони свідомо опановують професію, планують майбутній професійний шлях, позитивно ставляться до обраної професії юриста, також відзначається прийняття власної особистості, розуміння своєї ролі в професії тощо. Після проведення формуючого експерименту було здійснено підсумкову діагностику ефективності впровадження програми підвищення професійної складової Я-концепції молодого правника, яка показала, що рівень сформованості професійної Я-концепції у студентів-юристів з експериментальної групи також підвищився.

Список використаної літератури

1. Варій Й. М. Психологія особистості. Київ : Центр учбової літератури, 2008. 592 с.
2. Вірна Ж. Професіоналізація: Теоретико-методологічні витоки психологічного забезпечення. Педагогіка і психологія професійної освіти. 2002. № 3. С. 186-196.
3. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції: монографія. Тернопіль : Економічна думка, 2012. 186 с.
4. Каламаж Р. В. Я-концепція як складова професійної самосвідомості юристів. Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». Острог. 2006. Вип. 7. С. 156-164.
5. Каламаж Р. В. Психологія становлення професійної Я-концепції майбутніх юристів. Острог. Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2009. 404с.

РОЗДІЛ X ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЙ

Олена КОВАЛЬЧУК

кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології
КЗВО «Дніпровська академія
неперервної освіти» ДОР,
(Інститут стратегічного розвитку
та медіації, м. Дніпро, Україна)
керівник Дніпровського осередку
Української асоціації організаційних
психологів та психологів праці

МОДАЛЬНОСТІ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ПСИХОТЕРАПІЇ

Методи першого покоління (1950-60-ті роки) були зосереджені на поведінковій терапії, що означає заміну негативної (небажаної) поведінки позитивною.

Друге покоління (1960-ті, 1970-ті, 1980-ті роки) – пріоритет когнітивній роботі і, отже, розмовній терапії. Наприклад, КТ Бека.

Третє покоління (з 1990-х років, поверненням до біхевіоризму, але через усвідомленість, холістичний підхід, функціональний аналіз, дефузію, цінності та духовність).

Терапія прийняття та відповідальності – це підхід до психотерапії, який сприяє зміні негативних переконань та поведінки через відповідальність за своє життя та прийняття себе таким, яким є.

У рамках цієї терапії, людина навчається приймати відповідальність за свої дії та поведінку, і зосереджується на тому, що може зробити, щоб змінити свої умови. Вона навчається приймати свої емоції та почуття, а також відповідати на них на адекватний спосіб. Це може допомогти знизити рівень стресу та покращити якість життя.

Модель

1. Розуміння ситуації.
2. Прийняття ситуації.

Погляд на свої цінності.

Відповідальність за ті зміни, які ми вносимо.

Бути прихильним до змін.

У терапії прийняття та відповідальності використовуються різні методики, такі як когнітивно-поведінкова терапія, розмірковування та медитація. Терапевт працює з клієнтом, щоб виявити негативні переконання, які можуть заважати його життю, і навчити його змінювати свої думки та поведінку.

Один із ключових принципів терапії прийняття та відповідальності полягає в тому, щоб прийняти свої недоліки та недосконалість, і зосередитися на тому, що можна зробити для покращення своєї ситуації. Це може допомогти зменшити рівень стресу та депресії, покращити самопочуття та залучення до життя.

Загалом, терапія прийняття та відповідальності є ефективним підходом до психотерапії, що може допомогти людям змінити негативні переконання та поведінку, знизити рівень стресу та покращити якість життя. Вона може бути особливо корисною для людей, які стикаються зі складними ситуаціями, такими як розлучення, втрата роботи, проблеми зі здоров'ям або фінансові труднощі.

Терапія прийняття та відповідальності також може бути корисною для людей, які мають проблеми зі здоров'ям психіки, такими як депресія, тривожність або психосоматичні розлади. Цей підхід допомагає людям перетворити негативні думки та переконання на більш позитивні, що допомагає зменшити симптоми психічних розладів та покращити якість життя.

Узагальнюючи, терапія прийняття та відповідальності – це ефективний підхід до психотерапії, що допомагає людям змінити негативні переконання та поведінку, прийняти відповідальність за своє життя та покращити якість свого життя. Цей підхід може бути особливо корисним у складних ситуаціях та для людей, які стикаються зі здоров'ям психіки.

Діалектична поведінкова терапія (ДПТ) – це форма психотерапії, яка була спеціально розроблена для лікування осіб із різними розладами особистості, особливо розладом особистості у межах судинності (BPD), а також для управління емоційною регуляцією і міжособистісними відносинами. Терапію було розроблено Маршалом Барнсом, американським психіатром і психотерапевтом.

ДПТ поєднує в собі елементи когнітивно-поведінкової терапії з елементами медитації та вчень східних релігій, таких як буддизм. Головною метою цієї терапії є розвиток навичок емоційної регуляції,

збільшення освідомленості (mindfulness), покращення міжособистісних відносин і зменшення самозбурювальної поведінки.

Основною концепцією в ДПТ є діалектика – процес розвитку гармонії через врегулювання протиріч у житті і внутрішніх конфліктів. Терапія сприяє розвитку вмінь у пацієнтів для вирішення проблем, що виникають у повсякденному житті, і сприяє більш ефективному управлінню емоціями.

ДПТ може бути корисною для людей з різними психічними розладами, а також для тих, хто шукає способи покращити свою емоційну регуляцію і міжособистісні відносини. Терапевт, який використовує ДПТ, співпрацює з клієнтом, щоб допомогти йому розвивати навички і стратегії, які сприяють покращенню якості життя і зниженню страждань.

Поняття майндфулнес (від англійського «mindfulness») визначається як «повна свідомість», «уважність» або «зосередженість» за запропонованими словниковими варіантами. За англо-англійським словником Longman, майндфулнес представляє собою спосіб покращення психічного стану, який передбачає приділення пильної уваги всьому, що людина переживає та відчуває, особливо під час спокійної медитації.

Українська та польська мови не мають точного еквівалента для терміну «майндфулнес,» тому в науковій спільноті використовують такі вирази, як «майндфулнес-медитація» чи «майндфулнес-терапія» Термін «майндфулнес» був введений американським професором медицини Джоном Кабат-Зінном у 70-х роках ХХ століття. Майндфулнес означає усвідомленість, яка виникає завдяки свідомому спрямуванню уваги на поточний момент власного досвіду.

Майндфулнес-терапія або поведінкова терапія, заснована на усвідомленні (Mindfulness-based cognitive therapy – МВСТ), є однією з модальностей психотерапії, пов'язаною з третьою хвилею поведінкової психотерапії, та важливою областю сучасної психотерапії. Цей метод надає можливість лікування різних розладів особистості, межових розладів, хронічної депресії та загального тривожного розладу. Майндфулнес-терапія включає психоосвіту та заохочує пацієнтів в практикуванні медитації усвідомленості. Головною метою є розвиток метакогнітивної свідомості, яка включає в себе здатність сприймати когнітивні процеси та емоції як ментальні події, що відбуваються в розумі, і можуть або не можуть бути пов'язаними з зовнішньою реальністю.

Знайомство з майндфулнес-медитаціями відбулося у березні 2022 року через наших колег Алісію Браунштейн і Джеймса Уеслі Вільямса. Кожну п'ятницю вони проводили групи підтримки для українських психотерапевтів та психологів, які допомагали знімати емоційне напруження, особливо під час тривалих періодів тривоги і під час ракетних атак та їх наслідків. Учасники групи були розселені у різних містах України та за кордоном. Алісія є психотерапевтом і істориком, а Джеймс – терапевтом, консультантом із психічного здоров'я та лайф-коучем.

Алісія Браунштейн розкрила сутність та теоретичний фундамент майндфулнес-медитацій і надала наукову літературу з цієї теми, в той час як Джеймс Уеслі Вільямс створював для нас чарівні мандрівки в безпечні місця, наповнюючи кожну подорож унікальними елементами творчості, поетичності та метафоричності. Алгоритм створення таких подорожей детально описано у книзі австрійського психотерапевта Барбари Прайтлер «На їхньому боці: Психосоціальна підтримка травмованим біженцям.»

Вправа «Подорож у безпечне місце» розпочинається з запиту до учасників зручно розташуватися, усамітнитися і запрошує їх уявити своє власне місце безпеки. Це може бути як реальне, так і уявне місце. Якщо це місце реальне, то воно має залишитися цілим і невразливим. Якщо учасникам комфортно, вони можуть закрити очі. Якщо це викликає дискомфорт, то краще сконцентрувати погляд на певному об'єкті.

Наступним кроком є детальне розглядання свого місця безпеки в уяві, поглиблення в його тишу, де немає жодних інших осіб – ні дітей, ні дорослих, ні колег, ні клієнтів. Якщо у вас з'являються уявні гості, то просіть їх піти. Важливо наголосити, що учасники мають повний контроль, і це надає їм впевненості. Опісля/надалі/у подальшому запропонуйте учасникам ретельніше розглянути їх місце безпеки: як воно виглядає, яка там температура повітря, яке світло. Ви можете порадити їм навіть розфарбувати це місце у тих кольорах, які їм подобаються. Усе, що вони хочуть побачити, можна знайти в їхньому місці безпеки. Якщо хтось хоче пройтися біля води, то вода чиста, приємна і прозора. Якщо вдруге з'являються які-небудь звуки чи голоси, просіть їх затихнути, оскільки ви хочете бути наодинці. Спонукайте учасників сприйняти образ свого місця безпеки через свої органи чуття і насолодитися цим перебуванням. Головне – це сприйняти своє місце безпеки і прийняти його, оскільки це місце належить саме вам і ви завжди можете повертатися туди у будь-який момент.

Місця безпеки ніколи не піддаються зруйнуванню ззовні, вони завжди залишаються в глибині вашого розуму. Після завершення вправи, перед тим як повернутися назад, учасники роздивляються своє місце безпеки і прощаються з ним. Ви завершуєте вправу через дихання – глибокий вдих через ніс і повільний видих через рот. Вам рекомендується позоставати в стані спокою протягом деякого часу, попити воду або зелений чай. Після виконання медитації майндфулнес не рекомендується відразу сідати за кермо, оскільки може виникнути бажання розслабитися або навіть відчуття сонливості. Дехто може бажати намалювати своє місце безпеки, щоб запам'ятати його.

Ця практика майндфулнес була запропонована учасникам курсів підвищення кваліфікації програми «Психологічна самопомога у кризових ситуаціях (для психологів)». Один з варіантів цієї медитації, яка включає подорож до таємничого будиночка на дереві, був показаний організацією NUMA. У подальших публікаціях буде представлена українська адаптація цієї медитації. Перед проведенням медитації майндфулнес рекомендується провести підготовчу роботу та узгодити деякі деталі з учасниками, які можуть вплинути на їх комфорт та безпеку під час виконання вправи.

Закрийте очі та розташуйтеся зручно...

Зробіть глибокий вдих через ніс... і... повільно й обережно видихніть через рот.

І знову – зробіть глибокий вдих через ніс і повільно... й обережно –видих через рот.

Ще раз, глибоко вдих і повільний та обережний видих.

Фантастично!

У Вас дуже чудово виходить!

Тепер уявіть, що у ваших ніжках відчувається розслабленість та легкість, – неначе ви засинаєте, – і вони здаються дуже м'якими і ненапруженими.

Чи можете ви це відчутти?

А тепер, уявіть, що все ваше тіло відчуває себе так само, – все м'яке та розслаблене.

Ви відчуваєтеся такими розслабленими і такими щасливими.

Зараз, я хочу, щоб ви уявили, що у вас є коріння, яке проростає із ступенів ваших ніг, коріння, яке виглядає так само, як коріння дерева, дуже довге та розгалужене.

Заглибіть це коріння глибоко в землю, ви можете почути, як воно зростає все глибше і глибше, і ви можете почути, як воно пробивається

крізь ґрунт, і трішечки лоскоче.

Чи відчуваєте це?

Чи відчуваєте землю під ногами?

Це називається заземленням. Це допомагає вашій енергії укорінюватись в землю, щоб ви також могли рости великими і сильними, так само, як дерево.

Тепер уявіть, що ваше тіло оточує красиве біле сяйво, сяйво настільки яскраве, що ви світитесь яскравіше, ніж найяскравіша зірка в небі, але вам не шкодить дивитися на це сяйво.

Це... чудове чисте біле сяйво, завжди захищає вас, це так само, неначе ви маєте своє власне поле сили / місце сили.

Чи бачите його?

Чудово!

У вас дуже гарно виходить!

Тепер я хочу, щоб ви уявили, як стоїте перед величезним деревом. І коріння цього дерева вросли глибоко-глибоко в землю, а його гілки розгалужуються у різні сторони. І ви помічаєте, що на одній з гілок цього дивовижного дерева звисають канатні сходинки, ви підіймаєте очі вгору і бачите найдивовижніший будиночок на дереві, який ви коли-небудь бачили.

Ви завжди хотіли мати свій власний будиночок на дереві, а тепер ви знайшли ЙОГО, – ваш таємничий будиночок на дереві. Це ваше особливе місце, куди можете прийти тільки ви, і в цьому будиночку на дереві ви відчуваєте себе дуже безпечно і тепло. Ви відчуваєте, що можете робити тут усе, що завгодно, тому що це ваш власний будиночок на дереві.

У вашому будиночку на дереві є вікна, можливо, там навіть є люк/дверцята у підлозі, тож ви можете спуститися з дерева дуже швидко, якщо захочете цього.

У вашому будиночку на дереві можуть бути рослини, рослини – красиві кольорові квіти.

Тут є всі ваші улюблені речі, разом з вами.

Також там може бути гойдалка, яка звисає зі стелі, якщо захочете цього.

Чи бачите це?

Можливо ви бачите, як гойдалка мрійливо розгойдується вперед-назад.

У вашому будиночку на дереві подумайте про все, що дозволяє вам відчувати себе добре?

Про все, що викликає у вас посмішку: чи це улюблена іграшка, чи

це домашній улюбленець, чи це хтось особливий, той, кого ви дуже сильно любите.

Побачте це очима свого розуму, чи вдається це побачити?

Продовжуйте уявляти і створюйте інтер'єр всередині свого будиночка на дереві саме так, як ви хочете.

Все, що робить вас щасливими, все, що викликає почуття щастя!

Ви відчуваєте щасливими, коли думаєте про це.

Це все є тут – у вашому будиночку на дереві!

У вашому таємничому будиночку на дереві!

Кожного разу, коли ви заходите у свій будиночок на дереві, ви відчуваєте (по-справжньому) розслабленими і дуже щасливими.

Це місце, де можна відпустити всі свої думки, ваші турботи, просто відпустити їх, тут вони не мають значення. І це місце, щоб відпустити все, що може вас засмутити. Це ваше місце щастя лише для вас.

Тут дуже безпечно.

А зараз я збираюсь залишити вас на лише кілька хвилин, щоб ви могли дослідити свій власний таємничий будиночок на дереві.

Пауза – слухаємо музику (дати послухати музику)

Чи відчуваєте себе щасливими? Чи відчуваєте, як ваше серце сповнене радістю від щастя? Ви такі щасливі, ви такі мирні та спокійні.

Усе, чого ви коли-небудь хотіли, є тут.

Тепер, глибоко вдихніть через ніс і повільно й обережно видихніть через рот.

Ви відчуваєте себе дуже спокійними і дуже розслабленими у своєму таємничому будиночку на дереві.

Це місце, куди ви можете піти будь-якої миті, коли забажаєте, і ви завжди будете відчувати тут спокій і щастя.

І пам'ятайте, що ваш будиночок на дереві завжди є тут – саме для вас, тому що у вашому таємничому будиночку на дереві ви завжди у безпеці, завжди любимі та завжди захищені.

Тепер, зробіть глибокий вдих і уявіть, що ви повертаєтесь назад по канатних сходинках та виходите з вашого будиночку на дереві.

Зробіть ще раз глибокий вдих і повільно й обережно повертайтеся у свою кімнату.

Ще один великий глибокий вдих.

Тепер покрутіть пальцями рук, поворухіть пальцями ніг, потріть руки, щоб зробити їх теплими.

І коли будете готові, повільно й обережно відкривайте очі знаючи,

що ви можете прийти до свого таємничого будиночка на дереві у будь-який час, коли забажаєте...

Музика

Музика поступово затихає

Список використаної літератури

1. Прайтлер Б. На їхньому боці. ВНТЛ-Класика. 2022. 156 с.
2. Kahl, Kai G.a; Winter, Lotta; Schweiger, Ulrichb. The third wave of cognitive behavioural therapies: what is new and what is effective?. Current Opinion in Psychiatry 25(6):p 522-528, November 2012. New Horizon meditation and Sleep Stories. Access mode: <https://www.youtube.com/watch?v=DWOHcGFITmc>
3. <https://wearenuma.org/>

Елліна ПАНАСЕНКО

доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри
практичної психології

Софія БЕРЕЗКА

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри
практичної психології

*(ДВНЗ «Донбаський державний
педагогічний університет»,
м. Слов'янськ Донецької обл., Україна)*

ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ВЕТЕРАНІВ ВІЙНИ ЗАСОБАМИ ГРУПОВОГО ТРЕНІНГУ

PSYCHOLOGICAL REHABILITATION OF WAR VETERANS THROUGH GROUP TRAINING

В Україні актуальність психологічного супроводу ветеранів війни підвищується через повномасштабну війну в країні. Психологічний супровід є важливою складовою реабілітації ветеранів війни, оскільки вони можуть відчувати психологічний стрес, посттравматичний стресовий розлад та інші психологічні проблеми. Ветерани війни можуть стикатися зі складними психологічними викликами, такими як втрата товаришів, травми та важкі враження від військових подій. Психологічний супровід сприяє відновленню психічного здоров'я

ветеранів і допомагає їм адаптуватися до цивільного життя після повернення з війни. Важливою частиною психологічного супроводу є надання психологічної підтримки сім'ям ветеранів, оскільки вони також можуть відчувати стрес та труднощі. Психологічний супровід допомагає ветеранам знаходити способи копіngu зі стресом і важкостями, що виникають у повсякденному житті. Професійні психологи можуть надавати індивідуальні консультації ветеранам, а також організовувати групові сесії для спільного обговорення проблем. Психологічний супровід сприяє покращенню якості життя ветеранів і може допомогти запобігти виникненню серйозних психічних проблем.

Теоретичні та прикладні аспекти військової психології досліджують В. Афанасенко, Г. Бондарева, Т. Голота, А. Грицевич, І. Гузенко, А. Дейко, В. Дикун, А. Злотніков, О. Капінус, П. Круть, І. Ліпатов, М. Лісовський, В. Осьодла, В. Пасічник, О. Скрипкін, В. Чорний.

Дослідження у напрямку психологічної допомоги та реабілітації військовослужбовців здійснюють Н. Агаєв, Ю. Бриндіков, В. Горбунова, А. Грибок, В. Климчук, О. Кокун, О. Колесниченко, Л. Корня, О. Матеюк, Г. Нетлюх, І. Пішко, І. Приходько, Н. Лозинська та ін.

Теорію та практику психологічного тренінгу як ефективного засобу роботи з військовослужбовцями студіюють В. Балахтар, В. Духневич, В. Журавльов, Г. Кочарян, І. Матійків, К. Мілютіна, Л. Мороз, В. Назаренко, Л. Перелигіна, В. Чернобровкіна, О. Шевчук та ін.

Ветерани війни в Україні можуть стикатися з різними психологічними проблемами, які можуть виникати внаслідок досвіду бойових дій та переходу з військового служіння в цивільне життя.

Велика кількість ветеранів можуть відчувати **посттравматичний стресовий розлад (ПТСР)** унаслідок травматичних вражень, що пережиті ними під час військових подій. Це може включати військову агресію, смерть товаришів, обстріли тощо. Посттравматичний стресовий розлад є серйозною психологічною реакцією, яка може виникнути ветеранам війни після травматичних вражень і стресових подій. Симптоми ПТСР можуть включати відчуття страху, тривожність, рекурентні спогади про події війни та нічні кошмари. Ветерани з ПТСР можуть переживати гіперзбудливість, включаючи роздратованість, агресивність та проблеми зі сном. Цей розлад може впливати на здатність ветерана функціонувати в повсякденному житті та виконувати робочі обов'язки. ПТСР може призвести до відчуття відірваності від навколишнього світу, відносин та соціальної ізоляції.

Особи з ПТСР можуть уникати ситуацій, місць або розмов про військовий досвід, щоб уникнути погіршення симптомів. ПТСР може виникнути через конкретну травму, але також може розвиватися після тривалого стресового періоду. Не у всіх ветеранів розвивається ПТСР, і ризик може залежати від багатьох факторів, включаючи ступінь експозиції та особисту вразливість.

Діагноз ПТСР вимагає професійної оцінки психологом. Лікування ПТСР може включати терапію, таку як когнітивно-поведінкова терапія або експозиційна терапія. Підтримка родини та близьких є важливою частиною лікування ПТСР ветеранів. Професійний психологічний супровід може допомогти ветеранам розуміти та управляти своїми емоціями. Важливою частиною терапії може бути відкрита розмова про травматичний досвід та його наслідки. Постійна підтримка та позитивні соціальні зв'язки можуть сприяти відновленню ветеранів з ПТСР. Багато ветеранів із ПТСР знаходять допомогу та підтримку у ветеранських організаціях та спеціалізованих психологічних програмах підтримки [1; 4; 10].

Ветерани також можуть стикатися з депресією і тривожністю внаслідок низки стресових ситуацій та адаптаційних труднощів після повернення в цивільне життя. Для вирішення цих проблем важливий доступ до психологічного супроводу, психотерапії, групової підтримки та реабілітаційних програм. Ветерани можуть відчувати важку депресію, яка виражається в постійному почутті пригніченості, безнадійності та втрати інтересу до життя. Тривожність у ветеранів може призводити до постійних станів тривоги, переживання надмірних страхів та нервової напруги. Ці стани можуть виникнути внаслідок травматичного військового досвіду, а також внаслідок труднощів у повсякденному житті та адаптації до цивільного суспільства. Депресія та тривожність можуть призвести до суїцидальних думок та поведінки у ветеранів, тому це дуже серйозний аспект їхнього здоров'я. Симптоми депресії можуть включати втрату інтересу до роботи, спільноти та інтересів, зміни в апетиті та сні, відчуття вини та безнадійності. Тривожність може супроводжуватися панічними атаками, переживанням надмірних страхів та негативних думок.

Посттравматичний стресовий розлад може бути однією з причин депресії та тривожності у ветеранів, оскільки незнімний стрес може впливати на психічне здоров'я. Лікування може включати психотерапію, таку як когнітивно-поведінкова терапія або терапія відчуттів, а також призначення лікарських препаратів. Важливо виявити підтримку родини та близьких ветеранів, щоб допомогти їм подолати

депресію та тривожність. Групова підтримка і спілкування з іншими ветеранами можуть бути корисними для подолання цих станів. Практика здорового способу життя, включаючи фізичну активність та здорове харчування, може допомогти в керуванні депресією та тривожністю. Важливо пам'ятати, що депресія та тривожність є лікуваними станами, і ветерани можуть досягти покращення за належної допомоги. Спільні зусилля громади, медичних фахівців і організацій можуть сприяти покращенню психічного здоров'я ветеранів.

Перехід з військового життя в цивільне може впливати на сімейні відносини, ведучи до конфліктів та розривів. Ветерани війни часто стикаються зі складнощами у сімейних відносинах після повернення додому. Довгі періоди відсутності та розлуки можуть спричинити розлад у звичних ролей і відносинах між ветеранами та їхніми родинами. ПТСР і інші психологічні проблеми ветеранів можуть впливати на їхні відносини з рідними та близькими. Наступними симптомами можуть бути роздратованість, варіації настрою, роздуми і відчуття вини, що впливають на взаємодію в сім'ї. Навіть після завершення служби ветерани можуть відчувати розщеплення між військовим і цивільним життям, що може впливати на їхні сімейні відносини. Ветерани можуть відчувати важкість поділу досвіду війни з родиною, оскільки це може бути трудно розуміти для тих, хто не був у війську.

Сім'ї ветеранів можуть почувати, що їхні родичі не такі, як раніше, і це може викликати конфлікти та непорозуміння. Напруженість та стрес можуть виникати внаслідок недостатньої комунікації між ветеранами та їхніми родичами. Діти ветеранів також можуть відчувати стрес та тривожність через відсутність батьків під час їхньої служби. Питання фінансів, роботи та майбутнього можуть стати джерелом конфліктів у сім'ях ветеранів.

Важливо здійснювати взаємопідтримку та розуміння у сім'ї ветерана, які стикаються зі складнощами. Терапія сімейним підходом може бути корисною для вирішення конфліктів та покращення відносин. Ветерани та їхні родини можуть звертатися до професійних психологів або консультантів для допомоги у вирішенні сімейних проблем. Зміцнення комунікації та розвиток навичок рішення конфліктів можуть покращити стосунки у сім'ї ветерана. Розуміння та співчуття до досвіду ветерана можуть сприяти зміцненню відносин у сім'ї. Сім'ї ветеранів також можуть потребувати підтримки та ресурсів для подолання власного стресу та навантаження. Установлення балансу

між потребами ветерана та потребами сім'ї може бути важливим елементом відновлення відносин. Посилення підтримки та психологічної допомоги для ветеранів та їхніх родин може сприяти подоланню проблем у сім'ях ветеранів війни [7-9].

Ветерани можуть відчувати труднощі з отриманням роботи, навчанням або адаптацією до нових цивільних ролей і обов'язків. Ветерани війни, повертаючись до цивільного життя, часто стикаються з труднощами з пошуком роботи, оскільки їх військовий досвід і навички можуть бути неявними для цивільних роботодавців. Адаптація до нових професійних ролей та обов'язків може бути важкою через відмінності між військовим і цивільним середовищем. Багато ветеранів війни можуть відчувати стрес і незручності у процесі навчання або підвищення кваліфікації, оскільки вони повинні знову адаптуватися до навчання та набуття нових знань. Не всім ветеранам вдається знайти роботу, яка відповідає їхньому досвіду та навичкам, і це може призводити до безробіття та фінансових труднощів. Труднощі з адаптацією до цивільного життя також можуть включати у себе зміни в режимі дня, ритмі життя та соціальних звичках. Ветерани можуть відчувати недооцінку своїх здібностей та внеску в цивільному житті, що впливає на їхню самооцінку.

Перехід зі структурованого військового середовища до цивільного може вимагати перекриття багатьох прогалів в навичках і знаннях. Деякі ветерани можуть відчувати втрату ідентичності та покликання після завершення служби, що ускладнює їх адаптацію до нового способу життя. Важливою частиною адаптації є підтримка ветеранів та надання їм ресурсів для пошуку роботи, навчання та розвитку нових навичок. Програми перепідготовки та перекваліфікації можуть допомогти ветеранам знайти нові професійні можливості. Ветерани також можуть використовувати свій досвід і навички з лідерства та командної роботи в цивільних професіях. Підтримка ветеранських організацій і програм може бути важливим ресурсом для ветеранів у процесі адаптації до цивільного життя.

Психологи відіграють важливу роль у наданні підтримки і допомоги ветеранам, які можуть використовувати алкоголь або наркотики як спосіб впоратися зі стресом та травмами. Психолог може встановити індивідуальний план лікування та реабілітації для ветерана, який стикається з алкогольною чи наркотичною залежністю. Психологічна підтримка може допомогти ветеранам розуміти корені своєї залежності та впоратися з психологічними причинами, що призвели до вживання речовин. Психологи навчають ветеранів

ефективним стратегіям управління стресом, щоб замінити негативні звички залежності. Важливим аспектом допомоги психолога є робота над психологічними та емоційними факторами, які призводять до вживання речовин, включаючи роботу з травмами і внутрішніми конфліктами.

Психолог може розробити індивідуальний план відновлення, який включає психотерапію та групову підтримку для ветерана. Психологи також можуть сприяти залученню ветеранів до програми реабілітації та підтримки для осіб із залежністю. Важливою частиною роботи психолога є створення безпечного та довірчого середовища, де ветеран може відкрито обговорювати свої проблеми та страхи. Психологи сприяють ветеранам у відновленні від залежності та підтримують їх на шляху до тривалої абстиненції. Індивідуальна та групова терапія може допомогти ветеранам розвинути здорові стратегії копінгу зі стресом та травмами. Психолог може надавати підтримку ветеранові під час реінтеграції в суспільство та адаптації до цивільного життя. Робота зі сім'ями ветеранів також може бути важливою, оскільки психолог може навчати сім'ю як підтримувати ветерана у процесі одужання.

Лікування залежності під керівництвом психолога може включати детоксикацію, лікарську терапію та психотерапевтичну підтримку. Психологи надають підтримку ветеранам на всіх етапах лікування, включаючи після реабілітаційний період. Важливим аспектом допомоги психолога є навчання ветеранів здоровим стратегіям копінгу зі стресом та важкими емоціями без використання речовин. Психологи можуть відповідати на потреби ветеранів і надавати індивідуальну підтримку у виборі шляху одужання. Робота психолога допомагає ветеранам повернутися до здорового, стабільного і продуктивного життя. Успішне лікування залежності ветерана може відкрити нові горизонти і можливості в їхньому житті. Психологи відіграють ключову роль у сприянні ветеранам відновити контроль над своїм життям і забезпечити їхнє фізичне та психологічне благополуччя [2-5].

Ветерани можуть відчувати себе відірваними від цивільного суспільства і втрачати підтримку та зв'язки, які вони мали під час служби. Психологи грають важливу роль у наданні допомоги ветеранам, які можуть відчувати себе відірваними від цивільного суспільства та втрачати підтримку і зв'язки, які вони мали під час служби. Цей відчутний розрив може призвести до відчуття самотності та відчуження у ветеранів, що впливає на їхнє психічне благополуччя. Психологи сприяють ветеранам у відновленні соціальних зв'язків і встановленні нових контактів у цивільному суспільстві. Групова

психотерапія та підтримка ветеранів може допомогти їм знаходити спільноту та розуміння серед однодумців. Психологи надають ветеранам інструменти і навички для встановлення здорових міжособистісних відносин. Важливою частиною роботи психолога є відновлення ветеранам віри в себе та їхню можливість впоратися зі змінами в житті.

Психологи можуть надавати підтримку ветеранам у збереженні сімейних відносин і подоланні конфліктів, які виникають через розриви в спільноті. Робота з психологом може допомогти ветеранам виявити і вирішити проблеми відчуження та непорозуміння в сім'ї та соціальних відносинах. Психологи навчають ветеранів навичкам ефективної комунікації, які сприяють відновленню зв'язків з іншими. Психологи допомагають ветеранам подолати внутрішні перешкоди, які заважають їм відкриватися новим знайомствам та спілкуванню. Психолог може працювати з ветеранами над розвитком стратегій інтеграції в цивільне суспільство, включаючи пошук роботи та участь у громадському житті. Важливим аспектом роботи психолога є допомога ветеранам у відновленні соціальної підтримки та знайомств з новими людьми. Психологи надають ветеранам стратегії подолання соціальної ізоляції та встановлення зв'язків зі спільнотою. Психологи можуть сприяти ветеранам у знаходженні волонтерських можливостей та способів активної участі у суспільному житті.

Важливо підкреслювати ветеранам, що їхній досвід і навички мають вагому цінність для цивільного суспільства, і психологи можуть надавати підтримку у підтвердженні цього факту. Психологи сприяють ветеранам у відновленні почуття приналежності до громади та активної участі в житті суспільства. Робота психолога допомагає ветеранам знову відчувати себе корисними і значущими для інших. Психологи надають інструменти для побудови стабільних і позитивних соціальних відносин. Психологічна підтримка ветеранам є важливою складовою інтеграції їх у цивільне суспільство. Психологи допомагають ветеранам перебороти відчуття відірваності та відновити близькі та значущі відносини в своєму житті.

Однією з ефективних стратегій психологічної реабілітації для ветеранів є груповий психологічний тренінг, оскільки він сприяє підтримці та спільноті, а також надає можливість ветеранам поділитися своїм досвідом та розвивати корисні навички для подолання труднощів. Розглянемо ефективність та переваги групового психологічного тренінгу для ветеранів війни в Україні.

Груповий психологічний тренінг є ефективним засобом

психологічної підтримки для ветеранів війни в Україні. Ветерани, які беруть участь у групових тренінгах, відзначають значне зменшення симптомів ПТСР. Груповий контекст сприяє ветеранам відчувати підтримку та розуміння з боку однодумців, що допомагає подолати відчуття відірваності та самотності. Ветерани мають можливість поділитися своїм досвідом та емоціями в безпечному середовищі, що сприяє їхній психологічній реабілітації. Груповий тренінг допомагає ветеранам розвинути навички копінгу та ефективного управління стресом.

Учасники тренінгу навчаються розуміти та керувати своїми емоціями, що покращує їхню якість життя. Групова динаміка сприяє побудові довіри та відкритому спілкуванню між учасниками. Ветерани мають можливість відкрито обговорити свої проблеми та виклики, що допомагає їм знайти підтримку та рішення. Груповий психологічний тренінг надає ветеранам інструменти для розвитку позитивних міжособистісних відносин. Учасники тренінгу навчаються здоровим стратегіям комунікації та вирішення конфліктів. Груповий тренінг сприяє підвищенню самооцінки та самопідтримки ветеранів. Ветерани можуть спільно розвивати навички релаксації та стресового менеджменту. Груповий контекст дозволяє ветеранам спільно шукати рішення для своїх проблем. Учасники тренінгу можуть взаємодіяти з психологами та іншими фахівцями, що збагачує їхні знання та розуміння своїх проблем. Груповий психологічний тренінг може створювати спільноту, в якій ветерани відчують себе приналежними та значущими.

Ветерани навчаються підтримувати один одного та відкрито обговорювати свої потреби. Груповий тренінг допомагає ветеранам розглядати свої проблеми з різних точок зору та знаходити нові підходи до їхнього розв'язання. Ветерани отримують психологічну підтримку та інструменти для активного впливу на своє життя. Груповий психологічний тренінг може бути важливою складовою психологічної реабілітації та інтеграції ветеранів в цивільне суспільство. Відомо, що груповий тренінг допомагає ветеранам відновити своє психологічне благополуччя та покращити якість свого життя після війни в Україні.

Робота з ветеранами війни на групових психологічних тренінгах вимагає специфічних методів та прийомів, щоб забезпечити ефективну психологічну підтримку та покращення їхнього благополуччя. Представимо деякі ключові методи та прийоми роботи з ветеранами під час таких тренінгів.

Тренінги можуть бути спеціально спрямованими на роботу з

ветеранами, зокрема на розвиток навичок копіngu зі стресом, релаксації, підвищення самосвідомості і психологічного розвитку. Групові психологічні тренінги, спеціально спрямовані на роботу з ветеранами війни, включають в себе детальну та інтенсивну роботу над різними аспектами їхнього психологічного благополуччя та адаптації до цивільного життя.

Однією з основних цілей тренінгу є навчання ветеранів ефективним стратегіям копіngu зі стресом. Це включає в себе вивчення методів розслаблення, технік дихальної гімнастики та стресового менеджменту. Ветерани отримують інструменти для ефективного впорядкування з труднощами та негативними емоціями, які можуть виникати. Тренінги навчають ветеранів методам релаксації, які сприяють зниженню тривожності та покращенню фізичного та емоційного благополуччя. Це може включати в себе вправи з медитації, глибокого дихання та прості методи для зняття напруги.

Тренінги сприяють підвищенню самосвідомості ветеранів, допомагаючи їм краще розуміти свої емоції, потреби та цілі. Цей аспект допомагає ветеранам знаходити особисті рішення та розвивати позитивне ставлення до себе.

Тренінги можуть включати в себе елементи психологічного розвитку, де ветерани мають можливість розглядати свої цілі та цінності, а також працювати над самопідвищенням і розвитком особистості [6-9].

Під час тренінгу, де ветерани мають можливість ділитися своїми травматичними досвідами, відбувається важливий психологічний механізм, який допомагає їм обробити та сприйняти ці події. Цей механізм базується на декількох основних принципах:

1. **Емоційне вивільнення і співчуття.** Коли ветерани діляться своїми травматичними досвідами в груповому контексті, вони відкривають свої емоції та відчуття. Це дозволяє їм вивільнити нагромаджену емоційну напругу. Окремо відчуття співчуття та розуміння з боку інших учасників групи заспокоює і підтримує ветеранів у цьому процесі.

2. **Соціальне порівняння і нормалізація.** Коли ветерани діляться своїми травматичними досвідами у групі, вони часто відзначають, що інші також пережили подібні випробування або мають подібні реакції. Це сприяє нормалізації їхніх власних відчуттів і реакцій, відкидаючи відчуття особистої вини або ненормальності.

3. **Рефреймінг і переоцінка.** Під час обговорення травматичних подій ветерани можуть долучати нові контексти та інтерпретації до

своїх досвідів. Цей процес, відомий як рефреймінг, допомагає їм переоцінити свої переживання та переглянути їх у світлі нових розумінь.

4. **Підтримка і спільність.** Груповий контекст створює можливість для підтримки та спільності. Ветерани відчувають, що їх слухають, розуміють та підтримують однодумці, що робить процес обробки травматичних подій менш самотнім і важким.

5. **Емпатія і спільна робота над розв'язанням проблем.** В процесі ділитися своїми травматичними досвідами, ветерани можуть отримати поради, підказки та стратегії від інших учасників, які можуть бути корисними для їхнього власного здоров'я та психологічної реабілітації.

6. **Зміна ідентичності.** Ділитися травматичними досвідами може допомогти ветеранам переглянути свою ідентичність та визначити себе не лише як жертву травми, але й як особу, яка росте і розвивається після виживання війни.

Отже, ці психологічні механізми в групових тренінгах сприяють обробці травматичних досвідів ветеранів, роблять їх менш ізольованими та допомагають знайти нові шляхи до здоров'я і психологічного благополуччя.

Застосування в групових тренінгах технік психотерапії, таких як когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), може бути дуже корисним для ветеранів, які мають негативні паттерни мислення та поведінки після військової служби.

Представимо **алгоритм застосування КПТ для психологічної реабілітації ветеранів.**

Оцінка потреб ветерана. Почніть зі зустрічі та оцінки ветерана, щоб визначити його потреби, цілі та області, де необхідно покращення. Розгляньте психологічні симптоми, такі як тривожність, депресія, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) та інші.

Формулювання цілей. Разом із ветераном визначте конкретні цілі терапії. Наприклад, ціллю може бути зниження рівня тривожності, краще управління гнівом або полегшення симптомів ПТСР.

Оцінка негативних паттернів мислення. Під час терапії допоможіть ветерану розпізнавати та записувати свої негативні паттерни мислення. Це можуть бути перекручені переконання, самообвинувачення, катастрофічні думки тощо.

Ідентифікація спровокуючих ситуацій. Разом із ветераном розгляньте ситуації, які спричиняють негативні реакції. Допоможіть їм розібратися, що саме в цих ситуаціях призводить до негативного

мислення та поведінки.

Розвиток альтернативного мислення. Навчіть ветерана розвивати альтернативні, більш реалістичні способи мислення. Допоможіть їм ставити під сумнів перекручені думки та розробляти більш позитивні підходи.

Розвиток нових навичок. Терапія може включати в себе навчання новим навичкам, таким як навички управління стресом, ефективна комунікація або розв'язання конфліктів.

Практика в реальних ситуаціях. Ветерани вправляються в застосуванні нових навичок та підходів до різних життєвих ситуацій, включаючи ті, що можуть викликати стрес.

Зворотний зв'язок і коригування. Постійно надавайте зворотний зв'язок ветеранові щодо його прогресу та розвитку. Коригуйте та адаптуйте терапію відповідно до потреб та реакцій клієнта.

Підтримка та закінчення терапії. Під час завершення терапії забезпечте ветерана планом підтримки та ресурсами для подальшого самостійного розвитку і підтримки.

Отже, застосування КПТ може допомогти ветеранам виправити негативні паттерни мислення та поведінки, збільшити їхню самосвідомість і знизити рівень дистресу, що допомагає покращити якість їхнього життя після війни.

Робота з емоціями та навчання ветеранів розпізнавати та керувати своїми емоціями є важливою складовою групових психологічних тренінгів для ветеранів. Представимо деякі ключові техніки та підходи, які можуть використовуватися для роботи з емоціями під час тренінгу.

Початковий крок полягає у навчанні ветеранів про різні види емоцій, їх фізичні прояви та вплив на психологічний стан. Важливо, щоб вони розуміли, що емоції є нормальною частиною людського досвіду. Ветерани навчаються розпізнавати свої власні емоції. Це може включати в себе використання емоційної шкали, щоб визначити імена емоцій, які вони відчувають у конкретний момент. Тренінги навчають ветеранів методам регулювання своїх емоцій. Це включає в себе техніки дихальної гімнастики, релаксації, медитації та інші стратегії для зменшення інтенсивності негативних емоцій. Ветеранам надаються інструменти для розуміння коренів та причин їхніх емоцій. Цей процес допомагає їм знаходити більш конструктивний підхід до обробки емоційних реакцій.

Ефективною технікою є **емоційний журналінг**. Записування своїх емоцій та їхніх контекстів може допомогти ветеранам зрозуміти, які ситуації або події спричиняють певні емоції. Техніки зниження стресу

та обробки травматичних спогадів допомагають ветеранам знизити інтенсивність емоційних реакцій, пов'язаних із травмами. Груповий контекст дозволяє ветеранам відчувати емпатію та підтримку від однодумців. Це може допомогти їм відчувати себе менш самотніми у своїх емоційних боротьбах. Ефективними є **вправи на розвиток емоційної свідомості, що** допомагають ветеранам бути більш свідомими щодо своїх емоцій та реакцій, а також їхнього впливу на поведінку та взаємодії з іншими.

Відтак, робота з емоціями під час тренінгу допомагає ветеранам знизити рівень стресу, покращити емоційний стан та знаходити більше здорових способів вираження та обробки своїх почуттів.

Методика оволодіння на групових тренінгах технік релаксації, медитації та стресового менеджменту може значно полегшити ветеранам зниження рівня тривожності та стресу. Нижче представимо загальну методику, яка може бути використана.

1. Вступ до релаксації та медитації.

✓ Пояснення користі від релаксаційних та медитаційних практик.

✓ Роз'яснення того, що таке стрес, його фізіологія та психологія.

✓ Навчання основним принципам релаксації та медитації, включаючи правильне дихання та увагу до тіла та думок.

2. Вправи релаксації.

✓ Початок з простих вправ релаксації, таких як глибоке дихання. Ветерани вчаться використовувати різні техніки дихання для заспокоєння нервової системи.

✓ Поступове переходження до більш складних методів, таких як прогресивна м'язова релаксація, де ветерани навчаються послідовно розслабляти м'язи від голови до ніг.

3. Вправи медитації.

✓ Роз'яснення сутності медитації та її впливу на увагу, свідомість та емоції.

✓ Ветерани вчаться базовим технікам медитації, таким як уважність (mindfulness) і концентрація на диханні.

✓ Поступове вдосконалення навичок медитації через регулярну практику та впровадження їх у повсякденне життя.

4. Стресовий менеджмент.

✓ Вивчення та розуміння стресових факторів та їх впливу на емоційний стан.

✓ Ветерани вчаться розвивати стратегії стресового менеджменту, такі як планування, пріоритети та управління часом.

✓ Вивчення технік реагування на стресові ситуації, включаючи рефреймінг думок та використання позитивних афірмацій.

5. Практика в групі.

✓ Ветерани практикують релаксацію, медитацію та стресовий менеджмент разом з іншими учасниками групи.

✓ Групова практика може включати в себе спільну медитацію та обговорення власних досвідів та відчуттів.

6. Домашнє завдання.

✓ Ветеранам даються завдання для самостійної практики релаксації та медитації вдома.

✓ Завдання може включати в себе щоденну практику та ведення щоденника емоцій та реакцій.

7. Оцінка та коригування.

✓ Постійна оцінка прогресу та коригування програми відповідно до потреб ветеранів.

✓ Важливість зворотного зв'язку та співпраці з психологом чи іншими фахівцями для досягнення найкращих результатів.

Ця методика спрямована на навчання ветеранів дійсно ефективним стратегіям релаксації, медитації та стресового менеджменту, які допоможуть їм знизити рівень тривожності та стресу і полегшити їхнє психологічне та фізичне самопочуття [10-12].

На групових тренінгах надзвичайно важливим і корисним є зворотний зв'язок і саморефлексія. Цей механізм сприяє покращенню результатів тренінгу та розвитку учасників. Психолог або тренер надає ветеранам об'єктивну оцінку їхнього прогресу під час тренінгу. Це може включати в себе вказівки на покращення, позитивні зміни у їхньому стані та навіть нагороди за досягнення. Зворотний зв'язок допомагає ветеранам побачити, як вони прогресують і розвиваються під час тренінгу.

Завдяки зворотньому зв'язку ветерани мають можливість глибше роздумувати над своїми досвідами і досягненнями. Вони можуть відзначити, які конкретні стратегії та практики були для них найбільш корисними. Ця саморефлексія допомагає усвідомити позитивні зміни у своєму психологічному стані та сприяє глибшому розумінню самого себе.

Зворотний зв'язок може слугувати джерелом мотивації для ветеранів. Знаючи, що їхні зусилля призводять до покращення, вони стають більш мотивованими продовжувати працювати над своїм психологічним здоров'ям і розвитком.

Зворотній зв'язок може створити спільноту в групі ветеранів, де

вони підтримують одне одного та відзначають досягнення кожного учасника. Це створює атмосферу взаємопідтримки та відчуття спільності, що сприяє покращенню психологічного стану кожного учасника.

Зворотній зв'язок також може бути використаний для коригування програми тренінгу. Якщо ветерани відзначають певні труднощі або потреби, психолог може адаптувати програму для врахування цих факторів.

Отже, зворотний зв'язок та саморефлексія є потужними інструментами на групових тренінгах для ветеранів, які допомагають їм розвиватися та знижувати рівень тривожності та стресу через відстеження свого прогресу та внутрішніх переживань.

Груповий психологічний тренінг виявився ефективним і корисним інструментом психологічної реабілітації для ветеранів війни в Україні. Він сприяє поліпшенню психологічного благополуччя ветеранів, зменшенню симптомів ПТСР, депресії та тривожності, а також покращенню міжособистісних відносин і здатності керувати стресом. Організація та проведення групових тренінгів для ветеранів війни в Україні є надзвичайно важливим елементом психологічної реабілітації та підтримки цієї важкої категорії населення. Ветерани війни часто стикаються зі складними психологічними, емоційними та соціальними викликами, які вимагають комплексного підходу та спеціалізованих інтервенцій.

Груповий контекст дозволяє ветеранам відчувати підтримку та розуміння одне одного, що допомагає знизити почуття самотності та ізоляції. Ветерани мають можливість розмовляти з психологами та отримувати необхідну професійну допомогу для розв'язання своїх психологічних проблем. Групові тренінги надають ветеранам навички для ефективного управління стресом, тривожністю та іншими емоційними викликами. Групові сесії релаксації та медитації допомагають ветеранам знижувати рівень стресу та покращувати фізичне і психологічне самопочуття. Участь у групі з однодумцями, які пройшли подібні випробування, створює відчуття спільності та може бути міцним джерелом мотивації. Групові тренінги допомагають ветеранам відстежувати свій прогрес, отримувати об'єктивну оцінку та глибше розуміти себе. Групові тренінги допомагають ветеранам залишатися зв'язаними зі суспільством та запобігають відчуттю відірваності.

Українські ветерани війни стикаються з багатьма викликами, і групові тренінги є ефективним інструментом для полегшення їхнього

психологічного відновлення та адаптації до цивільного життя. Груповий психологічний тренінг може бути важливим елементом психологічної підтримки для ветеранів, які стикаються з викликами після війни в Україні. У подальшому потрібні подальші дослідження, щоб розширити наше розуміння і покращити програми психологічної підтримки для цієї важливої групи населення.

Список використаної літератури

1. Алгоритм роботи військового психолога щодо психологічного забезпечення професійної діяльності особового складу Збройних Сил України : метод. рек. / М-во оборони України, Наук.-дослід. центр гуманітар. проблем Збройних Сил України; [Н.А. Агаєв, О.Г. Скрипкін, А. Б. Дейко та ін.]. Київ : НДЦ ГП ЗС України, 2016. 147 с.
2. Актуальні проблеми психологічної допомоги, соціальної та медикопсихологічної реабілітації учасників антитерористичної операції: матеріали міжвідомчої науково-практичної конференції (Київ, 26 травня 2016 р.) / Міністерство оборони України, Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського. Київ : НУОУ, 2016. 400 с.
3. 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. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2017. 282 с.
4. 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. Київ : 7БЦ, 2023. 175 с.
5. Лісовський М.П. Військова психологія: Методологічний аналіз: навч. посібник. Київ : Кондор, 2017. 290 с.
6. Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України: підручник / за ред. Агаєв, Н. А., Дикун, В. Г., Чорний В. С. Ч. 1. вид. 2-е, перероб. зі змін. та допов. Київ : ТОВ «7БЦ», 2020. 755 с.
7. Основи військової психології: навчальний посібник / за ред. Бондарева Г.В., Круть П.П. Харків, 2020. 272 с.
8. Охорона психічного здоров'я в умовах війни / пер з англ. Київ : Наш формат, 2017. 1068 с.
9. Прикладні аспекти військової психології: навч. пос. / за заг. ред. В.І.Осьодла. Київ : НУОУ, 2015. 208 с.
10. Протоколи надання першої психологічної допомоги військовослужбовцям Національної гвардії України в екстремальних умовах діяльності [Текст]: посібник / О.С. Колесніченко, Я.В. Мацегора, І.І. Приходько / За заг. ред. проф. І.І. Приходька. Харків : НА НГУ, 2018. 40 с.
11. Психологія бою: посібник / [Т.Л. Грицевич, І.М. Гузенко, О.С. Капінус та ін.] ; за ред. А. М. Романишина. Львів : Астролябія, 2017. 351 с. (Бібліотека командира).
12. Психологічна підготовка та адаптація військовослужбовців Повітряних Сил до ведення бойових дій (на основі досвіду антитерористичної операції): навчально-методичний посібник [Електр. текст у MOODLE] / В.С. Афанасенко, В.І. Пасічник, А.Л. Злотніков, І.І. Ліпатов, Д.П.Приходько, А.А. Голота Х.: ХНУПС ім. Івана Кожедуба, 2017. 358 с.

Розділ XI
ТЕОРЕТИЧНІ ТА ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ
ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТІВ ВНЗ У ПЕРІОД
ПРАВОВОГО РЕЖИМУ ВОЄННОГО СТАНУ

Ganna DEKUSAR
Nataliya DAVYDOVA
Senior Lecturers of the Department
of Ukrainian Studies
and Foreign Languages
*(Dnipropetrovsk State University
of Internal Affairs)*

THEORETICAL AND APPLIED ASPECTS OF THE FORMATION
OF PSYCHOLOGICAL RESISTANCE OF HIGHER EDUCATION
STUDENTS UNDER MARTIAL LAW

Throughout his life, a young person repeatedly experiences stressful situations that leave an impression on his physical and mental health. In psychology, stress is understood as a state of mental tension that occurs in a person under the influence of complex, difficult, unfavorable circumstances of his activity and everyday life or in special, extreme situations. Adverse physical effects of the external environment, extreme situations, physical and mental injuries, etc. can act as stressors (factors that lead both to the emergence of short-term stressful conditions in a person and to the development of ruinful, long-lasting experiences) [1].

Adolescence is a period of drastic changes in a person's life. New living conditions, a new position in the team, the student begins to fulfill new roles for himself as an organizer, manager, or even an educator. In modern realities, war is one of the main causes of stress [4]. Today, unfortunately, war is our reality, which has come to our land, destroyed lives, homes, plans for the future. At this time, every Ukrainian experiences emotions of uncertainty, fear for loved ones and the country, which leads to extreme stress. In general, from a psychological point of view, the stress reaction to crisis conditions, in some cases, has a saving function for the body, however, it is important to take timely measures to get out of stress and prevent the occurrence of complex consequences.

One of the central problems of personality research in extreme conditions is the problem of formation and development of psychological stability. Psychological stability determines a person's mental and somatic health, protects him from disintegration and personal disorders, and creates a basis for internal harmony. Psychological resilience is a socio-psychological characteristic of an individual, which consists in the ability to endure the extraordinary and critical situation, without any harm to oneself, to overcome its consequences with the help of certain methods, improving the personality, increasing the level of its adaptation and social maturity. In fact, this characteristic means the presence of an individual's adaptive potential, determining his ability to overcome difficult situations. Critical situations are impossible situations. That is, it is a situation in which the subject is faced with the inability to satisfy the internal needs (motivations, desires, values, etc.) of his life. A critical life situation is an emotionally experienced life situation, which in its perception is a complex psychological problem that requires its own solution or overcoming.

Speaking about critical situations, it should be remembered that we are not talking about usual and cyclic life situations, to overcome which we use usual methods. We are talking about situations that, in order to overcome them, require a person to find a new way of coping, to use unusual psychological resources to solve the situation [2]. The primary ability to sustain difficulties depends on many factors – genes, upbringing, social opportunities, etc. Natural data vary widely: some are biologically more fortunate with self-regulation, and some have this weak spot. But this does not mean that sustainability cannot be developed [3]. Stability can be defined as the ability of a system to return to its initial state. For example, let the system deviate from its state due to any reasons. If after some time she returned to him, then this condition is considered stable. If the system is in a new state, then the state is considered unstable. The educational activity of students has always been associated with a high level of stress, and nowadays the influence of stressogenic factors is only increasing.

In modern students, the emotional, cognitive, behavioral and motivational component of activity is quite often disturbed, which is associated with an increased level of stress and a decrease in psychological stability. Therefore, in order to understand more precisely what affects the decrease of the last indicator and to draw correct conclusions, it is important to consider the psychological factors of stress of youth studying in institutions of higher education.

Conventionally, stressors of student youth can be divided into academic and personal. Educational stressogenic factors are those related to educational

activities or directly related to them. And personal – related to the student's private life [4]. Academic stressors include: choosing a major that is not interesting to the student; misunderstandings with classmates; conflicts with teachers; low academic performance during the semester; lack of understanding or insufficient knowledge of the subject; overload or underload; the need to process huge volumes of educational information; unbalanced learning disorder and changes in it; a large number of passes in any subject; many unpassed or unsecured engineering, laboratory works or other tasks; high pace and speed of passing individual exams and assessments; lack of time; experiences due to the uncertainty of work results (examination evaluation); conflict of roles; fear of the possibility of being expelled from a higher educational institution due to low scores. Personal stressogenic factors include: unsatisfactory and uncomfortable living or working conditions (room temperature, low lighting, noise, etc.); insufficient amount of sleep; cold/seasonal disease; responsibility to parents; undesirable to lose prestige in groups; inability to correctly allocate time; quarrels or misunderstandings with parents, relatives or other close people; psychological atmosphere at the workplace; low motivation; unstable or low self-esteem; and other private factors. The factors listed above cause irritation, fatigue, anxiety, guilt and a number of other unpleasant sensations. Stressogenic factors, the appearance of which was caused by the war, also include increased anxiety; sleep disturbance; fear or panic during an air raid and being in a bomb shelter; fear for one's own safety; mood swings; deterioration of memory; decreased levels of attention and concentration; impairment of learning ability; decrease in the desire to communicate with people.

Practical recommendations on the formation of psychological stability of students of higher education institutions during martial law can be summarized and presented in this form. In the conditions of war and distance learning, students have mental health problems: increased anxiety, depression, stress, fear. In order to cope with stressful situations during the war, it is necessary to adapt to the new reality, to adhere to the psychological conditions for the formation of psychological stability. Among them, we can mention several, namely: emotional intelligence; well-being here and now; mutual support; information purity; keeping a diary; reading; faith; communication; sleep; vacation.

Regarding emotional intelligence: you need to learn to control your emotions and feelings, openly express them. Well-being here and now: you need to pay attention to your safety, but not isolate yourself from the environment, communicate on the Internet with friends, in student chats, join

online and offline events, various activities. Regarding mutual support: we need to help each other, pay more attention to those whose behavior or emotional state causes concern. Do not leave without the support of teachers. After all, they feel the same, they are forced to adapt to distance education, learn new skills and experiment with the latest technologies. Matters related to learning, assessment, giving recommendations, expressing understanding should be discussed, not forgetting expressions, opinions and comments. All of this will motivate teachers, encourage improvement, and get them out of isolation with quiet monitors. Regarding information purity: the first of the recommendations is its unquestionable observance. We are constantly surrounded by both good and bad news. You need to be able to isolate yourself from negative news that negatively affects the student's emotional state. Every person has a smartphone and is subscribed to many news resources and channels. In order not to touch the phone for at least an hour and devote yourself to learning, clear your information space. Reduce the number of incoming news to a minimum and devote yourself to science. You also need to qualitatively filter the information you perceive, etc. Now as for keeping a diary: it is desirable to keep a diary where you can write down your thoughts and experiences. It is not always possible to communicate with a person to whom you can open up and trust, and the notebook will always be with you. In modern conditions, the most important thing can be a conversation, which will not be enough due to certain problems or busyness, and being alone with one's experiences alone has bad consequences, such as bad health, depression, apathy. Therefore, it is worth opening up to at least someone, even if it is a piece of paper. This helps to get rid of the destructive and leave only constructive thoughts, which will certainly contribute during the educational process. Reading. Another recommendation is to increase the time allocated for reading. We have an incredibly large library, precisely because of access to the Internet, which contains a wide variety of literature, dedicated not only to the student's specialization, but also to everything that is happening and has happened in the world. In addition to mental stimulation, stress reduction, and development of critical thinking, reading also promotes concentration. While writing a term paper, or simply studying a certain material, our brain constantly wants to distract from the task at hand. And it is the skills developed during reading that can be useful to everyone, regardless of age. Even the military advises them to read a lot, because it helps them to distract themselves from the front and military operations, and plunge into another reality.

The best form of psychological stability is faith. Faith not only helps to heal emotional wounds, but it can also help in learning. When a person has

someone to turn to and he believes that he is protected, it will be easier for him to go through even such a difficult period as now. Therefore, faith can also be attributed to recommendations in the formation of psychological stability of students of higher education institutions. Communication. One of the most important recommendations is communication. Man is a social being and needs to be in society all the time. It is through communication that we learn new information, or try to look into a person's mind. It is obvious that not enough communication has a bad effect not only on a person's emotional state, but also on mental health. Dialogue with another person about troubling problems speeds up their resolution. Sleep. Sleep is important for the rest of the body, and with a small amount of sleep, unwanted mental stress appears. When a person sleeps, he rests not only from physical exertion, he rests with his thoughts, what you thought was impossible on one day, finds its solution on another day. And with fewer problems, stress decreases, which in turn has a good effect on the student's academic life. You need to solve your affairs 2 hours before bedtime, after which you can take time for yourself. A good and healthy sleep brings with it productivity, calmness and correctly made decisions, which simplifies life and contributes to success.

Thus, the research revealed the psychological essence of stress resistance and psychological resilience. On the basis of the survey, the mental state of students of higher education institutions during the war was analyzed. The methods of increasing the level of psychological stability of students while studying during the war are considered. Practical recommendations on the formation of stress resistance and psychological stability of students of higher education institutions during the war are presented. The perspective of further research is the formation of stress resistance and psychological stability of other age categories, in particular teachers of higher education institutions, in the conditions of war. After all, the problem of resistance to stress is of great importance. It is resistance to stress that protects a person from disorientation and various disorders, lays the foundation for internal harmony, full-fledged mental health and high work capacity. Knowing the methods and ways to deal with stress is extremely important for both students and teachers.

References:

1. Vasyliuk F.E. Typolohiia perezhyvannia riznykh krytychnykh sytuatsii // Psykhol. zhurn. 1995. № 5. T. 16. S. 104–114.
2. Zhyhailo N., Kharko N. Onlain-osvita: vymushena samoizoliatsiia chy systema otrymannia znan studentamy zakladiv vyshchoi osvity. Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriia psykholohichni nauky. 2021. Vypusk 8. S. 36–49.
3. Zhyhailo N. I. Psykholohiia dukhovnoho stanovlennia osobystosti maibutnoho fakhivtsia : Monohrafiia. Lviv : Vydavnychiy tsentr LNU imeni Ivana Franka, 2008. 336 s.
4. Korolchuk V. M. Psykholohiia stresostiikosti osobystosti. Kyiv : 2009. 511 s.

Наукове видання

ПРОСТІР, ЧАС ТА ІННОВАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ
КЛІМАТ У СОЦІОГУМАНІТАРНОМУ ДИСКУРСІ

Колективна монографія

Українською та англійською мовами

Редактор, оригінал-макет – *А. В. Самотуга*
Редактор *Н. В. Леонова*

Підп. до друку 02.05.2024. Формат 60x84/16. Друк – цифровий. Папір офісний.
Гарнітура – Times. Ум.-друк. арк. 9,30. Обл.-вид. арк. 10,00. Зам. № 01/24-м

Надруковано у Дніпровському державному університеті внутрішніх справ
49005, м. Дніпро, просп. Науки, 26, sed@dduvs.edu.ua

Свідоцтво про внесення до Державного реєстру ДК № 6054 від 28.02.2018