

**ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ
ЕФЕКТИВНОГО
ФУНКЦІОНУВАННЯ
ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ**

Національна академія педагогічних наук України
Інститут психології імені Г. С. Костюка
Міністерство освіти і науки України
Сумський державний педагогічний університет
імені А. С. Макаренка

ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЕФЕКТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

Монографія

За редакцією
С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова

Книга 3

Київ – Суми
2019

National Academy of Educational Sciences of Ukraine
G. S. Kostuk Institute of Psychology
Ministry of Education and Science of Ukraine
Sumy State Pedagogical University named after A. S. Makarenko

PSYCHOLOGICAL TECHNOLOGIES OF EFFECTIVE FUNCTIONING AND DEVELOPMENT OF PERSONALITY

Monograph

edited by
Maksymenko Serhii D., Kuzikova Svitlana B., Zlyvkov Valery L.

Third edition

Kyiv – Sumy
2019

УДК 159.923.2

П 86

Рекомендовано до друку

Вченою радою Інституту психології імені Г. С. Костюка

НАПН України (протокол № 6 від 25.04. 2019 р.)

Рекомендовано до друку

Вченою радою Сумського державного педагогічного університету

імені А. С. Макаренка

(протокол №10 від 27. 05. 2019 р.)

Рецензенти:

Бондаренко О. Ф. – академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Київського національного лінгвістичного університету;

Смольсон М. Л. – академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторії інформаційних технологій навчання Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України.

П 86 Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості : монографія / [за ред.: С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова]. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019. – 540 с.

ISBN 978–966–698–201–1 повне зібрання

ISBN 978–966–698–275-2 (книга 3)

Колективна монографія присвячена актуальним питанням сучасної персонології. У розділах книги висвітлюються теоретико-методологічні та прикладні аспекти дослідження проблеми ефективного функціонування та розвитку особистості в різних сферах життєдіяльності в умовах соціальних змін. Розглядаються соціогенетичні, психологічні, духовні чинники підтримки її самоефективності та життєстійкості. Подаються авторські технології психологічного супроводу, консультування, реабілітації особистості в ускладнених і кризових ситуаціях життя. Особливий акцент зроблено на актуалізації ресурсів особистісного зростання людини в генезі її буття.

Адресується фахівцям у галузі психології та суміжних із нею дисциплін, студентам, аспірантам, широкому загалу освітян.

УДК 159.923.2

© Видавництво СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019

ЗМІСТ

<i>Максименко С. Д.</i>	ЗАМІСТЬ ПЕРЕДМОВИ	8
-------------------------	--------------------------------	---

I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ УМОВ ЕФЕКТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

1.1	<i>Зливков В. Л.</i> Комуникативно-дискурсивний простір наративної ідентичності особистості	16
1.2	<i>Карпенко З. С. (Україна), Абрамцов Р. (Польща)</i> Феноменологічний аналіз автобіографічного наративу (англ. мовою)	35
1.3	<i>Оран М. О.</i> Методологія і методика дослідження соціального інтелекту дітей шкільного віку	45
1.4	<i>Савчин М. В.</i> Психічний і психологічний виміри здоров'я особистості	68
1.5	<i>Фоменко К. І., Кузнецов О. І.</i> Психологічна структура релігійного світогляду особистості	87
1.6	<i>Швалб Ю. М.</i> Воля як психологічний механізм самоідентичності особистості	105
1.7	<i>Щербак Т. І.</i> Психологічні умови формування готовності до інноваційної діяльності	121

II. СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

2.1	<i>Вертель А. В., Кузікова С. Б.</i> Емоційне вигорання як фактор порушення професійної ідентичності (на прикладі «стадії дзеркала» Ж.Лакана)	141
2.2	<i>Єрмакова Н. О.</i> Соціально-психологічні механізми соціальної мобільності сучасної молоді	160
2.3	<i>Завацька Н. Є., Завацький В. Ю.</i> Соціально-психологічні засади розвитку антиципації особистості в умовах життєвих змін	181
2.4	<i>Карнелович М. М. (Білорусь)</i> Зв'язок батьківських настанов і самоставлення підлітка у замісній сім'ї (рос. мовою)	201
2.5	<i>Тімченко О. В., Широбоков Ю. М.</i> Психологічна феноменологія сучасного військового полону	224

III. ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ І ТЕХНОЛОГІЇ ЕФЕКТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

3.1	<i>Вірна Ж. П.</i> Довіра до організації: психологічні індикатори стресостійкості і задоволеності працею фахівців	247
-----	---	-----

3.2	Гуменюк Г. В. Психофізіологічні чинники розвитку професійного самоздійснення вчених	270
3.3	Долинська Л. В., Улунова Г. Є. Технології розвитку культури професійного спілкування державних службовців	294
3.4	Євдокимова Н. О. Психологічні технології професійної суб'єктогенези здобувачів вищої освіти	315
3.5	Карамушка Л. М. Психологічна технологія підготовки освітнього персоналу до роботи в умовах соціальної напруженості	328
3.6	Кокун О. М. Психологічні особливості формування професійної спрямованості та компетентності фахівців соціономічних професій	348

IV. ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕФЕКТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ ЖИТТЯ

4.1	Большакова А. М. Психологічна настільна Т-гра як технологія короткострокового психологічного консультування, коучингу, тренінгу (психологічна гра з елементами тренінгу «Смарагдове місто»)	366
4.2	Бреусенко-Кузнєцов О. А. Казкотерапевтичне моделювання екзистенціальної кризи як шлях актуалізації ресурсів особистісного зростання	384
4.3	Лукомська С. О. Ресурсний підхід до подолання кризових ситуацій ..	402
4.4	Мушкевич М. І. Психологічний супровід сім'ї, що має проблемну дитину: теорія і практика	420
4.5	Ніколаєнко С. О. Способи когнітивного взаємопереплетення в структурі технології десенсибілізації та переробки рухами очей	441
4.6	Седих К. В., Фільц О. О. «Програма 12 кроків» як технологія психологічної реабілітації осіб із хімічним uzалежненням	459
4.7	Хомуленко Б. В., Криничко В. В. Гіпноз як психотехнологія корекції ефективності функціонування особистості: типологія гіпнабельності	479
4.8	Хомуленко Т. Б. Психосоматична трансформаційна гра «Шлях до Філософського Каменю» та її вплив на ефективність функціонування тілесного Я	494
4.9	Шебанова В. І. Психологічні умови та технології формування здоров'язбережувальної компетентності щодо харчової поведінки	506

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРІВ	531
INFORMATION ABOUT THE AUTHORS	535

CONTENT

	Maksymenko Serhii D. INSTEAD OF THE FOREWORD.....	8
--	--	----------

I. THEORETICAL AND METHODOLOGICAL STUDY OF PSYCHOLOGICAL CONDITIONS OF EFFECTIVE FUNCTIONING AND DEVELOPMENT OF PERSONALITY

1.1	Zlyvkov Valery L. Communicative-discursive space of the narrative identity of the person	16
1.2	Karpenko Zinoviya S. (Ukraine), Abramtsov Rafal (Poland) Phenomenological analysis of autobiographical narrative (in english)	35
1.3	Orap Maryna O. Methodology and methods of research of social intelligence of school-age children	45
1.4	Savchyn Myroslav V. Mental and psychological dimensions of personality health	68
1.5	Fomenko Karina I., Kuznetsov Oleksii I. Psychological structure of the religious outlook of the individual	87
1.6	Shvalb Yurii M. Will as a psychological mechanism of self-identity of the person	105
1.7	Shcherbak Tetiana I. Psychological conditions for the formation of readiness for innovative activity	121

II. SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL FACTORS OF EFFECTIVE FUNCTIONING AND DEVELOPMENT OF PERSONALITY

2.1	Vertel Anton V., Kuzikova Svitlana B. Emotional burnout as a factor of violation of professional identity (on the example of the "stage of the mirror" by J. Lakan).....	141
2.2	Yermakova Nataliia O. Socio-psychological mechanisms of social mobility of modern youth	160
2.3	Zavatska Nataliia Y., Zavatskyy Vadym Y. Socio-psychological principles of development of personality anticipation in conditions of life changes	181
2.4	Karnelovych Maryna M. (Belarus) The relationship of parental attitude and self- attitude of a teenager in a substitute family (in Russian)	201
2.5	Timchenko Olexander V., Shyrobokov Yurii M. Psychological phenomenology of modern military captivity	224

III. PSYCHOLOGICAL CONDITIONS AND TECHNOLOGIES OF EFFECTIVE FUNCTIONING AND DEVELOPMENT OF PERSONALITY IN PROFESSIONAL ACTIVITY

3.1	Virna Zhanna P. Credibility of the organization: psychological indicators of stress resistance and job satisfaction of specialists	247
-----	--	-----

3.2	Humeniuk Halyna V.	Psycho physiological factors of development of scientists' professional self-realization	270
3.3	Dolynska Lyubov V., Ulunova Anna Y.	Technologies of development of the culture of civil servants' professional communication	294
3.4	Yevdokymova Nataliia O.	Psychological technologies of professional subjective genesis of higher education graduates	315
3.5	Karamushka Lyudmyla M.	Psychological technology of training of educational staff to work in conditions of social tension	328
3.6	Kokun Oleg M.	Psychological peculiarities of the formation of professional orientation and competence of specialists of social professions.....	348

IV. PSYCHOLOGICAL TECHNOLOGIES OF SUPPLYING OF EFFECTIVE FUNCTIONING AND DEVELOPMENT OF PERSONALITY IN LIFE-CRISIS SITUATIONS

4.1	Bolshakova Anastasiia M.	Psychological board T-game as a technology of short-term psychological counseling, coaching, training (psychological game with the elements of the training "Emerald City")	366
4.2	Breusenko-Kuznetsov Olexander A.	Fairy tale therapy modeling of the existential crisis as a way of actualization of personal growth resources	384
4.3	Lukomska Svitlana O.	Resource approach to overcoming crisis situations.....	402
4.4	Mushkevych Myroslava I.	Psychological support of a family having a problem child: theory and practice	420
4.5	Nikolaenko Serhii O.	Methods of cognitive interweaving in the structure of technology of desensitization and processing of eye movements	441
4.6	Sedykh Kira V., Filts Olexander O.	"Program of 12 steps" as a technology of psychological rehabilitation of persons with chemical addiction	459
4.7	Khomulenko Boryslav V., Krynychko Valeriia V.	Hypnosis as a psychotechnology of the correction of the efficiency of person's functioning: the typology of hypnobilities	479
4.8	Khomulenko Tamara B.	Psychosomatic transformational game "The Way to the Philosopher's Stone" and its influence on the efficiency of the functioning of the physical self image.....	494
4.9	Shebanova Vitaliia I.	Psychological conditions and technologies of formation of health-saving competence in relation to eating disorders	506
INFORMATION ABOUT THE AUTHORS			535

ЗАМІСТЬ ПЕРЕДМОВИ

Максименко С. Д.

Говорячи про психологічні технології функціонування та розвитку особистості, дослідник, який чесно та неупереджено підходить до вирішення поставленої проблеми, має, перш за все, визначити цей невловимий «субстрат», який є і об'єктом і суб'єктом змін. Саме для того, щоб плідно використовувати технології розвитку та змін особистості, треба вказати, що саме розглядається в даному контексті як особистість.

Особистість є складною системою, що саморозвивається, тобто сама моделює і реалізує власну генезу. Існування (функціонування, розвиток) окремих ліній розвитку особистості (змістовних «вузликів» її структури) має досить жорстку подвійну зумовленість – детермінованість.

Розвиток особистості є визначальним і випереджальним відносно окремих психічних структур і механізмів. Лише дослідження розвитку цілісної особистості може пояснити особливості розвитку її частин, і аж ніяк не навпаки. Розвиток особистості полягає в організації та інтегруванні людиною свого внутрішнього світу. Це є шлях до себе, шлях самопізнання й самоусвідомлення. Власне кажучи, психічний розвиток тільки тоді стає розвитком особистості, коли він починає являти собою рефлексію людиною власного досвіду. З цього моменту людина сама визначає напрями власного розвитку, контролює його і несе за нього відповідальність.

Особистість створюється (в тому сенсі, що вона є твір) двома іншими люблячими особистостями, і як така вона є постійним продовженням і довічним рухом-розвитком людського духу, культури, цивілізації. Так довічне існування особистості при «конечності» життя окремої людини виводить у дуже актуальну площину – проблему часу. Його дійсні виміри є соціально не дослідженими в психології. Між тим він є неоднорідним і біологічним у людині. Співвідношення цих двох феноменів також виявляється змінним: вихідна одиниця будь-якого соціального – взаємодія – визначає початок руху

нової особистості. Соціальне стає біологічним, і це є кардинальний момент, у світлі якого і соціалізація, і виховання є процесами обов'язковими. Дослідження особистості як саморуху унікальної цілісності не може бути достатнім, якщо не вирішується проблема вихідних рушійних сил цього довічного і водночас такого короткого плину.

Що ж є цією силою? Наш аналіз дозволяє припустити, що нею є нужда. Це особливе універсальне енергетично-інформаційне утворення, що є носієм і чинником соціальної життєвої сили людини. В її основі – суперечлива єдність могутніх біосоціальних процесів, яка «запліднює» собою і визначає нескінчений рух людського життя у Всесвіті. Енергетичне й інформаційне сплавляється в єдність у нужді, чим забезпечує не просто рух, а й розвиток.

Особистість існує як цілісна структура, що забезпечує реалізацію функції саморозвитку, саморуху. Отже, як з'являється дана функція? Всебічний поглиблений аналіз людського існування, а також численних теоретичних уявлень про нього дозволяє нам визначитись у цьому аспекті: витоком саморозвитку (а отже, і особистості в цілому) є нужда як енергетично-інформаційна сутнісна якість, що забезпечує експансію життя в онто- і філогенезі. Нужда виступає як єдина вихідна інтенційна сила, діяльність якої «запускає» складну систему «особистість» і забезпечує її розвиток як саморозвиток. Вона, ця сила, є унікальним носієм динаміки життя, зокрема, життя людини. Нужда породжує не просто існування і не просто онтогенез; саме нужда зумовлює унікальне явище життя і його розвитку: еволюція життя виявляється спрямованою, і спрямована вона в бік постійного ускладнення і прогресу. Таким чином, нужда визначає наявність у біологічній еволюції детермінанти: розвиток виявляється детермінованим не наявним рівнем морфологічної, анатомічної будови або функціонування.

Генетична психологія досліджує особистість у її реальному саморусі і тим самим долає проблему редукціонізму та «елементності» підходу. Генетична психологія відкриває цікавий і невідомий аспект існування особистості. Генетико-моделюючий метод дозволяє виявляти дійсні психологічні механізми становлення цілісної особистості та її окремих структурно-функціональних одиниць.

Зрозуміти особистість – це відповісти на одне з ключових питань: «З чого починається життя?», «Що конститує саме по собі життя людини?». Не менш важливим є питання *«Що є механізмом розвитку особистості?»*.

Аналізуючи емпіричні результати, отримані за допомогою експериментально-генетичного методу, який був обґрунтований Л. Виготським, враховуючи закономірності співвідношення навчання, виховання і психічного розвитку (Г. Костюк), спираючись на природу встановлених в експериментальних дослідженнях механізмів конструювання і проектування соціальних здібностей (В. Давидов), враховуючи положення теорії поетапного формування розумових дій (П. Гальперін), аналізуючи роботи з біології і генетики, ми дійшли висновку, що силою, яка породжує людське життя, є нужда.

Наголосимо, що нужда є тим генетично вихідним відношенням, яке конститує в єдиній дихотомічній парі дозрівання біологічної особини і психологічний вияв соціальних впливів, що й породжує особистість.

Нужда виступає як стрижень, що пронизує особистість у її житті, з'єднуючи у складну цілісність біологічне і соціальне. Вона – це той вектор, на якому сходяться і виявляються в єдиному вихідному біологічне і соціальне. Нужда завжди виступає конституантом – і в соціальному середовищі, і в самому існуванні, і в тілесній організації людини. Вона є дійсно тим вихідним, тим вододілом, що дає можливість по-новому подивитися на всі теорії, і ця категорія вміщує в собі всі парадигми і несе в собі ту хвилю нового підходу до розуміння особистості, який не вичерпується мотиваційно-потребовою сферою та іншими окремими частинами цього грандіозного і чудового утворення.

Для того щоб науково дослідити цей процес, а отже, й дослідити саму особистість, ми маємо створити такі способи і форми вивчення, які б не переривали й не зупиняли його штучно, а співіснували б із ним. В ідеалі це є співіснування за принципом сполучальності: ми повинні дати змогу особистості (об'єкту вивчення) вільно функціонувати і розвиватися за власними законами, але водночас надавати їй керовано такі можливості (природні та соціальні), які підлягають емпіричній фіксації і верифікації.

Як встановити в аналізі змістовні «одиниці» особистості? Звернемося знову до «точної фантазії»: генеза, існування, оформлення, саморозвиток

особистості забезпечуються особливою й унікальною біосоціальною силою – нуждою. Нужда як суперечлива, рухлива і енергетична єдність біологічного і соціального, як втілення і можливість подальшого нескінченного втілення людського в людське, як те, що моделює і реалізує рух особистості, і є вихідною всезагальною одиницею – носієм особистісної природи психіки людини. У своєму «розгортанні» нужда «зустрічається» із соціальними і біологічними факторами оточення людини і задає змістовні точки – одиниці тезаурусу особистості. Вони, ці одиниці, є і вузликами структури, і водночас – лініями розвитку особистості, саме вони є «пусковими деталями», що створюють рух складного механізму розвитку особистості.

Генетико-моделюючий метод не є, власне, аналізом. Разом із тим він, як і будь-який науковий метод, обов'язково має аналітичну складову. Не на підставі тільки даних чуттєвого досвіду, і не на підставі тільки емпіричного мислення, а в результаті поєднання цих двох складових із третьою – «точною фантазією» (або – креативністю) ми повинні виокремити в цілісній особистості такі змістовні одиниці, які були б самостійними і самодостатніми, несли в собі всю цілісність і забезпечували у своїй сукупності її (цілісності) саморозвиток і функціонування. Останнє – головне і суттєве: «одиниця» системи, що саморозвивається і саморегулюється, принципово відрізняється від тих «одиниць», що встановлювались в експериментально-генетичному методі. Образно і разом із тим абсолютно точно кажучи – вона має бути живою.

Особистісний розвиток здійснюється виключно в площині активної діяльнісної взаємодії людини з навколишнім світом. Розв'язання цієї суперечності полягає в одночасному «утриманні» цих двох ліній розвитку. Людина, яка зосереджується на собі, відсторонюючись від світу, є дисгармонійною особистістю, а її розвиток деформується. Але людина, не здатна до глибокої рефлексії і саморегуляції, теж є дисгармонійно-поверховою, безвідповідальною і неперспективною. Адже така позиція зумовлює недостатність саморегуляції та кризи відповідальності. Врешті-решт уся особистість може бути зведена лише до зовнішніх виявів, являючи собою простий набір соціальних ролей-масок.

Для нас важливо зупинитися на проблемі прогнозування психічного розвитку, яка є, з одного боку, складовою предмета генетичної психології, а

з іншого – системотвірним чинником психічного буття особистості. Останнє є, звісно, абстракцією, оскільки людина майже ніколи не прогнозує власний розвиток. Насправді вона прогнозує дещо інше – досягнення, життєві ситуації, умови існування з іншими людьми, особливості життя своїх дітей тощо. Це можна назвати «метапрогнозуванням».

Ми звертаємось до проблеми прогнозування психічного розвитку, тому що прогнозування є неодмінно включеним у процес розвитку особистості, який здійснюється завдяки дії біосоціальної сили нужди.

Будь-яка активність індивіда виявляється тісно пов'язаною із прогнозуванням: від елементарних сенсорно-перцептивних актів відображення до складних особистісних акцій, коли треба спрогнозувати наслідок певного вчинку. Виявляється, що майбутнє набагато більше детермінує розвиток особистості, ніж минуле (на цьому наполягали такі різні автори, як А. Адлер, Л. Виготський, Г. Олпорт).

Визначення того факту, що прогнозування є обов'язково притаманним і всезагальним чинником життя особистості, є дуже важливим для постановки проблеми і завдань прогнозування психічного розвитку індивіда. З одного боку, слід досліджувати саме явище прогнозування як функцію особистості. З іншого боку, ми маємо врахувати, що побудова прогнозу розвитку особистості обов'язково має ґрунтуватися на тому, що й сама особистість прогнозує своє життя. У будь-якому разі «метапрогнозування» особистістю власного життєвого шляху повинно бути одним із центральних предметів діагностики під час розв'язання завдань прогнозу розвитку в межах генетичної психології. Така думка дещо змінює центральний аспект проблеми: прогнозуватися має життєвий шлях, і лише у його контексті – розвиток. Але так буде тільки на тих етапах становлення особистості, коли вона сама може визначити цей шлях. Прогнозування розвитку в дитячому віці повинно мати, з огляду на це, суттєві відмінності. Тут воно буде специфічним проектуванням об'єктивації, експлікації різноманітних можливостей, зокрема й анатомо-фізіологічних задатків індивіда.

Ми можемо лише визначити деякі моменти, що актуалізуються у зв'язку із прогнозуванням психічного розвитку.

Прогнозування передбачає ретельне вивчення індивідуальної історії розвитку і виховання особистості. Чи не вперше спробу пов'язати минуле і майбутнє особистості здійснив А. Адлер (увага до ранніх дитячих спогадів і водночас – «фіктивний фіналізм», креативне «Я», «соціальний інтерес» – тобто все, що детермінує життя з боку майбутнього). Результати, отримані А. Адлером, є дуже цінними.

Виховання, на думку Л. Виготського, – це суспільне оволодіння природним процесом розвитку. Отже, історія виховання покаже нам, що стало для суб'єкта природним і комфортним. Іншими словами, ця історія покаже нам витoki і перспективи характеру та індивідуального стилю діяльності особистості. Німецький педагог О. Рюле зазначав, що розвиток і формування особистості дитини – це єдиний соціально спрямований процес. Оскільки з плином часу всі душевні функції починають працювати у зворотному напрямку, утворюється сума тактичних прийомів, прагнень і здібностей, що й окреслюють життєвий план. Це і називається характером, – зазначає О. Рюле. Якщо все це детермінується майбутнім, то нам обов'язково слід знати і витoki, щоб прогнозувати особистість у її власному майбутньому. Але це можливе лише з генетико-психологічної позиції: новоутворення психіки (здібності, характер тощо) виробляються самою особистістю, коли та прагне до свого майбутнього.

Предметом прогнозування може бути тільки цілісна особистість, і аж ніяк не окремі її елементи. Будь-яку здібність ніколи не можна прогнозувати саму по собі. Здібність існує поруч з особистісними структурами, серед яких найважливішими є такі, що не мають поки що чіткої верифікованості в науковій психології. Ми маємо на увазі душевні якості людини. Добре відомі процеси компенсації і надкомпенсації зовсім неможливо пояснити, якщо базуватися тільки на здібностях. Ми маємо виходити із загального прагнення будь-якої особистості до повноцінного соціального існування. І лише в цьому контексті можна зрозуміти і прогнозувати взаємодію здібностей. Відоме у віковій психології явище переструктуризації здібностей у старшому шкільному віці пояснюється не лише прагненням до соціальної повноцінності й тим, що майбутнє стає в цьому віці своєрідним «афективним центром» особистості, як це помітила Л. Божович. Річ у тім, що в цьому віці вперше домінуючу роль починають відігравати, власне,

душевні якості самих дітей, а також оточуючих їх людей. Виявляється, що це може кардинально змінити здібності особистості.

З іншого боку, цілісний підхід до прогнозування розвитку особистості передбачає звернення уваги на анатомо-морфологічні та фізіологічні якості. Нам ще треба досліджувати й усвідомлювати справжнє місце і значення цих якостей у житті особистості. Слід сказати, що історично їм не «пощастило», мабуть, найбільше. Вітчизняна педологія свого часу нібито визначилася із цим важливим питанням, але це не сподобалося владі. Тут ми бачимо необхідність залучення історико-психологічних, генетичних і навіть кібернетичних досліджень для вирішення завдань прогнозування. Свого часу Г. Костюк говорив, що навчання впливає навіть на анатомо-фізіологічні задатки людини.

Найскладніша проблема прогнозування, на наш погляд, зосереджується у площині «особистість – соціальне оточення». Щодо цього можемо лише зазначити, що дана площина завдань прогнозування дає змогу зовсім інакше поглянути на цю проблему. Ми вважаємо, що виховання і навчання як процеси, що започатковують розвиток психічних структур, матимуть своє пояснення в контексті вирішення нашої проблеми. Так, зона найближчого розвитку як реальний простір прогнозування становлення особистості в дитячому віці є системою взаємодії дитини з дорослим, який, фактично, підказує подальший рух. Але ця «підказка» зосереджує в собі не тільки образ еталона розвитку в цьому віці, а й знання індивідуально-генетичних тенденцій конкретної дитини. Таким чином, увага до цих особливостей кожної дитини повинна стати обов'язковою під час прогнозування її розвитку.

Ще одна важлива проблема в контексті прогнозування пов'язана з часовими параметрами динаміки розвитку. Нині є багато досліджень психологічного часу особистості, але вони мають зовсім інший вигляд у контексті проблеми прогнозу. Останній, як уже зазначалося, є процесом індивідуальним. Отже, індивідуальною має стати і зона найближчого розвитку.

Загалом, наш попередній аналіз засвідчує, що проблема прогнозування не просто може бути вирішена в межах генетичної психології, а й формує інші погляди на процес розвитку взагалі.

Ми можемо окреслити загальну картину нашого підходу до прогнозування розвитку особистості. Передусім, слід окреслити простір аналізу: ми говоримо про цілісну особистість, що перебуває в постійному русі – становленні. Далі ми розглядаємо цілісність не лише як атрибут особистості, а й як систему її єдності із соціальним оточенням, з одного боку, та з біолого-генетичними особливостями – з іншого. Суттєвим компонентом цієї структури є динамічний показник часового плину життя. Важливо відокремити прогнозування як спільну діяльність дослідника і дорослої особистості від прогнозування в дитячому віці, коли віддалені життєві перспективи ще не розвинені на належному рівні і прогностична функція не притаманна індивіду.

Проектування-перспектива має базуватися на тих самих показниках, що й реконструкція, але тут визначальну роль відіграють соціальні та вікові чинники. Особливо важливо мати на увазі власне особистісний чинник (людина як така, що сама прогнозує і здійснює свій життєвий шлях, завдяки дії універсального енергетично-інформаційного утворення, що є носієм і чинником життєвої сили людини, – нужда).

Можна зробити висновок, що продуктивне використання технологій функціонування і розвитку особистості стане можливим саме при такому детальному розгляді цієї складної системи.

РОЗДІЛ І

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ УМОВ ЕФЕКТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

1.1

КОМУНІКАТИВНО-ДИСКУРСИВНИЙ ПРОСТІР НАРАТИВНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Зликов В. Л.

Вплив на свідомість людини інтенсивного потоку інформації створює проблему для організації пізнавального індивідуального досвіду особистості у сьогоденні, як результат – її «Я-образ» змінюється щоразу, коли навколишній інформаційний простір утворює конструкти проблем і загроз, що, в свою чергу, зумовлює переосмислення зовнішньої реальності, у цьому контексті особливого значення набуває осмислення поняття особистісної ідентичності не в світлі її розрізнених аспектів, а базуючись на принципі компліментарності, тобто взаємодоповнюваності та мультиваріативного впливу на функціонування людини у динамічному мінливому світі.

Ідентичність як наратив. Наративний підхід до ідентичності, дослідження так званої «наративної ідентичності», а також використання наративного аналізу і методу наративного інтерв'ю останнім часом набувають все більшої популярності у соціальній психології. Наративна ідентичність – це особистісна ідентичність, яка формується при прочитанні свого життя в світлі творів культурного середовища, які виступають посередниками цього процесу, при цьому читання є діяльністю, що опосередковує текст і життя людини в цілому. Вважається, що автором концепту наративної ідентичності є П. Рікер, на його якого, тенденція західної філософії до досягнення прозорості «Я», розпочата рефлексивною філософією Декарта і фактично продовжена І. Кантом, повинна бути доповнена вивченням сутності самого розуміння. Концепція наративної

ідентичності П. Рікера, представлена в книзі «Сам як інший» [7], де особистість, що розглядається як персонаж оповідання, не є чітко виділеною реальністю власного досвіду, вона причетна до динамічної ідентичності, властивій розказаній історії. Подібну ідентичність персонажа, яку створює оповідання, П. Рікер називає оповідною або наративною ідентичністю, а також особистісною ідентичністю, що розглядається в її тривалості та динаміці, і вважає її характеристикою і вирішенням проблеми часового виміру як «Я», так і самої дії. Така оповідна, або наративна, ідентичність особистості, на думку П. Рікера, коливається між тотожністю і самістю.

Зазначимо, що П. Рікер не перший, хто досліджував наративний вимір особистісної ідентичності, у цьому контексті треба відзначити канадського філософа Ч. Тейлора, який з позицій комунітаризму критикував лібералізм і притаманну йому теорію індивіда, підкреслюючи соціальну зумовленість особистості; американського філософа А. Макінтайра, яким представлено історичні наративи розвитку етики, при цьому моральні, етичні проблеми можуть бути вирішені у більш широких межах культурних або релігійних традицій, які містять основні питання, що стосуються змісту і мети індивідуального та соціального життя людини, а також американського філософа Р. Рорті, згідно з яким істина не відкривається, а створюється у процесі письма або говоріння; однак позиція П. Рікера відрізняється від згаданих мислителів принаймні в трьох аспектах. По-перше, він вписує її в подвійну апоретику – особистісної ідентичності та припису авторства актам; по-друге, він базується на власні теорії наративності і по-третє, він розглядає наратив у контексті теорії суб'єктивності так званої філософії першої особи.

Стосовно ж діалектики самості і тотожності, то для опису існування «Я» в модусі самості Рікер вводить поняття «Я-сам», де термін «сам» виступає гарантом проти редукції до замкнутості в собі. При цьому французький мислитель вважає, що шлях через об'єктивацію є найкоротшим від «Я» до «Я-сам». Під тотожністю він розуміє перманентність незмінної субстанції, на яку не впливає час, і вважає, що подібна самототожність властива характеру або генетичній формулі індивіда, тоді як під самістю людини він має на увазі її відкриті до змін ідентичність. Таку ідентичність, яку людина будує сама, завдяки вірності справі або тим чи іншим нормам, ідеалам, моделям, пов'язану із зобов'язаннями перед іншими людьми і перед самою собою, П. Рікер називає

емблематичним модусом ідентичності та позначає концептом «самість». Тобто, дотримання обіцянки свідчить про збереження «самості», яка характеризує суб'єкта як учасника своїх слів і дій, відповідального за свої справи та вчинки, тобто як адекватну і моральну особистість [7].

При описі герменевтичної феноменології особистості П. Рікер виділяє чотири основні проблеми: мову, діяльність, розповідь, етичне життя; їм відповідають чотири аспекти осягнення особистості, а саме: людина, яка говорить (мовець), той, що вступає в інтерсуб'єктивне спілкування з іншими людьми за допомогою мови (подібну здатність П. Рікер називає вищою із наданих людині усіх можливостей, оскільки слово завжди передує дії); людина, яка діє і відчуває вплив; людина, яка розповідає про себе і тим самим позначає себе в часі, що сприяє набуттю неї оповідної ідентичності; людина відповідальна – суб'єкт власних дій, автор своїх вчинків. Ідентичність, згідно із П. Рікер, виникає на стику власне інтерсуб'єктивності і організованої в систему соціальності. Французький філософ визначає шлях ідентичності від ідентифікації чого-небудь взагалі, визнаного іншим, через ідентифікацію «когось», при розриві з концепцією світу як уявлення, і, далі, через перехід від «когось» до «я-сам», тобто людини, яка усвідомлює себе в контексті власних здібностей. Особистісна ідентичність, що включає в себе особисті здібності, яку П. Рікер позначає терміном «визнання-посвідчення», зумовлює рух всієї мережі відносин людини з іншими, тобто за П. Рікером, набуття особистісної ідентичності варто аналізувати лише у контексті соціальних взаємин, міжособистісних стосунків з іншими. Досвід має наративну організацію, наратив конститує фундаментальну характеристику досвіду – його часовість, досвід, у свою чергу, стає умовою часовості оповіді, по суті – час стає часом людини тією мірою, якою воно наративно артикульовано, а наратив набуває свого власного значення лише тоді, коли він окреслює особливості часового досвіду [5].

Загалом, наративний підхід являє собою міждисциплінарну галузь знання, яка почала свій розвиток в лінгвістиці, філософії, соціології та історіографії і відносно нещодавно стала використовуватися в психологічних теоретичних та емпіричних дослідженнях. Зокрема, наратив розглядається як важливий конструкт, який дозволяє людині структурувати своє розуміння себе і свій життєвий досвід (A. De Fina) [16], а також в контексті побудови людиною своїх взаємин із іншими (I. Брокмайєр, P. Харре) [1]. У психології наративний

підхід зосередив увагу на автобіографічних «Я-наративах», тобто історіях, розказаних від першої особи, що оповідають про перипетії власного життя. Особиста історія надає відчуття цілісності життю, дозволяє утримати розрізнені частини досвіду, зберігає спадкоємність «Я» в часі та просторі, тим самим підтримуючи особистісну ідентичність. У дослідженнях ідентичності можна виділити три основні напрями розвитку наративного підходу: власне наративну психологію, конструкціоністській і персонологічний підходи. Треба відзначити, що більшість наративних досліджень здійснюються в рамках соціального конструкціонізму, на який, в свою чергу, значно вплинули ідеї Л.С. Виготського, за яким вищі психічні функції зумовлені культурно-історично і виникають в процесі комунікації та спільної діяльності: особистість стає для себе тим, що вона є в собі, через те, що вона являє собою для інших [3].

Натепер у психології існують різні концепції оповідання (розповіді про себе), тому говорити про наративну психологію можна лише як про дуже широке поле досліджень, об'єднаних інтересом до загального феномену. Наратив розуміється як форма, що організовує досвід і контролює дії і емоції; як когнітивна схема, що дозволяє пояснювати і долати труднощі; як результат роботи дискурсу, виражений в соціальних інтеракціях; як звіт про минуле, що забезпечує саморозуміння; як інструмент формування ідентичності, що надає життю цілісності та осмисленості. В середині 1980-х років один з активістів «когнітивної революції» Дж. Брунер висунув тезу про існування двох принципово відмінних між собою способів, або модусів розуміння світу: наративного і логіко-наукового (парадигматичного), які попри компліментарність однак не є тотожними [2]. Згодом Т. Сарбін окреслив «наративний принцип» психології, згідно з яким люди думають, сприймають, уявляють і вдосконалюють моральні вибори відповідно до власних наративних структур [8]. Для осмислення вчинків людина звертається до традиційних сюжетів, характерних для її культури, з допомогою яких можна об'єднати події життя в єдине ціле. Ці сюжети можуть бути передані в формі міфів, дитячих казок або в будь-який інший вербальній або невербальній формі [22]. У своїй моделі ідентичності як життєвої історії Д. Макадамс [21] стверджує, що ідентичність сама по собі може приймати форму історії, що містить в собі певну обстановку, сцени, персонажів, сюжет і головну тему. У старшому підлітковому віці, юнацтві і ранній дорослості люди починають

реконструювати своє минуле, сприймати своє сьогодення і передбачати майбутнє в термінах певної інтерналізованої, такої, що розвивається «Я-історії». У своїй моделі ідентичності як життєвої історії Д. Макадамс [21] базується на понятті Его-ідентичності, введеного Е. Еріксоном [10]. Е. Еріксон стверджував, що в пізньому підлітковому, юнацькому віці і у віці ранньої дорослості люди вперше стикаються з проблемою ідентичності на противагу дифузії ролей. Саме в цей час відбувається інтеграція переконань і цінностей в єдину особисту ідеологію та прийняття відповідальності за реалізацію певних життєвих проектів і планів, ідентичність таким чином виступає в ролі інтегруючої конфігурації «Я-в-світі-дорослих».

У наративі не просто описується певний «світ, де я міг би жити», але схвалюються або засуджуються дії героїв, при цьому власне герої діляться на «хороших» і «поганих», автор неодмінно (явно або неявно) дає моральну оцінку подіям, що відбуваються. Звідси, наратив – це завжди розповідь про цінності, про те, що для людини є важливим, правильним, про те, заради чого варто жити, або про те, в ім'я чого варто померти. Розуміти наративи – значить досягнути ставлення авторів до життя, усвідомити їх бачення світу, а у діагностичній та психотерапевтичній роботі осмислення власних наративів є запорукою розв'язання більшості психологічних проблем, особливо таких, що час від часу повторюються у житті людини. Оскільки наратив пов'язаний з оціночною інтерпретацією минулого, в ньому обов'язково містяться нормативні ідеї про те, що можна вважати правильним, або, згідно із М. Фріманом та Й. Брокмайєром [18] – уявлення про» хороше життя («good life»). Таким чином, в наративній конструкції ідентичності є не лише психологічний, соціальний, естетичний, а й етичний вимір. Базуючись на працях П. Рікера, М. Фріман і Й. Брокмайєр вводять поняття наративної інтеграції – фундаментальної частини рефлексивної узгодженості, що виникає при досягненні уважного усвідомлення (зокрема такого, що відбувається при практикуванні медитацій чи майндфулнесу). Наративна інтеграція дозволяє створити цілісну історію життя шляхом лінійного, послідовного опису людиною своїх життєвих подій, що зумовлює їх переосмислення, переструктурування, трансформацію травматичних спогадів у автобіографічні.

Ще однією характерною рисою наративу є його чутливість до часового модусу людського існування. З усіх дискурсивно-орієнтованих теорій

конструювання ідентичності лише наративний підхід дозволяє всерйоз розглядати розвиток і трансформацію ідентичності в часі, при тому, що спадкоємність та зв'язність «Я» залишається однією з найважливіших її функцій: «Я сьогодні такий самий як був вчора і попри можливі зміни, я зберігаю тотожність самому собі; це не означає, що я завжди однаковий, це означає лише, що я та сама людина, змінюються мої вчинки, думки, емоції, але не я сам; і саме я несу відповідальність за свої слова, вчинки, плани на майбутнє та їх реалізацію, я проектую себе та беру на себе певні зобов'язання», звідси, завдання наративу – відновити часовий порядок, ланцюжок подій, з яких складається життя. Однак Дж. Брунер стверджував, що в автобіографічних наративах дієслова минулого часу складають не більше 70% від усіх використаних дієслів. Очевидно, що «Я-наративи» - це оповідання не тільки про минуле, але, скоріше, про зв'язок минулого із сьогоденням і майбутнім. Згадуючи свій життєвий шлях, розглядаючи своє життя рефлексивно, людина повинна вибудувати розповідь таким чином, щоб в результаті прийти до себе теперішнього [2].

Наративний підхід відноситься до нон-структуралістських. Це означає, що поведінка людини не вважається маніфестацією тих чи інших структурних характеристик її особистості або будь-яких структурних особливостей взаємин, до яких вона включена; мова йде про вчинки, що здійснюються в певних умовах у відповідності до цінностей та намірів людини або врозрив з ними. Саме завдяки наративній організації ідентичності, на думку ряду авторів (Д. Брунер, Д. Макадамс, П. Рікер) забезпечуються її аспекти, пов'язані із неперервністю власного буття в часі, впорядкованістю і цілісністю досвіду. За рахунок побудови особистого наративу життєвий шлях досягає своєї узгодженості та наступності в соціальному, культурному та історичному часі. Пряме ототожнення ідентичності і наративу за М. Vamberg – це не єдиний варіант встановлення зв'язку між життєвою історією і наративом, оскільки останній є інструментом рефлексії – способом осмислення досвіду або результатом формування ідентичності [12].

Ідентичність в контексті дискурсу. В історіях знаходять своє відображення дискурси, які в свою чергу, не тотожні системі переконань або вірувань окремої людини, а є соціальним феноменом, що існує і відтворюється в розмовах, практиках та текстах. М. Vamberg виділяє два

напрямки досліджень, які ведуться в дискурсивної напрямку: вивчення так званих Д-дискурсів (capital D-discourse) і д-дискурсів (d-discourse) [12]. Ключовим моментом такого поділу є основна проблема дослідження, а не конкретні використовувані інструменти. Представники першого напрямку вивчають великі групи, проблеми ідеології, культури, соціальні уявлення та їх вплив на ідентичність; серед методів, які вони використовують слід виділити дискурс-аналіз ЗМІ, критичний дискурс-аналіз. Представники другого напрямку роблять акцент на аналізі ситуацій конкретної взаємодії, відповідно розглядають невеликі уривки з розмов, матеріали коротких інтерв'ю, користуючись методом конверсаційного аналізу.

Дискурс-аналіз це не просто один з методів дослідження певної проблеми через специфічний спосіб аналізу дискурсу, але цілісний комплекс, що охоплює: філософські (онтологічні і епістемологічні) передумови, що стосуються ролі мови в соціальних структурах світу; теоретичні моделі і методологію того, як вибрати підхід до дослідження проблеми; специфічні прийоми аналізу. Ідентичність інтерпретується як комплексне і багатовимірне поняття, основними визначальними характеристиками якого є міра агентивності суб'єкта, ідентифікація з соціальними ролями і / або соціальними групами і категоріями, міра стабільності, а також висока значимість семіотичних ресурсів для конструювання та виразу ідентичності. Остання характеристика визначає обґрунтованість використання дискурс-аналізу як методу дослідження ідентичності. огляд лінгвістичних робіт в галузі дискурс-аналізу демонструє наявність двох основних напрямків вивчення ідентичності – це дослідження використання мови для конструювання категорій зовнішніми агентами і дослідження використання мови власне суб'єктами для вираження своєї групової ідентичності [6]. Мета будь-якого дискурсу – це усунення багатозначності, перетворення елемента в момент за допомогою закритості. Однак, з причини різноманітності значень в галузі дискурсивності, дискурс не може прийти до повної фіксації, оскільки завжди є інші потенційні значення, які беручи участь в специфічних артикуляціях, можуть оскаржувати і перетворювати структуру дискурсу. Таким чином, дискурс це часова закритість: він фіксує значення особливим чином, але це не означає, що воно повинно бути зафіксовано саме так раз і назавжди. Дискурс не може бути сформований остаточно, він набуває лише тимчасової фіксації. Відповідно, і

ідентичності, що конструюються дискурсивно, також умовні. Оскільки дискурсів багато, можна говорити про те, що суб'єкт містить кілька ідентичностей, наприклад чоловік може бути і студентом, і робітником, і демократом (причому умовність дискурсів завжди має потенціал створення нової ідентичності). Коли різні ідентичності починають взаємовиключати одна одну, виникає ситуація соціального антагонізму. При цьому порушується цілісність дискурсів, їх «умовність» стає більш очевидною.

Проведений аналіз дискурсивного підходу до ідентичності показав, що основною рисою ідентичності як дискурсивного конструкту, який проявляється в інтеракції, є її ситуативний, мінливий характер. Ця особливість ідентичності може бути названа пластичністю – здатністю проявляти себе різними способами у різних обставинах. Ідентичність в дискурсивному підході не зводиться до комунікативної позиції або комунікативного статусу мовця, вона вплетена в широкий культурний контекст і відтворюється на базі наявних соціальних практик. Таким чином, дискурсивний підхід зосереджений на вивченні проявів ідентичності, процесів її формування, підтримки (в практиках) і реалізації в конкретній ситуації, звідси, ідентичність розглядається, передусім як процес, а не як результат.

Важливою ідеєю дискурсивного підходу є «переміщення» ідентичності з площини приватного в площину соціального. Відповідно, «Я» – це продукт не тільки самої людини, а й всієї системи її взаємодій. Ідентичність конструюється на базі ситуативно зумовленого комунікативного досвіду. Для представників цього підходу сама ідея того, що існує «істинне Я», що стоїть за дискурсом, – вже результат дискурсивних практик.

Сучасні методики вивчення особистісної ідентичності. Останнім часом не лише у вітчизняній, а у зарубіжній психології відбувається пошук надійних інструментів вимірювання особистісної ідентичності, деякі з них ми детально розглянемо.

Опитувальник локусів ідентичності (Aspects of Identity Questionnaire, AIQ-IV) розроблений J. Cheek, L. Tropp, L. Chen, M. Underwood у 2002 р. на базі першої версії, створеної у 1979 р., де основними локусами ідентичності визначалися внутрішній і зовнішній, натомість вже у 1994 р. (AIQ-IIIx) замість цих локусів введено особистісну, соціальну та колективні ідентичності, а в останній версії опитувальника до вже існуючих попередніх трьох додано ще міжособистісну ідентичність [15] (табл. 1).

Співвідношення різних аспектів ідентичності за

J. Cheek, L. Tropp, L. Chen, M. Underwood

Локуси ідентичності	Спрямованість	Опис	Приклад	Вплив на самоповагу
Особистісний	На себе, індивідуалістична	Стосується рис, цінностей, здібностей	«Я чутлива людина»	Особисті сподівання і стандарти
Міжособистісний	На близьких людей, інтимна	Стосується тих, з ким у людини тісний контакт	«Я близький друг Івана»	Отримання визнання від близьких людей
Соціальний	На інших людей	Стосується соціальних ролей і репутації	«Я відомий професор»	Публічне визнання
Колективний	На громаду	Стосується великих соціальних груп	«Я – українка»	Гордість за причетність до певної групи

AIQ-IV містить 45 тверджень, які досліджуваний оцінює за п'ятибальною шкалою (від 1 до 5, де 1 – абсолютно мене не стосується, а 5 – абсолютно точно мене описує). Особистісний і міжособистісний локуси ідентичності оцінюються за 10 твердженнями кожен, соціальний – за сімома, а колективний – за вісьмома твердженнями, крім того опитувальник містить 10 так званих контрольних тверджень, які не відносяться до жодного із локусів.

Опитувальник стилів ідентичності (Identity Style Inventory, ISI-5) розроблений у 2013 р. М. Berzonsky, В. Soenens, К. Luyckx, І. Smits, D. Papini, L. Goossens. Наприкінці 80-х років XX ст. М. Berzonsky базуючись на конструктивістській орієнтації в психології, створив процес-орієнтовану парадигму ідентичності. Опитувальник стилів ідентичності створений в контексті однойменної концептуальної моделі, емпірично дуже близької до відомої моделі Дж. Марсія, однак реформульованої М. Berzonsky в поняттях когнітивної психології психології. М. Berzonsky стверджує, що люди по-різному застосовують релевантну до ідентичності інформацію та виокремлює три стилі ідентичності: інформаційний, нормативний, дифузний [13].

Інформаційний стиль передбачає готовність людини аналізувати усі можливі варіанти розв'язання певної проблеми і лише після цього приймати рішення. Особа з інформаційним стилем ідентичності є самодисциплінованою,

відповідальною і цілеспрямованою, характеризується вираженою рефлексивністю, скептицизмом, зацікавленістю у самопізнанні. Цей стиль пов'язаний із когнітивною складністю, проблемно-орієнтованим копінгом, відкритістю до змін, комплексним підходом до прийняття рішень, персональною ефективністю, статусом досягненої ідентичності чи її мораторієм.

Нормативний стиль означає залежність людини від соціальних очікувань та очікувань значущих інших, при прийнятті рішень особа із нормативним стилем ідентичності керується зовнішніми оцінками, а не власними переконаннями, вона високо дисциплінована, відповідальна, однак всі свої прагнення співвідносить із референтною групою, яка, у свою чергу, зумовлює самооцінку та самосприйняття людини із нормативним стилем ідентичності. Характеризується передвизначеним статусом ідентичності, низькою толерантністю до невизначеності, потребою в чіткому структуруванні оточуючого світу й прагненням до захисту власних усталених поглядів на світ і себе в цьому світі зокрема.

Дифузний / унікаючий стиль характеризується тенденцією до прокрастинації, відкладання прийняття рішення та цілковиту ситуативність поведінки. Люди з цим стилем ідентичності намагаються уникати розв'язання проблем та відчують дискомфорт при необхідності робити вибір, на їх поведінку значною мірою впливають оточуючі, рівень відповідальності та самодисциплінованості при цьому невисокий, оскільки всю відповідальність за свої вчинки такі особи перекладають на інших. Цей стиль ідентичності пов'язаний з зовнішнім локусом контролю, низьким самоконтролем, статусом дифузної ідентичності.

Першу версію опитувальника стилів ідентичності (ISI-1) створено у 1989 р. цілковито базуючись на статусах ідентичності Дж. Марсія, методика містила 18 тверджень, по шість тверджень для кожного стилю, які досліджуваний оцінював за критерієм «подобається / не подобається». У 1992 р. опитувальник було допрацьовано (ISI-2), в результаті чого шкали інформаційного і дифузно-унікаючого стилів вже містили по 10 тверджень, а шкала нормативного стилю – 9 тверджень, крім того було додано 10 пунктів, які не входили до жодної з окреслених шкал. У тому ж 1992 р. з'явилася нова редакція опитувальника (ISI-3), вона практично не відрізнялася від попередньої, крім того, що до шкали інформаційного стилю було додано

одне твердження, однак саме ISI-3 перекладено на багато мов, у тому числі існує й російський переклад, всі переклади визнано ефективними інструментами вивчення ідентичності й вони успішно застосовуються й понині. Дослідники звернули увагу на помірну внутрішню надійність опитувальника та його перенасиченість твердженнями із релігійним та політичним підтекстом, тому у 2008 р. створено ISI-4, де зроблено спробу позбавитися існуючих недоліків методики, втім через неузгодженість тверджень та низькі кореляції із іншими опитувальниками ідентичності ISI-4 не став широко використовуваним та лишився не перекладеним на мови світу. В 2013 р. створено нині останню версію – ISI-5, яка складається зі шкал інформаційного, нормативного, дифузно-уникаючого стилів ідентичності і шкали щирості, кожна шкала містить 9 тверджень, які досліджуваній оцінює за 5-бальною шкалою (наприклад, «перед тим як прийняти важливе рішення, я аналізую усі можливі варіанти та їх наслідки», «при прийнятті рішень я керуюсь соціальними нормами та стандартами», «я приймаю життя таким, яким воно є, не намагаючись аналізувати причини та наслідки», «я маю чітко визначені життєві цілі»). Натепер триває переклад останньої версії опитувальника на різні мови світу, доведено його ефективність та високі кореляції із іншими подібними методиками.

Розширений опитувальник вимірювання статусу Его ідентичності (Extended Objective Measure of Ego Identity Status, EOM-EIS, Н. Grotevant, G. Adams, 1984) складається із 64 тверджень, які досліджуваній оцінює за 5-бальною шкалою (від 1 – повністю не погоджуюсь, до 5 – цілком згоден) [19]. Опитувальник базується на теорії статусів ідентичності Дж. Марсія та містить наступні шкали: досягнута ідентичність (наприклад, «я не цікавлюсь політикою, бо в ній все змінюється дуже швидко, я – аполітична людина»); мораторій ідентичності («я точно не знаю, хто в мене кращий друг, мені ще треба зрозуміти, в чому сенс дружби»); передвизначена ідентичність («я спілкуюсь лише із тими людьми, яких мої батьки поважають»); дифузна ідентичність («я сприймаю життя таким, яким воно є і не намагаюся зрозуміти його сенс»). Як бачимо, в даній методиці присутні доволі суперечливі твердження, пов'язані з релігією та політикою, від яких відмовились М. Berzonsky з колегами, крім того аполітичність та нерелігійність вважаються характеристиками особистості з досягнутою

ідентичністю, що також досить неоднозначно. Втім дана методики лишається популярною й нині, але частіше використовується для перевірки валідності нових опитувальників ідентичності.

Опитувальник реляційних, соціальних і колективних аспектів особистості (RIC Self-Aspects scale, E. Kashima, E. Hardie, 2000) [20] – розширена і скорочена версії. Розширена форма містить 30 тверджень, а скорочена – 9, обидві форми спрямовані на вимірювання трьох аспектів особистості – реляційного (міжособистісного), соціального та колективного, відповідно «Міжособистісне Я» стосується взаємодії з найближчим оточенням («я хороший друг»), «Соціальне Я» – контексту соціальної взаємодії («є люди, які ненавидять мене»), а «Колективне Я» – життя у великій соціальній групі («я справжній українець»). Всі твердження досліджуваний оцінює за 7-бальною шкалою (від 1 – це мене не стосується, до 7 – це мене дуже точно характеризує).

Опитувальник процесів Его-ідентичності (The Ego Identity Process Questionnaire, EIPQ, E. Balistreri, N. Busch-Rossnagel, K. Geisinger, 1995) [11] – складається із 32 тверджень, спрямованих на визначення чотирьох ідеологічних галузей ідентичності (професійного вибору, політичних уподобань, релігійних переконань та особистісних цінностей) і чотирьох міжособистісних галузей (дружби, спілкування, статевих ролей і родини). Кожне твердження оцінюється за 6-бальною шкалою (від 1 – цілком згоден, до 6 – абсолютно не погоджуюся). Наприклад, «я не хочу змінювати своїх принципів і переконань», «я вважаю, що мої цінності абсолютно правильні», «я ніколи не задумувався про майбутню професію». Натепер дана методика популярна у багатьох країнах та перекладена на різні мови світу.

Окрім діагностики важливе значення має психотерапевтичний контекст, зокрема дискурсивні практики та наративна терапія, як ефективні інструменти психологічної допомоги на різних етапах кризи ідентичності.

Дискурсивні практики психотерапії. Різноманіття форм вербальної та невербальної комунікації в психотерапії складно описати та систематизувати, навіть техніки, що мають дуже відносний зв'язок зі спілкуванням використовуються поняття на кшталт «мова тіла» (А. Лоуен), «читання жестів» (В. Райх, М. Фельденкрайз), позначаючи таким чином специфічний дискурсивний характер тілесності людини в контексті

психотерапевтичного взаємодії. Інші напрямки психологічної допомоги від самого початку розвитку формувалися переважно як мовленнєві практики – особливо психоаналіз, екзистенційно-гуманістичні школи, НЛП, тощо. Комунікація, в результаті якої цілеспрямовано змінюється система особистісних смислів (як усвідомлюваних, так і несвідомих), є атрибутом будь-якого виду психологічної допомоги. Фактично все різноманіття форм, напрямків, шкіл і підходів психотерапії можна розглядати як систему дискурсивних практик, об'єднаних спільними принципами.

На відміну від дискурсу, дискурсивну практику можна розглядати як сталу традицію особливих способів оперування мовою з метою здійснення семіотичних трансформацій психічної реальності, яка виступає в якості денотата (референта) дискурсу (-ів) суб'єктів міжособистісного взаємодії. Стосовно психотерапії слід постулювати єдину цільову функцію згаданих трансформацій – допомога у вирішенні психологічних проблем і актуалізації резервів особистісного зростання. Тобто, кожна дискурсивна практика має свої правила накопичення, виключення, реактивації, формотворчих структур і характерних видів зчеплення (семіотичних зв'язків) в різних дискурсивних послідовностях.

Текст, який створюється висловлюваннями клієнта, по-різному відноситься до представленої ним життєвої реальності. Клієнт може свідомо чи несвідомо прикрашати або надавати гротескних рис подіям свого життя (презентативний ілюзіонізм), бути точним (авторепрезентація) або розповідати речі цілком вигадані (антирепрезентація) – в будь-якому випадку взаємна рефлексія в спілкуванні забезпечується дією механізмів переозначення і екстраполяції, що уможливлюють реконструкцію справжніх значень і смислів. Ці механізми описують психотерапевтичну техніку на семантичному рівні, тоді як прагматичний і синтаксичний рівні представлені інакше. Синтаксичний рівень психотерапевтичного семіозису задається відносинами між його знаками і представлений власне спілкуванням, комунікацією терапевта і клієнта, його динамікою в єдності з семіотичною спеціалізацією дискурсу. В якості механізмів на цьому рівні виступають реляція, референція і імплікація, забезпечені правилами семіотичної системи обраного терапевтом напрямку або підходу. Нарешті, прагматичний рівень, що задає відношення знаків до їх користувачів або інтерпретаторів, представлений семіотикою відповідних терапевтичному напрямку або підходу психологічних механізмів (в гештальт-

терапії це семіотика злиття, ретрофлексії, усвідомлення, в НЛП – семіотика упущення, спотворення, генералізації, втраченого перформативу). Єдина для всієї психотерапевтичної семіосфери предметна галузь функціонування цілісної людини неоднаково концептуалізується і описується різними мовами, з використанням різних метафор [4].

Метафорична комунікація, цей неодмінний атрибут психотерапевтичного дискурсу, займає важливе місце в теоретичних засадах більшості психотерапевтичних шкіл, формуючи систему основних понять. Прикладами таких системоутворюючих метафор є лібідо і катексис в психоаналізі, персона, анімус, тінь і самість в юнгіанстві, панцир (броя) і оргон в тілесній терапії, якір в НЛП, перинатальна матриця в трансперсональній терапії С. Грофа. Психотерапевтичний дискурс за своєю природою метафоричний, що зумовлено семіотичними властивостями метафори як обороту мови. Метафорі властиві: злиття в ній образу і сенсу; контраст із назвою або позначенням сутності предмета; категоріальний зсув; актуалізація випадкових зв'язків (асоціацій, конотативних значень і смислів); незвідність до буквального перефразовування; синтетичність і розмитість, дифузність значення; допущення різних інтерпретацій, відсутність або необов'язковість мотивації; апеляція до уяви або інтуїції, а не до знання і логіки; вибір найкоротшого шляху до сутності об'єкта. Всі ці характеристики знаходять застосування в тій спонтанній, майже невловимою і одночасно доцільній грі особистісних смислів і значень, яка і складає динаміку психотерапевтичного процесу.

Наративна психотерапія. Історії грають важливу роль в будь-якій культурі. Коли людина приходить по допомогу до психотерапевта, той просить розповісти історію про те, що людину турбує. На думку Е. Брунера, історії, які інші люди розповідають про нас і про себе, не тільки і не стільки описують вже існуючу реальність, скільки формують її, відповідно можна констатувати, що будь-яка психотерапевтична практика по суті є наративною. Наративна терапія – підхід у психотерапії та роботі з громадами, що використовує метафору наративу, виник на рубежі 1970-1980 років. Безпосередніми авторами даного підходу прийнято вважати австралійця М. Вайта і новозеландця Д. Епстона. На початку 1980-х вони почали співпрацювати, прагнучи удосконалити свою практику, привести її у

відповідність зі своїми життєвими цінностями і принципами, а також протистояти «психотерапевтичній колонізації» своїх країн прозелітами різних зарубіжних психотерапевтичних шкіл. У 1989-90 рр. М. Вайт та Д. Епстон опублікували книгу, де описано основні принципи наративного підходу до роботи, до цього вони говорили про використання «текстової метафори» і «метафори ритуалу переходу» в роботі з людьми [14]. Мета наративної терапії полягає в створенні простору для розвитку альтернативних історій, які дадуть клієнту можливість відчувати себе здатним вплинути на хід перебігу власного життя, бути безпосередньо автором своєї історії і втілити її, залучаючи «своїх» людей для підвищення почуття турботи і підтримки [9].

Теоретичну і методологічну основу наративного підходу у психотерапії складають ідеї драматургічної соціології (Е. Гоффман), антропології переживання (В. Тернер, Б. Майерхоф), педагогіки звільнення (П. Фрейре, М. Хортон), фемінізму, французької філософії постструктуралізму (Ж. Дерріда, М. Фуко), наративної психології (Дж. Брунер, Т. Сарбін), культурно-історичної теорії Л. С. Виготського, а також деякі ідеї Г. Бейтсона. Наративна терапія є формою критичної практичної психології, й, водночас, формою критичної соціальної роботи, по суті це культурно-креативний підхід в афірмативному постмодернізмі. Таким чином, наративна психотерапія поєднує в собі модерністські і постмодерністські уявлення про автора і текст. Передбачається, що людина під час терапії стає автором власної історії життя, цілком в модерністському сенсі: вона – Творець, вільна і сильна фігура, пориває зі своєю традицією, яка реалізує свою вільну волю. При цьому сама історія, текст і спосіб його написання, в основному, постмодерністські.

Слід відзначити й подібність наративної терапії до інших традиційних, більш популярних на посттравматичних теренах психотерапевтичних напрямків. Зокрема, подібно до клієнт-центрованих, наративні терапевти заохочують клієнта усвідомлювати свої позитивні якості, вміння, навички та ефективно їх використовувати; як і когнітивні терапевти вони застосовують техніки реструктурування наявних образів реальності, і як психоаналітики – заохочують клієнтів до самоспостережень.

Метафора наративу, що представляє собою послідовність подій у часі, об'єднаних темою і сюжетом, є ключовою для розуміння життєвих подій і переживань людей в наративному підході. Наративний практик ставить перед

собою мету – створити умови для насиченого опису бажаної історії людини, яка звернулася за консультацією. У логіці наративного підходу прийнято вважати, що життя кожної людини поліісторичне, у ньому різні історії змагаються за право бути в привілейованому становищі, домінувати в свідомості людини, якщо домінуюча історія стає перешкодою для розвитку, можна говорити про існування проблеми. Також наративні терапевти вказують на наявність досвіду, не віднесеного до історії, тобто такого, що є бажаним, небажаним або травматичним, а тому малоусвідомлюваним, якщо в життєвому наративі є прогалини – важливо їх проговорити та визначити як «унікальні епізоди», які є темою окремих терапевтичних сесій.

Наративні терапевти визначають історію в послідовності подій, в означеному часі, об'єднану певною темою і сюжетом. Наприклад, людина ідентифікує себе як «хороший водій», відповідно її життєва історія складається з того, чому і за яких обставин вона вирішила стати водієм, як вчилася водити машину, скільки часу на це потребувала, які події були знакові у водійській історії, чим ця історія відрізняється від водійських історій інших людей, після якого випадку людина стала вважати себе хорошим водієм.

Щоб розповідь могло називатися історією, в ній повинен існувати герой, що володіє намірами, прагне досягти певної мети. У типових для європейської культури історіях присутня певна подія, після якої починається дана історія, у термінології Аристотеля – це «перипетія», психологи часто називають її «поворотним пунктом життя» («так далі жити не можна»). В результаті створюються несприятливі обставини, і мета героя - або відновити попередній стан речей (що, як правило, виявляється неможливим), або досягти нової гармонії, однак швидко це зробити неможливо, оскільки на життєвому шляху виникають численні перешкоди (фізичні, матеріальні, соціальні тощо). Герой ніколи не йде до мети насамоті, в цього є союзники, соціальна мережа зв'язків, значущі люди, які його підтримують, прагнучи подолати перешкоду і впоратися з проблемами, герой використовує різні вміння. Крім цього прихильники наративного підходу вважають, що будь-який прояв досвіду ґрунтується на відміні від іншого досвіду, наприклад, якщо людина говорить про відчуття відчаю, вона порівнює свій стан із не-відчаєм, можливо з радістю, впевненістю у завтрашньому дні чи з будь-яким іншим відчуттям. Так як не існує

правильних історій, які підходять всім, терапевт не може знати, що таке «правильний» розвиток взагалі і для даної людини зокрема, відповідно, наративний терапевт не займає експертну позицію в житті людини, при цьому лише сам клієнт є експертом. Позиція терапевта є децентрованою, тобто орієнтованою на клієнта, терапевт лише ставить питання, тим самим створюючи можливості для виразу історії клієнтом.

У якості основних технік наративної терапії слід виділити наступні: називання проблеми; екстерналізацію проблеми і своїх відчуттів щодо неї; деконструкцію, відновлення участі, роботу із зовнішніми свідками.

Насамперед, проблема повинна бути названа. Наративний терапевт пропонує дати специфічне ім'я проблемі одним словом або короткою фразою («депресія», «стрес у шлюбі»); в процесі роботи назва проблеми змінюватиметься, усі варіанти слід фіксувати та наприкінці терапії обговорити з клієнтом.

Наступним кроком в роботі є екстерналізація проблеми – лінгвістична практика, яка допомагає людям відокремити свою особистість від проблем (тобто відокремити себе від проблемно насичених історій, прийнятих за власну ідентичність), щоб мати можливість поглянути на них зі сторони і взяти на себе відповідальність за їх рішення. Будучи базовою технікою наративної терапії, екстерналізація виключає ефект «приклеювання ярликів» (не алкоголік, а людина, яка страждає на алкоголізм, не неуважна дитина, а дитина, в поведінці якої іноді спостерігається неуважність). При цьому увага звертається на вплив проблеми на людину і вплив людини на проблему, тобто клієнт визначає свою позицію щодо проблеми, з'ясовує, чому вона у нього з'явилася [17].

Деконструкція – це пошук підстав для ідей і позицій клієнта. Даний метод дозволяє людині усвідомити, що саме вона є автором історії, а не хто-небудь інший. Вивчається контекст виникнення дискурсивних приписів, для цього наративні терапевти застосовують так зване деконструктивне вислуховування. На відміну від клієнт-центрованого терапевта, чиє активне слухання спрямоване на відображення історії клієнта, подібно до дзеркала, без спотворення, наративний терапевт шукає приховані смисли, розриви, ознаки конфлікуючих історій, це дозволяє відкрити простір для тих аспектів життєвих наративів, які знаходяться на периферії+- свідомості і поки ще не виразилися в історії, іншими словами, з'являється можливість поставитися до

своїх життєвих сюжетів не як до фактів, що пасивно накопичуються, а як до історій, активно сконструйованих власне особистістю.

Відновлення участі (re-membling) – до роботи, реально чи віртуально, залучаються інші люди, що демонструють додаткову точку зору на людину і її історію з метою створення спільноти підтримки бажаної історії. «Я-визначені спогади» – це такі епізодичні спогади, які підпадають під категорію спогадів про особисті події у термінології Д. Піллемера. Д. Піллемер виділив п'ять критеріїв спогадів про особисту подію, яка повинна: а) представляти специфічну подію, що відбулася в певний час у певному місці; б) містити детальний звіт про особисті обставини людини під час події; в) зумовлювати чуттєві образи або тілесні відчуття, які впливають на відчуття «переживання знову» або «пожвавлення» цієї події; г) поєднувати деталі і образи з певним моментом або моментами актуального феноменального переживання; д) людина повинна вірити, що це справжнє відображення того, що насправді з нею відбувалося.

Робота із зовнішніми свідками – людина, яка звернулася за допомогою, розповідає свою історію не тільки терапевту, а й іншим людям (свідкам), яких після розповіді запитують про те, який посил вони отримали, яким тепер бачать образ людини, якими бачать її цінності і принципи. Свідки докладно розповідають, чому їх зачепили ті чи інші слова, який їх особистий досвід відгукується, яких знань вони набули завдяки цій історії.

Отже, наративна психологія в контексті теорії особистісної ідентичності дедалі більше стає популярною, її теоретичні розвідки підтверджуються психодіагностичними опитувальниками, а результати діагностики, в свою чергу, зумовлюють актуалізацію наративних психотерапевтичних практик. Натепер наративна практика ефективно застосовується в роботі з людьми та спільнотами, які пережили травму (в «гарячих точках», в ситуації окупації, в таборах біженців та ін.), з маргіналізованих групами населення (в тому числі з різноманітними меншинами), а також з тими людьми, кому не доступна традиційна психотерапія (наприклад, з ув'язненими), або для кого традиційна психотерапія неприйнятна в силу різних міркувань, що мають відношення до культури, вірувань (тобто в роботі з корінним населенням, з етнічними та релігійними громадами).

При цьому наративна практика базується на наступних принципах: всі думки та поведінка людини існують в культурних контекстах, що надають їм особливого смислу та значення; погляд людей на світ формується через комплекс несвідомих процесів відбору через контекст власного досвіду, а вибір елементів розповіді завжди відповідає домінуючій життєвій історії, наративній ідентичності, як квінтесенції власного життя. Метою наративної практики відповідно є створення нових історій, відкриття простору для реалізації численних поведінкових, емоційних і когнітивних альтернатив, переживання відчуття свободи вибору.

Список використаних джерел

1. Брокмайер И. Нарратив: проблемы и обещания одной альтернативной парадигмы / И. Брокмайер, Р. Харре // Вопросы философии. – 2000. – № 3. – С. 29–42.
2. Брунер Дж. Жизнь как нарратив / Дж. Брунер // Постнеклассическая психология. – 2005. – № 1(2). – С. 9–29.
3. Выготский Л. С. Психология / Л. С. Выготский. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с.
4. Лобанова Я. С. Проблема символа в философской герменевтике П. Рикёра / Я. С. Лобанова // Вестн. Тамб. гос. ун-та. – 2011. – № 1. – С. 53-56.
5. Мельникова О. Т. Дискурсивный подход к исследованию идентичности / О. Т. Мельникова, Е. С. Кутковая // Вестник Московского университета. – 2014. – Серия 14. Психология. – №1. – С. 59-70.
6. Молодыхенко Е. Н. Идентичность и дискурс: от социальной теории к практике лингвистического анализа / Е. Н. Молодыхенко // Научно-технические ведомости СПбГПУ. Гуманитарные и общественные науки. – 2017. – Т. 8(3). – С. 122–130.
7. Рикёр П. Время и рассказ / П. Рикёр. – М.: ЦГНИИ ИНИОН РАН, 2000. – 313 с.
8. Сарбин Т. Р. Нарратив как базовая метафора для психологии / Т.Р. Сабрин // Постнеклассическая психология. – 2004. – № 1. – С. 6–28.
9. Уайт Х. Метаистория. Историческое воображение в Европе XIX века / Х. Уайт. – Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2002. – 528 с.
10. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон – [2-е изд.]. – М.: Флинта: МПСИ: Прогресс, 2006. – 352 с.
11. Balistreri E. Development and preliminary validation of the Ego Identity Process Questionnaire / E. Balistreri, N. A. Busch-Rossnagel, K. F. Geisinger // Journal of adolescence. – 1995. – Vol. 18(2). – P. 179–192.
12. Bamberg M. Narrative discourse and identities // Narratology beyond literary criticism / Ed. by J. Meister, T. Kindt, W. Schernus. Berlin: Walter de Gruyter, 2005. – P. 213–237.

13. Berzonsky M. D. Development and validation of the revised Identity Style Inventory (ISI-5): Factor structure, reliability, and validity / M.D. Berzonsky, B. Soenens, K. Luyckx // *Psychological assessment*. – 2013. – Vol. 25(3). – P. 893–908.
14. Carr A. Michael White's narrative therapy / A. Carr // *Contemporary Family Therapy*. – 1998. – Vol. 20 (4). – P. 485–503
15. Cheek J. M. The distinction between social and collective identity orientations in the aspects of identity questionnaire / J. M. Cheek, L. R. Tropp, M. K. Underwood, N. N. Cheek // In Poster presented at the annual meeting of the Society for Personality and Social Psychology, New Orleans, LA., 2013. – 203 p.
16. De Fina, A. Crossing Borders: Time, Space, and Disorientation in Narrative / A. De Fina // *Narrative inquiry*. – 2003. – Vol. 13(2). – P. 367–391.
17. Etchison M. Review of narrative therapy: Research and utility / M. Etchison, D. M. Kleist // *The Family Journal*. – 2000. – Vol. 8(1). – P. 61–66.
18. Freeman M. Narrative integrity. Auto-biographical identity and the meaning of the «good life» / M. Freeman, J. Brockmeier // In: J. Brockmeier, D. Carbaugh (Eds.), *Narrative and identity: studies in autobiography, self, and culture*. Amsterdam: John Benjamins, 2001. – P. 75–103.
19. Grotevant H. D. Development of an objective measure to assess ego identity in adolescence: Validation and replication / H. D. Grotevant, G. R. Adams // *Journal of youth and adolescence*. – 1984. – Vol. 13(5). – P. 419–438.
20. Kashima E. S. The development and validation of the Relational, Individual, and Collective self-aspects (RIC) Scale / E.S. Kashima, E.A. Hardie // *Asian Journal of Social Psychology*. – 2000. – Vol. 3(1). – P. 19–48.
21. McAdams D. P. Personal narratives and the life story // *Handbook of personality: Theory and research* / D. P. McAdams // L. Pervin, O. John (Eds.). 2nd ed. N.Y., 1999. – P. 478–500.
22. Polkinghorne D. E. Narrative configuration in qualitative analysis / D. E. Polkinghorne // *International journal of qualitative studies in education*. – 1995. – Vol. 8(1). – P. 5–23.

1.2

PHENOMENOLOGICAL ANALYSIS OF AN AUTOBIOGRAPHIC NARRATIVE

Zinoviia Karpenko (Ukraine), Rafał Abramciow (Poland)

The post-non-classical stage of rationality at the Postmodern era requires relevant comprehensive methods, corresponding to the demands of the modern psychological practice of human consciousness correction. In this context, there is

an increasing interest in qualitative (in particular, phenomenological, narrative) methods of research and psychotherapeutic influence.

The analysed recent publications related to the discussed problem (N. Busygina, A. Husev, F. Barsky, A. Krychavets et al. [8], O. Melnikova, D. horoshilov [9], M. White, D. Epston [19], N. Chepeleva [14], P. Ricoeur [11], T. Sarbin [16], M. Avanesyan [2]) have allowed us to conclude that:

- 1) narrative psychology is a compromise way to hear a "voice of Self" (an individual as Ego-identity) in the polyphony of multicultural discourse values (social context);
- 2) narrative psychology release an individual, in the unity of his/her subjective aspirations and abilities of different levels, from the power of the dominant discourse, and delegatie to him/her the responsibility for moral self-determination in the chronotop of holistic life fulfilment;
- 3) a narrative as the main concept of the same name psychology means a story, a spoken form of personal experience presentation in temporal continuity (the past – the present – the future), formed and manifested in a specific cultural and symbolic environment;
- 4) a narrative form of autobiographical self-presentation is, at the same time, a method for the cyclical repeated thematic creation of a storyline (value assertion of oneself as an authentic person) and for construction of own life trajectory in the space of hypothetical possibilities and real chances;
- 5) the most widespread value dilemma presented in a narrative is the opposition of the desire for acceptance and love, the affiliative motivation of behaviour, on the one hand, and an attempt to control events through own competence build-up, which means the desire for power and self-affirmation in a reference group, on the other side;
- 6) a narrative is constructed by an individual as an author of his/her own life, an insider in the domain of his/her unique life experience and a representative of personally meaningful aspirations and goals; at the same time, the narrative as a derivation of a particular individual has a specific addressee, this is a confession in the face of the meaningful Other (a Listener). And only thanks to this fundamental fact the narrative author "collects him/herself" from fragments of his/her life experiences, form critical assessments of past deeds and reflection on past events in order to implement his/her right to a decent (personally desirable and normatively acceptable) project of his/her own life;

7) the dialogic intention of a narrative requires, first of all, a reliable description of its author's subjective reality in the form of phenomenological empathy – immersion into his/her world of intimate experiences and metaphorical codes of his/her unconscious, and subsequently, their discursive ordering through the placement of descriptions into the context of real interpersonal relationships (interpretation means clarification of personal meanings for key moments of an individual's autobiography), and finally, explanation (for the Other, that is, a Listener) of own version of the lived and endured experiences, which is done by the phenomenological de-centring – disengagement from the "worked out" (refined) Self for the purpose to construct more adequate alternative stories for the modified context (life circumstances) and co-ordinated self-concept [18, p. 137-159].

From the aforementioned features of narrative psychology, it follows that it acts as a means of a methodological compromise between so-called real or substantive approaches (experimental social psychology, humanistic and psychodynamic psychology) and social-constructivist (postmodernism, discourse analysis, post-structuralism, etc.) approaches to research on a personality with his/her genetic predisposition, value internalization from the social-cultural context, historical (temporal) continuity and productive speech representation [6]. From this point of view, an autobiographical narrative should be analysed phenomenologically for its validity estimation, adequate interpretation and further positive reconstruction.

Research on the phenomenon of reflexive (emotional) consciousness in the existential-phenomenological psychology of J. Sartre is based on the thesis of the primary unbreakable unity of an individual, his/her consciousness and the world to which he/she, as an agent, is involved due to his/her inherent intentionality - the orientation to external objects [17].

Psychology distinguishes different types of consciousness. First of all, we can speak about the most elemental it form - sensual, as an individual's is awake, the next simple form of consciousness is perceptual consciousness, which is often defined as sensory susceptibility, at last the highest form of consciousness is self-consciousness as a certain meta-cognitive ability of mental processes [18, p. 253].

Non-reflexive consciousness functions on the spontaneous sensory level of cognition and is not directed by the conscious Self. Thus, non-reflexive (emotional) human consciousness represents the existential mode of being in the

world as a creative experience and a non-trivial vision of the cognoscible objects in every-time-new relationships. At the same time, emotions appear as a specific way of cognition by an agent of the "objective" reality; emotions are distinguished from some other mental processes by absence of a position for them, but by spontaneity and organic connection with the environment.

Rafał Abramciow notes that "according to the phenomenological-cognitive paradigm of J. Sartre (1960), there are consciousness as an inherent phenomenon (*conscience reflet*), and consciousness as something that can be divided into a widely understood experience (*conscience reflectant*) or non-reflexive consciousness (as acting spontaneously consciousness-in-the-world) and reflective consciousness (directed at oneself). The corresponding structures "respond" with physiological reactions or states of consciousness when they want to indicate their presence in the world" [1, p. 17]. If an psychological explanation is based only on the cause-end-effects relationships, it inevitably leads to the neglect of the intentional-target aspects of emotions, which play a leading role in the phenomenological model of consciousness. Reduction of research only to emotional processes, separated from consciousness, leads to loses from the field of vision of various intentional directions of consciousness, which giving meaning to an experienced emotion.

So the interpreted phenomenon of the non-reflexive (emotional) consciousness proposed by Sartre opposes both the reduced positivist (behavioural) psychology and Freud's psychoanalysis, but at the same time it can be an incentive for research deployment in the realm of the modern cognitive psychology, in particular the psychology of emotional intelligence.

The Sartre's argument in favour of the phenomenological method is that there is a primary level of consciousness as non-reflexive consciousness, directed to the world; and this is the basis of various studies, descriptions and analysis of the phenomenon of an emotion at this level. Emotions may arise, namely, because of existing non-reflexive consciousness. And therefore, emotions, as a psychic, non-positional phenomenon, are related to an individual as a source of consciousness-emotion unity and an agent causing emotions [1, p. 18].

Thus, intentionality, as a fundamental property of consciousness at its non-reflexive level, returns consciousness to integrity of relations between an individual and the world. According to Sartre, there is a strict correspondence between emotions and a way of their understanding. The description of an

emotion should begin with the description of an individual, and not from an initial description of his/her emotionality as a human being constituent. Emotional consciousness does not use conscious Self. Emotional consciousness seems to be "thrown into the world" and organizes itself in its own way. In the case of experiencing of emotions, but only emotions, as Sartre emphasizes, my conscious Self may be present [1, p. 19].

According to M. Heidegger, the phenomenological study of human existence should be based on the statement of the position of the subject-objective indivisibility at being-in-the-world, and, therefore, a descriptive understanding approach to the interpretations of psychic phenomena is required [13]. Phenomenological analysis is a kind of descriptive, qualitative research that determines the basic structures of subjective experience, fundamental spiritual intentions and personal meanings that direct human behaviour, and therefore deals with the non-reflexive consciousness that needs to be "raised" to the level of reflexive consciousness.

Thus, the tasks of phenomenological analysis in age-related existential counselling, says O. Parkulkab, is to define a client's position on the temporal (a life path) and spatial (the living world) dimensions, to identify modes of existence, to validate phenomenological descriptions. Generalization of known procedures of phenomenological analysis has allowed the researcher to identify several key points: obtaining of descriptions (in our case – an autobiographical narrative), separation of structural semantic blocks of experiences, their refining and semantic consolidating with the means of psychological language, determination of general semantic links and generalization of the entire protocol [10].

The standard scheme of phenomenological procedure application, according to A. Giorgi, can be reduced to the sequence: content reduction to leading meanings, their figurative transformation and intuitive understanding of the essential values.

O. Parkulkab, in particular, offers such an algorithm for an advisory case of self-in-the-world experiencing: 1) to seize meaning in whole; 2) to separate semantic units in the temporal perspective at focusing on the phenomenon of a client's being; 3) to translate the client's natural language into the psychological language describing this phenomenon; 4) to synthesize transformed semantic units into generalized statements about the client's experience [10, p. 8]. As a result of the empirical study, the author summarizes that the phenomenological analysis of

the existential advisory cases (including autobiographical narratives - Z. K., R. A.) takes place according to the following algorithm: identification, lingual-psychological definition and psychological-semantic generalization of the basic structures of the client's subjective experience and comparison with the age-related norms of personal development [10, p. 15] (and with the social-cultural features - values, traditions, beliefs, ideology, etc. - discursive practices, to which the client involved voluntarily or involuntarily - Z. K., R. A.).

Similar algorithms can be found in the literature devoted to applications of the theoretical provisions of narrative psychology in various areas of social practice, especially psychotherapeutic one. For example, J. Freedman and G. Combs offer the following practical format for positive development of stories:

- 1) to start with a unique episode. Even when people do not mention positive aspects of their experiences, an advisor should ask about the events having caused them;
- 2) to make sure that this unique episode represents the desired direction for human development;
- 3) to mark the story of the action landscape, that is, to determine what has been done in order for the desired event to take place;
- 4) to mark the story in the landscape of consciousness, that is, to determine how an individual's act characterizes him/her;
- 5) to ask questions connecting the past episode and the positive experience with the individual's present life;
- 6) to ask questions propagating the optimistic story into the future, actualizing the individual's subjective potential to achieve the desired goals [12].

M. Crossley, referring to D. McAdams [15], proposes the following algorithm for an autobiographical narrative (interview), which can be used not only within the framework of psychotherapy but also outside it as a means of self-help for people in critical situations:

- 1) repeated reading of the recorded interview text;
- 2) identification of important concepts. Attention should be paid to the tone of the narrative, used images and metaphors, the leading themes;
- 3) combining material into a consistent story; compilation of a research report.

The interview structure should include questions about key events from childhood, adolescence, maturity, etc., questions about meaningful people, about

dreams and plans for the future, a list of the greatest stresses and problems, basic beliefs and values. The answers to these questions constitute the empirical material for understanding and rethinking the respondent's autobiographical narrative by the interviewer and the respondent him/herself [6].

In the article by S. Karpenko, a autobiographical narrative is used for managing and solving of complex (often substituted) conflicts in the organizational environment of universities from the point of view of post-non-classical rationality and post-postmodernist searches for a holistic approach to interpretative psychology of a person's as an integral actor of life. The article substantiates that such a narrative is constructed by an individual as an author of his/her own life, an insider in the realm of unique life experience and a representative of personally meaningful aspirations and goals. The dialogic intention of such autobiographical narrative requires a reliable description of the author's subjective reality with the help of the primary phenomenological empathy - immersion into the world of intimate experiences and metaphorical codes for unconsciousness and, then, discursive ordering of the described events and their assessments through the individual story in the context of real interpersonal relationships (an interpretation for themselves and an interpretation for the Other of own version of the lived out and experienced events) [4].

There are the axiopsychological validity criteria for an autobiographical narrative, which can become a means, a leader's initiative to establish productive dialogical communications in order to strengthen healthy tendencies at educational and scientific organizations in the context of European integrative processes, to harmonize personal career trajectories and career growth within a primary work-team; to strengthen personal responsibility for moral self-determination in critical situations; to develop tolerance to uncertainty and readiness to adopt non-standard decisions as an opportunity to support promising lines of development, or to reject rigorous, outdated practices in educational management.

With the presented article example of the use of autobiographical narrative as a means for communications and moral-psychological organizational climate improvement at a primary unit of the university structure (a department), the author articulates the criteria of validity (quality) of this kind of narratives from the standpoint of axiological psychology, supported by the principles of teleologism and the integral subjectivity (modification of the holism principle):

- 1) authentic (open, sincere and honest) depiction of the sensory background for an author's experience of significant events: the level of physical self, the individual's organismic sense as a relative life agent;
- 2) objective (factual) fixation of the normative-legal and functional-role status of the autobiographical narrative characters with reference to their actual deeds - the level of an agent him/herself (the mono-subjective level) as an actor of conditionally individual professional activity (consideration from the point of view of a personal contribution - the employee effectiveness for his/her organization);
- 3) presentation of own moral and ethical attitudes to facts (events, actions of the characters, situations) set forth in the narrative: the poly-subjective level, as an individual is involved in the joint activity with people having various personal motives, values, goals and interests;
- 4) placement of the autobiographical narrative into a wider social-cultural context in order to determine a private story drift vector in the discourse of state formation, public policy, tendencies in national mentality, etc.: the meta-subjective level, a creative individuality involved into the way and lifestyle of a large community;
- 5) pure-hearted confession, critical self-evaluation, repentance for errors in the stream of authentic spiritual attraction to an ideal, to a perfect act embodied in the life-feat of a God-person: the absolute-subjective level, a universal hypostasis of an individual's life fulfilment.

The hierarchical configuration of these validity criteria for an autobiographical narrative expresses various functional and procedural accents of its axiological content: 1) bodily experience-feeling; 2) perception as resource identification for normative and adaptive behaviour; 3) moral self-determination in the context of jointly-distributed activities; 4) axiological self-affirmation in socially significant cultural creativity; 5) actualization at an individual's life fulfilment of universal subjective abilities through hewing to absolute spiritual values embodied in the humanistic worldview - a synergistic result of intuitive empathy and reflexive efforts of the narrative author.

Effectiveness of phenomenological analysis during narrative elaboration of autobiographical material should be noted; that had allowed Z. Karpenko to build a typology of mobbers (mobbing is the leading theme of the above mentioned narrative) in the organizational environment of the studies university, applied both to the colleagues and to the head (of the department) [5].

Thus, there are a totally egoistic, grabbing motivational platform common for all mobbing agents, in general, and a number of characters practicing certain mobbing types in accordance with the causes preconditioning this phenomenon, in particular:

- 1) a witling and narrow-minded individual, without clear professional interests and low moral standards, as well as envy for those "who need more than others"; the primitive mobbing type;
- 2) people whose life credo is avoiding and to go with flow; the philistine mobbing type;
- 3) incompetent employees who have taken their office positions due to corrupt employment schemes; corrupt mobbing type;
- 4) employees with ambitions and self-esteem exceeding their real capabilities and achievements; the narcissistic mobbing type;
- 5) power-seeking "award collectors", swollen-headed and walking all over because of their "blue blood" (most often, belonging to the nomenclature or the so-called "new Ukrainians") who received specific education; the totalitarian mobbing type.

The given typology specifies the author's principle of integral subjectivity in its ascending logic: the sub-subjective or relatively subjective (lowest) level of realization (here - destructive fixation) of an employee's subject-value potential, expressed by the primitive type of a mobber; fixation on narrowly selfish interests and needs - the mono-subjective (here - philistine) type of a mobber; at the poly-subjective level - the levels of internationalized anti-social morality - the corrupt mobbing type and the corresponding mobber appears; at the meta-subjective level of human potential realization, the narcissistic type of mobbing is formed, a mobber seeks for uncritical approval and unrestricted satisfaction of own ambitions by as wide a circle of people as possible, the most influential ones; and the totalitarian mobbing type and a totalitarian mobber correspond to the totally subjective, universal level.

Depending on the character, the strategies for mobbing prevention and counteraction are described and characterized: normative-regulatory, differential-analytical, demonstrative-reflexive, creative-variable (anti-crisis), system-correctional [5].

This research task does not include disclosure of broad lateral branches from the stated topic, for example, organization of a so-called conflict dialogue [7], but only the justification of its methodological principles. So we can conclude that

phenomenological analysis in psychological counselling and psychotherapy, as well as in the academic psychology of a personality and in the applied psychology, especially management, will help implement the holistic axiological approach to research on mental phenomena, which takes into account the actual life context of human existence, an individual's needs, motives, interests, beliefs and values presented in his/her autobiographical narrative.

References

1. Абрамцов, Р. (2018). Феномен нерелексивної (емоційної) свідомості Сартра. *Психологія особистості*, 1 (9), 16-21.
2. Аванесян, М. О. (2018). Альтернативная автобиографическая история как составляющая возможного «я». *Психологические исследования*, 11 (61). Взято из <http://psystudy.ru/index.php/num/2018v11n61/1619-avanesyan61.html>.
3. Карпенко, З. (2018). *Аксіологічна психологія особистості: монографія*. Івано-Франківськ: ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника».
4. Карпенко, З. (2018). З досвіду застосування автобіографічного наративу в організаційній психології: аксіопсихологічна оптика. *Психологія особистості*, 1 (9), 96-104.
5. Карпенко, З. С. (2018). Мобінг в акмеперіоді: ризики і ресурси корекції життєвого сценарію особистості. *Психологічний часопис*, 6 (16). 82-94.
6. Кроссли, М. Л. (2013). *Нарративная психология. Самость, психологическая травма и конструирование смыслов*. Харьков : «Гуманитарный Центр».
7. Келлетт, П. (2010). *Конфликтный диалог: работа с пластами значений для продуктивных взаимоотношений*. Харьков: «Гуманитарный Центр».
8. Мельникова, О. Т., Кричевец, А. Н., Гусев, А. Н., Хорошилов, Д. А., Барский, Ф. И., Бусыгина, Н. П. (2014). Критерии оценки качественных исследований. *Национальный психологический журнал*, 2 (14), 49-51.
9. Мельникова, О. Т. Хорошилов, Д. А. (2015). Стратегии валидации качественных исследований в психологии. *Психологические исследования*, 8 (44). Взято из <http://psystudy.ru/index.php/num/2015v8n44/1207-melnikova44.html>
10. Паркулаб, О. Г. (2004). *Феноменологічний аналіз у віковому екзистенційному консультуванні*. (Автореф. канд. психол. наук). Прикарпатський університет ім. В. Стефаника, Івано-Франківськ.
11. Рикер, П. (1995). *Конфликт интерпретаций: Очерки о герменевтике*. Москва: Медиум.
12. Фридман, Дж., Комбс, Дж. (2001). *Конструирование иных реальностей*:

- Истории и рассказы как терапия.* Москва: Независимая фирма «Класс».
13. Хайдеггер, М. (2013). *Бытие и время.* Москва: Академический проект.
 14. Чепелева, Н. В. (Ред.) (2007). *Наративні психотехнології.* Київ: Главник.
 15. McAdams, D. (1993). *The Stories we live by: Personal Myths and the Making of the Self.* New York: Morrow.
 16. Sarbin, T. R. (Ed.) (1986). *Narrative Psychology: The Storied Nature of Human Conduct.* New York: Praeger.
 17. Sartre, J. P. (1960). *Esquisse d'une theorie des emotions.* Paris: Editeurs des sciences et des arts, Hermann.
 18. Tomaszewski, T. T. (1966). *Aktywność człowieka.* W: M. Maruszewski, J. Reykowski, T. Tomaszewski. *Psychologia jako nauka o człowieku.* Warszawa, KiW.
 19. White, M., Epston, D. *Narrative Means Therapeutic Ends.* New York: Norton.

1.3

МЕТОДОЛОГІЯ І МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНОГО ІНТЕЛЕКТУ ДІТЕЙ ШКІЛЬНОГО ВІКУ

Оран М. О.

В умовах сучасного суспільного життя істотними для особистості виявляються характеристики гнучкості та адаптивності у соціальних стосунках, адекватності передбачення результатів соціальної взаємодії. Саме тому у наукових розвідках психологів активізувалась проблема соціального інтелекту, котрий розглядається вченими як система психічних механізмів, що уможливають побудову індивідом суб'єктивної картини світу. Аналіз останніх публікацій засвідчує дві тенденції, котрі й обумовлюють актуальність даної теми та визначають мету дослідження. З однієї сторони, сучасні особливості розвитку суспільства підкреслюють значимість досліджень, котрі пояснюють успішність соціальної взаємодії. З іншої сторони, недостатня кількість онтогенетичних досліджень соціального інтелекту зумовлює напрям здійснення наукових розвідок.

Мета дослідження – з'ясування методологічних розбіжностей у вивченні СІ та означення концептуальних положень, істотних для побудови теоретичного та емпіричного вивчення закономірностей онтогенезу СІ.

Термін «соціальний інтелект» уведений в психологію Е.Торндайком на позначення «далекоглядності у міжособистісних стосунках» в одному ряду із абстрактним та конкретним інтелектом. Завдяки дослідженням Дж. Гілфорда термін «соціальний інтелект» перейшов в розряд вимірюваних конструктів, увійшов до арсеналу психологічної практики [3; 23]. Подальші дослідження або доповнювали теорію Дж. Гілфорда, або ж намагались визначити незалежні предикати СІ. Аналіз теоретичної літератури дав змогу виділити основні дискусійні питання у проблемі СІ, які демонструють й обумовлюють відмінності у методологічних підходах до його вивчення.

Перше – це питання операціоналізації поняття та визначення структури психологічного феномену. Проблема полягає ще й в тому, що соціальний інтелект може проявлятися як у особистісних рисах, так і в інтелектуальних особливостях. Саме це, на нашу думку, і спричинює розмаїтість підходів до визначення природи СІ. В результаті аналізу теоретичної літератури, можна виділити наступні підходи до операціоналізації соціального інтелекту як:

- а) розуміння самого себе та інших людей, засноване на специфіці розумових процесів, афективному реагуванні та соціальному досвіді (Ю. Ємельянов);
- б) здатності виділяти істотні характеристики комунікативної ситуації, які не піддаються безпосередньому спостереженню (Дж. Гілфорд, Л. Виготський, Д. Ельконін);
- в) здібності у складі когнітивних (Н. Ф. Каліна), соціально-перцептивних (В. Лабунська, А. Южанінова), соціальних (О. Бодальов, О. Власова, Г. Олпорт), комунікативних (В. Куніцина);
- г) сукупності чи системи соціальних знань (Н. Кентор, Дж. Кілстром, С. Вонг, Дж. Дей, С. Максвелл, С. Космітський, К. Джон, Д. В. Ушаков),
- д) навичок чи умінь соціальної адаптації (Г. Олпорт, Д. Кітінг, Ф. Чапін, Р. Харлоу та ін.)

чи соціального міжособистісного сприймання (Г. Андреева).

Друге питання, котре є ключовим моментом для вибору напрямку дослідження – це питання взаємозв'язку і взаємодії загального (академічного, абстрактного, практичного) інтелекту та соціального інтелекту. Як зазначає Е. Івашкевич, окрім питання сутності соціального інтелекту, нерозв'язаною залишається проблема співвіднесення останнього із загальним інтелектом, інтелектуальною обдарованістю тощо [10]. У цьому питанні на основі аналізу літератури ми виділили три основних підходи. Перший – соціальний інтелект розглядається як різновид

загального інтелекту. Основний напрямок таких досліджень відбувається через зіставлення загального та соціального інтелекту. Вимірювання СІ багато в чому повторює традиційні тести інтелекту, але характеризується більшою когнітивно-вербальною орієнтацією. У такому напрямку працювали Р. Ріджіо, Д. Кітлінг, Дж. Ведек, але робота із вербальним матеріалом не дала можливості диференціювати власні істотні предиктори СІ. Тим більше, що їхні експерименти виявили якраз незалежність вербальної частини загального інтелекту та соціального інтелекту. У трактуванні Г. Айзенка соціальний інтелект – це той інтелект, який «вирастає» із загального інтелекту, формується в ході соціалізації індивіда. Відтак, обумовлює загальні особливості когнітивної (в тому числі соціальної) діяльності людини, що сформувались в процесі її соціалізації. Другий напрямок розглядає СІ як самостійний вид інтелекту, що забезпечує адаптацію людини в соціумі і спрямований на розв'язання життєвих задач. Використовуються як поведінкові, так і невербальні компоненти розв'язання соціальних задач. Дослідження Дж. Гілфорда і М. Саллівен, М. Форда, Л. Брауна, Р. Селмана продемонстрували, що рівень СІ відрізняється від академічного, але між ними є потенційний взаємозв'язок. Далі у дослідженнях Дж. Ведека (Wedeck, J. 1947), було доведено, що СІ значимо не корелює з розвитком загального інтелекту та просторових уявлень. Окремо слід наголосити, що у дослідженнях Дж. Гілфорда соціальний інтелект значуще не корелював із розвитком загального інтелекту і просторових уявлень, здатністю до візуального розрізнення та оригінальністю мислення. У третьому підході СІ представляється як інтегральна здатність до спілкування, що ґрунтується на особистісних характеристиках та рівні самосвідомості [22]. Акцент робиться саме на комунікативній спрямованості СІ, відтак, спрямований на вимір особистісних властивостей, котрі корелюють з параметрами соціальної зрілості (Н. Кентор, М. Бобнєва, В. Куніцина).

Таким чином, дослідження питань онтогенетичного становлення соціального інтелекту не лише розв'язує питання про вікові закономірності розвитку даного психічного феномена, але й створює передумови для аналізу соціального інтелекту як цілісного психологічного явища. Саме тому дослідження онтогенезу соціального інтелекту було розпочато із означення найбільш адекватних методологічних засад.

На філософському рівні методології основним концептуальним питанням є питання про предиктори і загальні закономірності формування і функціонування соціального інтелекту. У науковій думці стосовно цього існують дві протилежні погляди: 1) соціальний інтелект як наслідок соціалізації та адаптації вроджених інтелектуальних структур дитини; 2) соціальний інтелект як набір, система сформованих у процесі соціальної взаємодії соціальних навичок, умінь, здібностей. Беручи за загальнофілософську методологічну основу діалектичну парадигму, ми ґрунтуємось на принципах аналітико-синтетичної логіки антропоцентричних досліджень.

Вищим рівнем філософської методології, яка визначає стратегії подальшого дослідження проблеми онтогенезу соціального інтелекту, слугує аналітико-синтетична логіка, що зумовлено, з одного боку, різнобічністю та диференційованістю соціальних взаємодій суб'єкта, а з іншого – цілісною єдністю інтелекту як психічного феномена. Аналітична психологія, як зазначав К. Юнг, «відрізняється від експериментальної психології тим, що не намагається ізолювати окремі функції, а також підкорити умови експерименту дослідницьким цілям; навпаки, вона займається цілісним психічним явищем, що відбувається природно, тобто, максимально комплексним утворенням, навіть якщо воно може бути розкладено на більш прості, часткові комплекси шляхом критичного дослідження» [21, с. 101]. Таким чином, аналітична методологія обов'язково передбачає і синтез.

Варто підкреслити, що із існуючих у антропологічній філософії біологічної (А. Гелен, К. Лоренц) та функціональної (Г. Зіммель, Е. Кассіер) парадигм саме функціональна дає змогу дослідити психічне через діяльність, функції, які це психічне виконує. Порівняльний аналіз субстанційної (субстанціональної, субстанціальної) та функціоналістської філософії демонструє відмінності у розгляді принципових питань взаємодії людини і суспільства. Ґрунтуючись на визначенні характеристик суспільства головню за методом аналогії з людськими характеристиками, субстанційні концепції приходять до підпорядкування людини цим продуктованим ними ж суспільним силам. Якщо спочатку точкою опори, субстанцією постає людина, то на завершення вона виявляється окремим випадком, модусом, складовою вищої над нею субстанції – суспільства, соціальної групи. Питання суспільного життя людини виявляються підпорядкованими вищій субстанції – «соціуму»,

відтак, отримують пасивний статус. Функціоналістська ж парадигма дає змогу поглянути на суспільне життя як на більш чи менш успішне виконання великого, але скінченого ряду соціальних функцій, де індивіди, соціальні групи й суспільства є змінними, які ми можемо підставляти у формули, що об'єднують вищезгадані соціальні функції. У такому аспекті соціальний інтелект досліджується як функція особистості, що формується, розвивається і розкривається саме у процесі взаємодії суб'єкта з соціумом. На думку Е. Кассіра (1923), людина живе не просто в природному універсумі, а в символічному світі, тобто у Всесвіті Культури. Мова, міф, мистецтво, релігія – символічні частини цього Всесвіту. На думку Кассіра, людина настільки пронизана цим світом символів, що не може знати і бачити себе інакше як через підключення цих штучних символічних середовищ. Людина, вважає Е. Кассіра, – це *Homo symbolicum*, її сутність формується в символічному середовищі. Символ – продукт діяльності людини, символи породжуються фундаментальними структурами чуттєвого досвіду людини. В символах знаходять своє відображення структури афектів, надій, страхів, ілюзій, розчарувань людини. Таким чином, людина творить світ символів і сама опиняється в його центрі. Погляд на елементи суспільного життя як на символічні суб'єкти логічно приводить до аналітичного відокремлення різних соціальних якостей від їх носіїв. Кожна людина є носієм великої кількості соціальних якостей, які в ній взаємопов'язані, взаємозалежні.

Таким чином, функціоналістська парадигма дає змогу поглянути на суспільне життя як на більш чи менш успішне виконання великого, але скінченого ряду соціальних функцій, де індивіди, соціальні групи й суспільства є змінними, які ми можемо підставляти у формули, що об'єднують вищезгадані соціальні функції.

Відповідно до функціонально-прагматичного підходу, психіка виникає на основі практичної взаємодії суб'єкта із зовнішнім світом і виконує в ньому активну роль. Таким чином, оскільки соціальний інтелект формується в результаті діяльнійшої взаємодії індивіда та світу, постулати функціонально-прагматичної методології про психосоціальну природу людської психіки створюють методологічні засади дослідження. Отже, загальнофілософськими методологічними засадами дослідження мовленнєвої організації ми визначаємо: антропологічну діалектичну парадигму, засновану на принципі

аналітико-синтетичного пізнання з акцентуванням функціонально-прагматичного підходу.

Другий рівень – загальнонаукова методологія – містить теоретичні положення, які можна застосувати до усіх або до більшості наукових дисциплін. В. Степін виділяє й описує три загальнонаукові парадигми, до яких відносить: 1) класичну раціональність, 2) некласичну раціональність; 3) постнекласичну раціональність. Істотною характеристикою досліджень, здійснюваних у межах постнекласичної раціональності, є те, що досліджувані об'єкти все частіше постають як різні варіанти процесів самоорганізації, становлення і функціонування систем, що історично розвиваються. Таким чином, у постнекласичній методології провідним виступає системний підхід, що належить до загальнонаукових принципів, котрі виражають основну методологічну парадигму низки галузей природничих, соціальних і гуманітарних наук. Застосування системного підходу в антропоцентричній парадигмі обов'язково передбачає моделювання певних об'єктів, які не можуть бути представлені фізично. Система характеризується тим, що може бути спроектована і змодельована. Аналіз та зіставлення методик побудови та аналізу системи різних дослідників (Є. Голубков, Е. Квейд, С. Оптнер, Ю. Черняк, С. Янг) демонструє, що в усіх них в тій чи іншій формі представлений етап моделювання системи, проектування варіантів функціонування моделі системи. Створення моделі є закономірним наслідком застосування системного аналізу при дослідженні генези соціального інтелекту.

Отже, дослідження генези соціального інтелекту здійснюється в межах загальнонаукової парадигми постнекласичного раціоналізму та ґрунтується на системному та моделюючому підходах. Це дозволяє розглядати соціальний інтелект як відкриту систему, що самоорганізовується, характеризується певною функцією та спрямована на результат; і передбачити, що створена теоретична та емпірична модель буде адекватно відображати психічну реальність.

Третій рівень – конкретно-наукова методологія – це сукупність методів і принципів та підходів, що застосовуються у даній науці. У дослідженні психіки вітчизняна психологія послідовно реалізує загальнофілософський принцип детермінізму, і на цій основі формує систему основоположних підходів та принципів психологічної науки, що визначають

її предмет, методи і перспективну програму досліджень. До найбільш значимих належать діяльнісний підхід (О. Леонтьєв), структурно-функціональний, організаційний та генетичний підходи (Т. Корнілова).

Діяльнісний підхід об'єднує психологічні концепції, засадничими твердженнями яких є положення про діяльну природу походження психіки у людей. Ґрунтуючись на принципі єдності свідомості та діяльності (С. Рубінштейн), культурно-історичній теорії Л. Виготського, теорії діяльності (О. Леонтьєв), діяльнісний підхід створює методологічні передумови для обґрунтування визначного значення діяльності людини у її психічному розвитку. Психічне розглядається як таке, що формується із потреб діяльності, формується у діяльності та в діяльності ж і виявляється. Принцип єдності свідомості та діяльності (С. Л. Рубінштейн) не зводиться до того, що свідомість виступає внутрішнім планом діяльності, повторює її всередині суб'єкта (ідея інтеріоризації); свідомість принципово відрізняється від діяльності. Єдність їх – це не тотожність. Ця єдність витікає з належності як свідомості, так і діяльності свідомому і діяльному суб'єкту. У цьому сенсі можна говорити про внутрішню гуманістичну спрямованість діяльнісної парадигми, що в ціннісному плані зближує її з гуманістичним і екзистенційним підходами в психології. Гуманістична спрямованість теорії виступає в рамках проголошеного постнекласичного типу раціональності як один із критеріїв «позачасової цінності» психологічної концепції.

Реалізація загальнонаукового системного підходу у психологічному дослідженні мовленнєвого досвіду відбувається через застосування структурно-функціонального та організаційного підходів на конкретно-науковому рівні методології. Структурно-функціональний підхід – це шлях дослідження системних об'єктів, що передбачає вичленування в об'єкті стабільних елементів, їхніх структурних взаємозв'язків і функціональних залежностей. Згідно теорії структурно-функціонального аналізу, будь-яка системна одиниця організації повинна бути функціональною, тобто вносити внесок в діяльність, а значить сприяти адаптації системи в цілому: підвищувати її стійкість, адаптивність (ефективність взаємодії з іншими системами), здійснювати регуляцію внутрішніх зв'язків і поведінки окремих частин системи. Т. Парсонс в основі такого аналізу розглядає розрізнення категорій структурних та функціональних. Функціональна значимість частини системи (системної

одиниці) – це показник того, в якій мірі система як ціле може існувати і функціонувати у випадку відділення від неї цієї частини. Використовуючи структурно-функціональний аналіз, ми не заперечуємо діалектико-історичного підходу, і тим більше – генетичного підходу. Оскільки система, яка має властивість до самоорганізації і саморозвитку – обов’язково досліджується у розвитку, у генезі (М. Папуча). Доцільність структурно-функціонального підходу при дослідженні соціального інтелекту впливає із того, що «будь-які психічні форми задані як нерозривне ціле, тому для виявлення його суті необхідно віднайти диференційовані елементи, іншими словами, внутрішню структуру, та встановити їх відношення до законів функціонування цілісного об’єкта» [9, с. 114], і саме функціональний підхід дозволяє чітко виділити цілісні організовані системи серед усіх інших сукупностей об’єктів.

Отже, структурно-функціональний та організаційний підходи дозволяють розглядати систему соціального інтелекту як: 1) функціональну, 2) динамічну, 3) структуровану, 4) організовану.

Найбільш адекватним підходом до операціоналізації соціального інтелекту вважаємо підхід Ю. Ємельянова, який, ґрунтуючись на точці зору Дж. Гілфорда про те, що СІ це система інтелектуальних здібностей, розвернув цей феномен до масштабів стійкої, заснованої на специфіці розумових процесів афективного реагування і соціального досвіду здатність розуміти самого себе, інших людей, їх взаємини і прогнозувати міжособистісні події. Саме ця теорія враховує і мисленнєві детермінівати СІ у вигляді специфіки інтелектуальних операцій (особливості пізнання у інтерпретації Дж. Гілфорда), і враховує досвід чинником, що обумовлює специфіку цієї здатності людини. Таким чином, СІ – це здатність, яка має біологічні передумови і є соціально обумовленою. Саме в теорії Ю. Ємельянова поняття СІ тісно пов’язане з «соціальною сенситивністю», звідки беруть початок всі сучасні дослідження ролі емпатії у функціонуванні соціального інтелекту [7]. У цій же парадигмі здійснюються дослідження соціального інтелекту В. Куніциної, котра розглядає СІ як здатність, що ґрунтується на інтелектуальних, особистісних, комунікативних та поведінкових особливостях. Вияв СІ відбувається у прогнозуванні міжособистісних ситуацій, інтерпретації інформації і поведінки, готовності до соціальної взаємодії і прийняття рішень [13].

Відповідно до системного підходу, будь-яка система знаходиться у процесі розвитку, отже, використання системного підходу передбачає його конкретизацію за допомогою генетичного підходу. Загальнонауковий принцип розвитку систем у нашому дослідженні реалізується за допомогою психологічного генетичного підходу, який, як зазначає С. Максименко, «передбачає не просто фіксування особливостей тих чи інших емпіричних форм вияву психіки, а їх активне моделювання і відтворення у певних умовах. Це допомагає розкрити сутність психологічних функцій, тобто закономірності їх виникнення і становлення в онтогенезі» [17, с. 9]. Застосування генетичного підходу на основі експериментально-генетичного методу психологічного дослідження передбачає розкриття, з'ясування причинних зв'язків і відношень, що лежать в основі складних психічних процесів.

Згідно з дослідженнями С. Максименка, відповідність експериментально-генетичного метода предмету вивчення (вищих психічних функцій) безпосередньо визначається положенням про соціальний генезис свідомості, про психічний розвиток як присвоєння суб'єктом культурних досягнень суспільства [17]. Визначивши структурно-функціональні характеристики організації соціального інтелекту та дослідивши їх зміни в онтогенезі можна отримати повну картину структурно-функціональної будови системи. Таким чином, ми вивчаємо соціальний інтелект як вищу психічну функцію, що формується під провідним впливом соціальних чинників.

На думку О. Луцької, соціальний інтелект – це вид інтелекту, який забезпечує розумну поведінку людини в соціальній взаємодії на основі інтеграції результатів соціального пізнання, особистісних характеристик і саморегуляції соціальної поведінки. Соціальний інтелект, на думку автора, є суб'єктно-особистісним конструктом, до структури якого входять три підструктури: 1) здатності до соціального пізнання й конструювання картини взаємодії людини з іншими людьми; 2) соціально-психологічні характеристики людини; 3) здатності до саморегуляції соціальної поведінки й керування ситуаціями міжособистісної взаємодії.

Якщо ж звернутись до розуміння інтелекту як пізнавальної здатності на усіх рівнях відображення, передбачення та доцільного перетворення дійсності, що пронизує усі сфери особистісного життя людини та діяльності суб'єкта пізнання, то найбільш адекватним видається розгляд СІ саме як

здатності до відображення, передбачення та доцільного перетворення обставин, суб'єктів та змісту соціальної взаємодії. Таким чином, ми визначаємо соціальний інтелект як здатність, що виникає на базі комплексу інтелектуальних, особистісних, комунікативних і поведінкових рис, що обумовлюють прогнозування розвитку міжособистісних ситуацій, інтерпретацію інформації і поведінки, готовність до соціальної взаємодії і прийняття рішень. Усі вищепроаналізовані феномени (соціальні знання, навички, уміння, компетентність, здібності тощо) у такому разі, розглядаються предикторами успішного функціонування СІ. Саме тому, вважаємо, що здійснювати дослідження онтогенезу СІ слід, використовуючи психометричний напрямок, в межах визначення критеріїв та показників розвитку СІ у дітей. Когнітивний же напрямок у питанні вивчення онтогенезу СІ видається змістовно більш близьким до дослідження соціальної компетентності. У такому аспекті, соціальний інтелект передбачає вільне володіння вербальними та невербальними засобами соціальної поведінки, що висуває на перший план роль мовленнєвого досвіду у розвитку СІ.

У роботі Л. Ляховець дано докладний і ґрунтовний аналіз існуючих досліджень, який засвідчує, що в цілому визначення соціального інтелекту припускає розрізнення таких аспектів, як соціальні знання, соціальна пам'ять, соціальне сприймання, соціальна чи комунікативна компетентність, соціальна інтерпретація (дешифрування невербальної інформації), соціальна інтуїція, прогнозування, соціальна адаптація, соціально-когнітивна гнучкість, самооцінка [16]. Дослідження онтогенезу соціального інтелекту пов'язують його із афективною стороною, як взаємодію когнітивного та афективного (С. Космітський і О. Джон, 1993); як вид суб'єкт-суб'єктного пізнання (Ю. Ємельянов, 1985; Н. Кудрявцева, 1994); як використання «внутрішнього досвіду» (Д. Ушаков, 2004); як інтуїтивний характер прояву СІ (С. Белова, 2004) [16]. Разом з тим всі перераховані підходи можна умовно звести до трьох груп: 1. Соціальний інтелект – це вид пізнання, що перебуває в ряду інших видів інтелектуального пізнання, які відрізняються один від одного специфікою свого об'єкта. Однак цей підхід не дозволяє пояснити специфічних рис соціального інтелекту такі, як невисоке навантаження по фактору загального інтелекту і кореляції з особистісними рисами. 2. Соціальний інтелект являє собою не стільки здатність, скільки знання, уміння

й навички, набуті протягом життя. 3. Соціальний інтелект – особистісна риса, яка визначає успішність соціальної взаємодії. Такий підхід – природна реакція на відносно низькі кореляції соціального інтелекту з іншими видами інтелекту й відносно високі – з особистісними властивостями [7]. Отже, у широкому сенсі соціальний інтелект – це здатність до пізнання соціальної реальності. Хоча місце соціального інтелекту у структурі здібностей залишається поки нечітко визначеним, більшість дослідників обстоюють думку про те, що соціальний інтелект є видом інтелекту, правда, досить своєрідним, бо в його функціонуванні виявляються ті ж закономірності, які спостерігаються у сфері загального інтелекту. У роботі С. Харченко «Соціальний інтелект і особливості сприйняття і переробки інформації» міститься теоретичний аналіз сучасних уявлень про соціальний інтелект і підкреслюється пізнавальна природа цього виду інтелекту. На пізнавальні процеси, пов'язані з розумінням соціальних об'єктів, впливають особливості відображення суб'єктом інформації. У статті аналізуються емпіричні дані щодо взаємозв'язку соціального інтелекту та способів кодування та переробки інформації [20].

Таким чином, ми досліджуємо генезу соціального інтелекту школярів, ґрунтуючись на положеннях структурно-функціонального підходу, експериментально-генетичного методу та психометричного напрямку студіювання інтелекту. І в результаті здійсненого методологічного аналізу ми розглядаємо СІ як засновану на інтелектуальних операціях здатність, що полягає у адекватності здійснення соціальної взаємодії, вимірюється здатністю до успішного прогнозування результатів соціальної взаємодії

Четвертий рівень методології наукового дослідження пов'язаний із конкретними завданнями, методами, прийомами, процедурами, умовами наукової діяльності, з описом способів, конкретних прийомів отримання релевантної інформації та емпіричних даних.

Питання діагностування соціального інтелекту є складним і дискусійним у науковій літературі з декількох причин. По перше, постає питання взаємодії інтелекту (психометричного) та соціального викликає у науковій літературі дискусії і продукує різні теоретичні концепції. Якщо брати до уваги дві полярні позиції – Р. Стернберга та Г. Айзенка, то, з огляду на методологічні засади нашого дослідження, ми обираємо

методологічний підхід Г. Айзенка. «В цілому соціальний інтелект виявляється у використанні IQ для соціальної адаптації, і роботи Р. Стернберга можуть розглядатись як типові для школи, що розглядає інтелект як прояв соціально корисної адаптації. Таке визначення, однак, представляється невдалим, оскільки воно об'єднує похідні від абсолютно не пов'язаних між собою компонентів – IQ, особистості, мотивації тощо. Було б набагато більш продуктивно з наукової точки зору вивчати і вимірювати всі ці відмінні складові окремо, а не змішувати їх у невиправдано складній концепції соціального інтелекту» [1, с.119]. Існують емпіричні дані, які підтверджують, що рівень IQ, у його класичному, «психометричному» розумінні як рівня розвитку інтелектуальних операцій, не корелює із рівнем розвитку складових соціального інтелекту. Цим пояснюються й спостереження, коли діти, які не демонструють значних навчальних досягнень та інтелектуальних здатностей, досягають значних успіхів у тих сферах суспільного життя, які вимагають комунікації та соціальної взаємодії.

Як зазначає О. Гриб, «з аналізу кореляційних зв'язків стає очевидним існування досить складних зв'язків між трьома видами інтелекту. У найзагальнішому вигляді можна зробити висновок, що соціальний інтелект позитивно пов'язаний з емоційним і має негативні зв'язку з математичним інтелектом» [5, с. 61]. Таким чином, це підтверджує думку про те, що соціальний інтелект не пов'язаний безпосередньо з рівнем розвитку загального інтелекту. Що й зумовлює, з-поміж іншого, створення комплексної програми емпіричного вивчення СІ, що означає складові, показники вияву і критерії оцінювання соціального інтелекту.

В українській психологічній літературі важливим є дослідження А. Мельник, яка розробила корекційно-розвивальну програму для розвитку соціального інтелекту дітей шкільного віку. Дослідниця зазначає, що «найбільш яскраво вікові особливості соціального інтелекту проявляються через його функції в індивідуально-особистісному розвитку учня». Відтак, провідним критерієм виділення особливостей онтогенезу СІ слід обрати саме функції останнього у формуванні особистості дитини [18, 19].

Інша проблема, з якою зустрічаються дослідники СІ, полягає у тому, що ситуації, в якій виявляється соціальний інтелект досить складно піддаються формалізації за допомогою тестової процедури, а створення

гіпотетичних ситуацій не завжди адекватно відображає зміст здатностей, котрі складають соціальний інтелект (Т. Тихомирова, Д. Ушаков). Саме тому, увага науковців звертається на виділення таких показників, маркерів соціального інтелекту, які, з однієї сторони, адекватно відображають складові СІ, а з другої сторони – є доступними для психологічної фіксації.

Аналіз теоретичної літератури демонструє, що навіть дослідники, які будували теорії соціального інтелекту на одній методологічній основі, обирали різні критерії для кількісної його оцінки. У зв'язку із багатогранністю феномену та його тісним взаємозв'язком із когнітивними процесами, соціальними факторами та психофізіологічними особливостями, існуючі діагностичні програми акцентують увагу на окремих сторонах будови та функціонування мовленнєвих структур. Це зумовлює необхідність створення цілісної комплексної програми емпіричного дослідження соціального інтелекту школярів, побудованого на визначених вище методологічних засадах. Розв'язання даного завдання вимагало, по-перше, означення емпіричних референтів (діагностичних показників) структури соціального інтелекту з врахуванням вікових особливостей відповідно до запропонованої теоретичної моделі, по-друге, добір, створення та теоретичне обґрунтування комплексу діагностичних методик, які дозволяють обстежити структурно-функціональні особливості соціального інтелекту на різних вікових етапах.

Для адекватної побудови програми емпіричного дослідження, ми звужуємо поняття соціального інтелекту до виокремлення його специфічних системоутворюючих характеристик: 1) емоційний інтелект, як здатність до емпатійного переживання, адекватності розуміння емоційних станів інших людей; 2) соціальне прогнозування - розуміння логіки розгортання подій, прогнозування, передбачення результатів соціальної взаємодії; 3) соціальна взаємодія – як відображення перших двох у соціальній поведінці людини. Саме ці конструкти, як продемонстрував здійснений нами аналіз наявних досліджень, обумовлюють потенційні можливості успішності соціальної взаємодії, формування соціальної та комунікативної компетентності. Побудова методики дослідження соціального інтелекту школярів обов'язково повинна враховувати вікові особливості становлення та формування визначених елементів структури соціального інтелекту.

1. Емоційний інтелект.

Емоційний інтелект розглядається вченими у найбільш широкому значенні як здатність усвідомлювати, відстежувати свої власні емоції і почуття, а також емоції і почуття інших людей; розпізнавати їх та застосовувати цю інформацію для керування власним мисленням та діями. В Україні здійснено концептуалізацію цього феномена, його функцій (Е. Носенко), вивчення EQ як детермінант внутрішньої свободи особистості (Г. Березюк) та показника цілісного її розвитку (О. Філатова). Психологами доведено можливість та передумови спеціально організованого формування емоційного інтелекту (І. Андрєєва, Т. Березовська, О. Милославська, А. Панкратова, С. Дерев'янко). У дослідженні О. Гриб виявлено позитивні кореляційні зв'язки соціального і емоційного інтелекту з найбільшим навантаженням за показником «емпатія» [5]. Це підтверджує твердження про те, що емоційний інтелект є основним конструктом СІ. З цієї точки зору логічно погодитися з думкою Д. Люсіна, який поділяє емоційний інтелект на міжособистісний (тобто соціальний) і внутрішньоособистісний (тобто власне емоційний). Відтак, у розвитку соціального інтелекту провідну роль відіграє та частина емоційного інтелекту, яка спрямована на розуміння, співпереживання емоцій інших людей, тобто емпатія [15].

Молодший шкільний вік характеризується як якісно новий етап життя дитини, який докорінно змінює систему соціальних відносин дитини в напрямку її унормування, приведення у відповідність до правил та інтенсивного збагачення змісту. Це зумовлює формування нових засобів і способів соціальної взаємодії. Таким чином, емпатія у молодшому шкільному віці визначає рівень адекватності розуміння чужих і власних емоцій, що у цьому віці складає основу формування емоційного інтелекту [12]. Відтак, ми вважаємо, що показником емоційного інтелекту у молодшому шкільному віці є рівень розвитку емпатії, що діагностується за допомогою «Методики експрес-діагностики емпатії І. Юсупова».

Проблема розвитку соціального інтелекту в підлітковому віці набуває нових аспектів у зв'язку із особливостями вікового періоду, зокрема, із почуттям дорослості, прагненням до самоствердження, а відтак, посиленням ролі соціуму, соціальних ролей та соціального статусу у загальному психічному розвитку. У дослідженні М. Григор'євої виявлено наявність

зв'язку між розвитком ідентичності та емпатійними здібностями підлітків [6]. Як зазначає авторка, чим більша різниця між рівнем домагань і самооцінкою, тим гірше розвинута емпатія у респондентів. Доведено, що різниця між самооцінкою і рівнем домагань менша за високих показників емпатійних здібностей, оскільки завдяки цим здібностям виникає менше труднощів у спілкуванні, досягається взаєморозуміння і підвищується здатність до соціально-психологічної адаптованості. Таким чином, емпатія у підлітковому віці відіграє одну з провідних ролей у формуванні соціального інтелекту

У юнацькому віці рівень розвитку емпатії впливає уже не стільки на самоприйняття і задоволення своїм Я, скільки на встановлення соціальних відносин. За дослідженнями Л. Журавльової [8], в умовах адекватної соціальної ситуації розвитку підлітковий та юнацький вік є дуже важливим для позитивної динаміки емпатії, інтеграції її в особистісну якість. У ранньому юнацькому віці емпатія стає інтегральною характеристикою особистості у якій виявляється її ставлення до світу, людей і себе; розвиваються її найвищі форми. Водночас, опанування емоцій, адекватна взаємодія з власними і чужими емоціями дають змогу контролювати їх і приймати конструктивні рішення. Це здатність робити вибір на користь контролю імпульсивних почуттів та поведінки, керувати емоціями у здоровий спосіб, виявлення ініціативи, дотримання зобов'язань та вміння адаптуватися до обставин.

У дослідженні В. Лучків показано, що впродовж юнацького віку спостерігається позитивна динаміка показників інтегральної емпатії та асертивності [14]. Тобто, у цей віковий період емпатія у складі емоційного інтелекту тісно пов'язана із самостійністю, впевненістю, цілеспрямованістю як особистісними рисами юнаків, та їх здатністю до саморегуляції та прийняття відповідальності. Це зумовлює виокремлення окремим показником емоційного інтелекту в юнацькому віці саме здатності до саморегуляції, що діагностується за допомогою методики М. Снайдер «Оцінка самоконтролю у спілкуванні».

2. Соціально-перцептивна антиципація (СПА).

В результаті аналізу змісту, що йогокладають різні автори у визначення СІ, ми дійшли висновку, що те специфічне, що описує реальність власне СІ (а не соціальної компетентності, соціальної адаптивності, навичок соціальної взаємодії, тощо), є саме прогнозування – передбачення розвитку

сценарію та наслідків соціальних подій. Ще у Г. Олпорта ми зустрічаємо думку про те, що основною складовою і умовою успішності функціонування соціального інтелекту є здатність до передбачення наслідків соціальної взаємодії. У тестовій методиці Дж. Гілфорда ідея прогнозування можливих наслідків взаємодії займає чільне місце. Сучасні підходи до проблеми антиципації докладно проаналізовані у роботі О. В. Романенко (Романенко, 2015), ґрунтуючись на якій, ми визначаємо соціально-перцептивну антиципацію (за рівнем психічного відображення) родовим поняттям відносно прогнозування. У дослідженні І. Г. Батраченка підкреслюється, що антиципація як специфічна здатність людини є цілісним утворенням, яке має у своєму складі певні підсистеми. Вирішальна роль у соціо- та онтогенетичному розвитку антиципації людини належить культурним чинникам, вплив яких переломлюється через індивідуальні особливості та соціально-рольові функції людини [2].

У шкільному віці дитина робить новий крок у розвитку сприймання, передбачення, планування. Шкільне навчання озброює дитину суспільно виробленими орієнтаціями у просторі і часі (П. Блонський, Л. Рєгуш, О. Пономарьов), тобто, створює передумови для розвитку соціально-психологічного прогнозування. У молодшому шкільному віці соціально-перцептивна антиципація розвивається у напрямку підвищення здатності дитини до розуміння логіки розгортання подій та, водночас, удосконалення здатності до передбачення наслідків соціальної взаємодії, що й визначаються показниками рівня її розвитку. Для діагностики рівня розвитку соціально-перцептивної антиципації у молодшому шкільному віці найбільш адекватними методиками вважаємо субтест «Історії з завершенням» тесту соціального інтелекту Дж. Гілфорда та субшкали «Звинувачення» методики вивчення фрустраційних реакцій С. Розенцвейга.

Істотні зміни відбуваються у змісті соціальної компетентності підлітків, які, прагнучи до дорослості, намагаються раціонально поводити себе в життєвих ситуаціях, приймати рішення зважено, долати внутрішні і зовнішні перешкоди при побудові стосунків з оточуючими. До здатності взаємодіяти з іншими додається здатність ставитись до себе як до суб'єкту життєдіяльності, здатність приймати рішення стосовно самого себе і прагнення до розуміння власних почуттів і емоцій. Відтак, соціальна вмілість підлітка виражається не лише у безпосередніх стосунках з

ровесниками і дорослими, але і в опосередкованих діях і відношеннях [11], в тому числі, у здатності соціально-перцептивної антиципації. Завдяки розвитку здатності до абстрагування у підлітковому віці «виникають зрілі форми мовномислинневої антиципації, які можуть здійснюватися у формі різних культуротипів – логічної, теологічної і пралогічної антиципації» [2]. Відтак, відбуваються істотні зміни у механізмах соціально-психологічного прогнозування, які тісно корелюють із рольовою пластичністю. Відтак, методика вивчення фрустраційних реакцій С. Розенцвейга (шкала «Звинувачення») дає змогу за допомогою ілюстративного матеріалу зафіксувати відповіді респондентів, у яких відображено рівень адекватності передбачення логіки розгортання подій.

В юнацькому віці у соціально-психологічна антиципація розвивається у напрямку збільшення інтеграції та організованої взаємодії її частин. Таким чином, показник передбачення результатів соціальної взаємодії ми пропонуємо досліджувати також за допомогою методика вивчення фрустраційних реакцій С. Розенцвейга (шкала «Перешкода»). Саме шкала «Перешкода» змінює фокус дослідження – у даному випадку діагностується тип реакції, рівень адекватності реагування (NP), показник ступеня здатності респондента розв'язувати фрустраційні ситуації, виходячи із адекватності оцінки ситуації і передбачення напрямку її розгортання. А рольова пластичність підлітків перетворюється у юнацькому віці на більш інтегроване утворення (гнучкість у соціальній взаємодії). Гнучкість передбачає здатність застосовувати рольову пластичність (сформовану у підлітковому віці) для ефективної адаптації у нових соціальних ситуаціях і умовах. Механізмом такої гнучкості виступає власне прогнозування, передбачення розгортання соціальних ситуацій, що ґрунтується на індивідуальному досвіді знань змісту соціальних ролей та рольових очікувань.

3. Соціальна взаємодія.

Дослідження особливостей соціальної взаємодії дітей молодшого шкільного віку дають підстави стверджувати, що рівень розвитку мовленнєвого досвіду істотно впливає на рівень і активність соціальної взаємодії у цей віковий період. Саме тому вважаємо необхідним долучити до програми діагностики показник визначення адекватності висловлювання у ситуаціях соціальної взаємодії.

Самоприйняття для підлітків – це неодмінна умова адекватного розвитку самосвідомості у цей віковий період, а відтак – і встановлення соціальної взаємодії. Дослідники визначають, що результатом позитивного адекватного самоствавлення є самоприйняття як позитивне настановлення на себе (А. Бодальов, І. Кон, В. Мясіщев, К. Роджерс, В. Столін, І. Чеснокова). Таким чином, високий рівень самоприйняття (самоакцептації), як зазначають Д. Гошовська та Я. Гошовський, зумовлює не лише відчуття власної цінності та значущості, але й задоволеність і впевненість у своїй діяльності та взаєминах з іншими людьми [4]. Високий рівень розвитку самоакцептації, забезпечуючи вдалу й успішну соціальну, психологічну і фізичну адаптивність, дозволяє особистості самоствердитися у соціумі, віднайти своє «справжнє обличчя», самоідентифікуватись. Найбільш адекватним інструментом для діагностики зазначеного показника елементу структури соціального інтелекту підлітків вважаємо тест-опитувальник самоствавлення В. Століна.

Дослідження демонструють, що рівень розвитку соціального інтелекту підлітків істотно впливає на їх соціальну ідентичність, на рівень конфліктності (Ю. Пугач), дивергентного мислення (Н. Яковлева) та рівень адаптивності (М. Григор'єва). Як зазначає Е. Івашкевич, «високий рівень розвитку соціального інтелекту передбачає сформованість у особистості механізму ідентифікації» [10, с. 141]. Відтак, рівень розвитку ідентичності – істотний діагностичний показник рівня соціального інтелекту саме у підлітків. Загалом, як проаналізував вчений, специфіка СІ порівняно із загальним інтелектом полягає в необхідності врахування механізму ідентифікації як основи особистісної рефлексії. Саме тому істотними маркерами ми обрали рефлексію та ідентичність у підлітковому віці. Ці дані підтверджені у дослідженні В. Куніциної, яка зазначає, що соціально-інтелектуальні здібності і соціально-поведінкові дії набувають нового характеру, який яскраво відображається у прагненні здобути новий соціальний статус [13]. Підліток починає порівнювати передумови товариських і дружніх стосунків, які виникають серед дорослих і дітей, зосереджує увагу на подібності чи відмінності емоційного вираження при одній і тій же ситуації у дітей і дорослих, виділяє і класифікує особливі стилі поведінки і спілкування. Для діагностики рівня розвитку ідентичності нами обрано методику Q сортування

В. Стефансона. Методика дає змогу визначити особливості соціального, ідеального та актуального «Я», а також шість основних тенденцій поведінки людини в групі (залежність, незалежність, комунікабельність, некомунікабельність, прийняття боротьби, уникання боротьби), що ґрунтуються саме на особливостях розвитку ідентичності респондента.

Самовизначення – основне завдання вікового періоду юності, що обумовлене специфічними внутрішніми умовами розвитку, а саме формуванням світогляду та прагненням віднайти своє місце у суспільстві. Саме становлення особистості як суб'єкта самовизначення обумовлює специфічність розвитку соціального інтелекту у цей віковий період. Тест смисложиттєвих орієнтацій Д. Леонтьєва дає змогу оцінити джерело сенсу життя у минулому (результат), теперішньому (процесі) або майбутньому (цілі). Окрім інших, цей тест містить особливо важливу для юнацького віку шкалу задоволеності самореалізацією і важливі для самовизначення зовнішні чи внутрішні спрямованості локусу-контролю. В тесті життя вважається визначеним і осмисленим за наявності цілей та задоволенні від їх досягнення, впевненості у власній здатності ставити цілі, обирати задачі і досягати результатів – саме те, що є ядром самовизначення. Важливим є співвіднесення цілей – з майбутнім, емоційної насиченості – з теперішнім, задоволення – з досягнутим результатом.

У дослідженні особливостей переробки інформації на рівень соціального інтелекту юнаків та дівчат 18-19 років, здійсненому С. Харченко, доведено, що когнітивний стиль суб'єкта впливає на характер здібностей, що є складовими соціального інтелекту. І навпаки, особливості функціонування візуальної і аудіальної систем, переважання певної репрезентативної системи на справляє істотного впливу на рівень розвитку та особливості соціального інтелекту [20]. Таким чином, ми вважаємо істотним чинником формування соціального інтелекту когнітивний стиль, за допомогою якого юнак здійснює обробку соціальної інформації. Пропонуємо діагностувати це за допомогою тесту інтелектуальної лабільності Г. Гарднера.

Узагальнено специфіку структурної будови соціального інтелекту залежно від вікового періоду, а також показники і діагностичні методики продемонстровано у таблиці 1.

Таблиця 1.

Діагностичні показники кількісних параметрів структури соціального інтелекту на різних вікових етапах шкільного періоду

Віковий період	Елементи структури СІ	Показники	Діагностична методика
Молодший шкільний вік	Емоційний інтелект	Емпатія	Методика експрес-діагностики емпатії (І. Юсупов)
	Соціально-психологічна антиципація (СПА)	Розуміння логіки розгортання подій	Тест соціального інтелекту Дж. Гілфорда. «Історії з завершенням»
		Передбачення результатів соціальної взаємодії	Методика вивчення фрустраційних реакцій (С. Розенцвейг). Шкала «Звинувачення»
	Соціальна взаємодія	Адекватність висловлювання у ситуаціях соціальної взаємодії	Авторська методика оцінювання рівня соціальної прийнятності мовленнєвого досвіду
Підлітковий період	Емоційний інтелект	Емпатія	Тест на визначення інтегральної емпатії у підлітків та юнаків (Л. Журавльова)
		Вербалізація емоцій	Тест емоційного інтелекту (Н. Холл)
	Соціально-психологічна антиципація (СПА)	Передбачення результатів соціальної взаємодії	Методика вивчення фрустраційних реакцій (С. Розенцвейг) Шкала «Звинувачення»
		Рольова пластичність	Авторська методика «Гнучкість у прийнятті соціальних ролей»
	Соціальна взаємодія	Адекватність розуміння себе у ситуаціях соціальної взаємодії	Оцінка самоконтролю в спілкуванні (М. Снайдер)
		Самоприйняття	Тест опитувальник самоставлення (В. Столін)
		Рівень розвитку ідентичності	Методика Q сортування (В. Стефансон)

Юнацький вік	Емоційний інтелект	Емпатія	Тест на визначення інтегральної емпатії у підлітків та юнаків (Л. Журавльова)
		Саморегуляція	Оцінка самоконтролю в спілкуванні (М. Снайдер)
	Соціально-психологічна антиципація (СПА)	Передбачення результатів соціальної взаємодії	Методика вивчення фрустраційних реакцій (С. Розенцвейг) Шкала «Перешкода»
		Гнучкість у соціальній взаємодії	Авторська методика «Гнучкість у прийнятті соціальних ролей»
	Соціальна взаємодія	Самовизначення	Тест смисложиттєвих орієнтацій (Д. Леонтьєв)
		Когнітивний стиль	Тест інтелектуальної лабільності (Г. Гарднер)

Висновки.

Таким чином, аналіз теоретичних джерел з питань соціального інтелекту та його генези дав змогу виявити основні дискусійні питання та концептуальні напрямки їх розв'язання. Велика кількість наукових підходів утруднює завдання створення єдиної комплексної теоретичної моделі генези соціального інтелекту. Методологічний аналіз дав змогу визначити, що найбільш продуктивним для теоретичного і емпіричного вивчення онтогенезу соціального інтелекту є антропологічна діалектична парадигма постнекласичного раціоналізму, заснована на функціонально-прагматичному підході з використанням системного і моделюючого принципів. Конкретно-психологічними методологічними засадами дослідження виокремлено структурно-функціональний підхід, експериментально-генетичний метод та психометричний напрямок дослідження інтелекту. Зазначені методологічні засади дали змогу виокремити чіткі показники вимірювання рівня розвитку структурних елементів соціального інтелекту: емоційний інтелект, соціально-психологічна антиципація, соціальна взаємодія. Ці показники змістовно змінюються залежно від специфічних особливостей вікового періоду, розв'язуючи основні завдання формування соціального інтелекту на даному етапі життя. Обґрунтовано вибір діагностичних методик, які дають змогу комплексно

дослідити емпіричні референти означених показників генези соціального інтелекту дітей шкільного віку.

Подальші дослідження спрямовані у напрямку створення єдиної тестової процедури діагностування визначених структурних елементів соціального інтелекту на різних вікових етапах шкільного дитинства.

Список використаних джерел

1. Айзенк Г. Ю. Понятие и определение интеллекта / Г. Ю. Айзенк // Вопросы психологии. – 1995. – № 1. – С. 111 – 131.
2. Батраченко І. Г. Психологія розвитку антиципації людини : монографія / І. Г. Батраченко. – Д. : Вид-во ДНУ ім. О. Гончара, 1996. – 204 с.
3. Гилфорд Д. Три стороны интеллекта задач / Д. Гилфорд // Психология мышления. – М.: «Прогресс», 1965. – С. 434– 437.
4. Гошовська Д. Т., Гошовський Я. О. Самоакцептивна атрибуція в контексті особистісного самоприйняття / Д. Т. Гошовська, Я. О. Гошовський // Психологічні перспективи. - Випуск 22. - 2013. - С. 40-50.
5. Гриб Е. В. К вопросу о соотношении социального и других видов интеллекта / Е. В. Гриб // Историческая и социально-образовательная мысль. – Том 9. – №1/1 - 2017. – С.58-71.
6. Григорьева М. В. Роль социального интеллекта в процессе психологической адаптации старшеклассников // Теория и практика общественного развития. – М.: МГУ, 2015. – 243с.
7. Емельянов Ю. И. Активное социально-психологическое обучение / Ю. И. Емельянов. - Л., ЛГУ, 1985. – 158 с.
8. Журавльова Л. П. Психологія емпатії: монографія / Л. П. Журавльова – Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2007 –327с.
9. Засекіна Л. В. Структурно-функціональна організація інтелекту : монографія / Л. В. Засекіна. – Острог : Вид-во Нац. ун-ту «Острозька академія», 2005. – 370 с.
10. Івашкевич Е. З. Соціальний інтелект педагога : монографія / Е. З. Івашкевич. – К.: Принт-Хауз, 2017. – 532с.
11. Калиновская М.А. Особенности социального интеллекта и выбора стратегий поведения подростков // Молодой ученый. – 2011. – №3. - Т.2. – С. 88-91. – URL <https://moluch.ru/archive/26/2832/> (дата обращения: 17.02.2019).
12. Ковалевская А. В. Опыт психологического исследования феномена эмпатии у младших школьников 9-11 лет / А. В. Ковалевская // Психология. – 2005. – №2. – С. 31-37.

13. Куницына В. Н. Социальная компетентность и социальный интеллект: структура, функции, взаимоотношение / В. Н. Куницына // Теоретические и прикладные вопросы психологии. – СПб. – 1995. – Вып. 1. – Ч. 1. – С. 48-61.
14. Лучків В.З. Емпатія як чинник асертивності в юнацькому віці / В. З. Лучків // Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12 : Психологічні науки. – 2016. – Вип. 3. – С. 203-210. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_012_2016_3_30.
15. Люсин Д. В., Ушаков Д. В., Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / Д. В. Люсин, Д. В. Ушаков. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. – 176с.
16. Ляховець Л. О. Вікові особливості становлення соціального інтелекту / Л. О. Ляховець // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. - № 126. – 2015. – С.102 - 106.
17. Максименко С. Д. Експериментально-генетичний метод проектування психологічних новоутворень та самомоделювання особистості / С. Д. Максименко // Психологічний часопис. – 2016. – № 1. – С. 5-16. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/psch_2016_1_3.
18. Мельник А. А. Створення корекційної програми розвитку соціального інтелекту дітей шкільного віку / А. А. Мельник // Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Серія Психологія. – 2014. – №2. – С.34-53.
19. Мельник А. А. Особливості прояву складових соціального інтелекту дітей шкільного віку / А. А. Мельник // Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна. Серія Психологія. – Х., 2011. – № 959. – Вип. 46. – С. 109-113.
20. Харченко С.В. Соціальний інтелект і особливості сприйняття та переробки інформації / С. В. Харченко // Наукові записки [Національного університету «Острозька академія»]. Сер. : Психологія і педагогіка. –2009. – Вип. 12. – С. 181-188. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nznuoapp_2009_12_20
21. Юнг К. Г. Конфликты детской души / К. Г. Юнг / Пер. с нем. Т. Ребеко, Е. Рязановой, А. Судакова. – М. : Канон, 1995. – 336 с.
22. Cantor N. Personality and social intelligence/ N. Cantor, J. F. Kihlstrom. – NJ Prentice-Hall, 1987. – 200 p.
23. Guilford J. P. The nature of human intelligence. N.Y.: McGraw-Hill, 1967. – 156 p.

ПСИХІЧНИЙ І ПСИХОЛОГІЧНИЙ ВИМІРИ ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ

Савчин М.В.

У сучасній позитивній психології, а особливо у психології, що ґрунтується на духовній парадигмі, досліджуються характеристики здорової особистості та умови її становлення і функціонування. Свого часу Г. Олпорт [19] критикував персоналістичні теорії, автори яких ігнорують проблему здоров'я людини. До середини ХХ ст. більшість вчених-психологів зосереджувалися переважно на аномаліях і відхиленнях та ігнорували проблему особистісного здоров'я як незаслужовуючу на увагу психологічної науки. У середині ХХ ст. лише А. Маслоу [12], Г. Олпорт [19] і К. Роджерс [23] звернули увагу на феномен особистісного здоров'я.

За визначенням ВОЗ [29], психічне (і психологічне – М.С.) здоров'я людини стосується: 1) усвідомлення і відчуття безперервності, постійності та ідентичності свого фізичного і психічного Я; 2) почуття сталості та ідентичності переживань в типових ситуаціях; 3) відповідності (адекватності) психічних реакцій силі і частоті зовнішніх впливів, соціальним обставинам та ситуаціям; 4) критичного ставлення до себе і своєї власної психічної діяльності та її результатів; 5) здатності змінювати внутрішні налаштування та спосіб поведінки залежно від зміни життєвих ситуацій та обставин; 6) стан благополуччя, за якого людина може реалізувати свій власний потенціал, справлятися зі звичайними життєвими стресами, продуктивно та ефективно працювати, а також вносити вклад в життя своєї спільноти.

Класики психологічної науки виділяли різні аспекти психічного і психологічного здоров'я. На думку Г. Олпорта [19], здорова (зріла) особистість характеризується здоровим почуття та сприйняття реальності, демонструє самоприйняття та емоційну врівноваженість, здатна до постійного самопізнання з метою постійного змінювання. Для К. Роджерса [23] основними характеристиками здорової особистості є: 1) відкритість до власних переживань, емоційна глибина і рефлексивність; 2) повноцінна екзистенція миті теперішнього; 3) віра в себе, свої внутрішні спонуки, інтуїтивні здогадки, що полегшують прийняття рішень; 4) відчуття власної непересічності, свободи, неконформності, креативності.

К. Ясперс [32; 33] виділив ознаки психічного здоров'я, зокрема: 1) здатність концентрувати увагу на предметі; 2) утримувати інформацію в пам'яті; 3) логічне опрацювання інформації.

В. Штерн [30] розглядав цілісність особистості як ознаку її здоров'я, яку він трактував як сукупність узгоджених органів, функцій, відношень, спрямованості, досягнень, властивостей, переживань. Учений вважав, що цілісність не є однозначною та стабільною, її ніколи не можна досягти остаточно, бо вона існує актуально і водночас потенційно. Е. Шпрангер теж підкреслював значення цілісності для особистості, яка пізнає світ й осмислює власне життя. Особливого значення він надавав єдності душевного процесу в його смислових зв'язках з духовними цінностями і культурою суспільства. В. Джеймс [5] підкреслює, що для здоров'я неабияке значення має інтегративна цілісність, яка базується на пізнаваних і пізнавальних елементах, «емпіричному» і «чистому» Я.

К. Юнг вважав, що у здорової особистості, як і в особистості невротичної, кожному усвідомлюваному бажанню (чи властивості) відповідає його (чи її) протилежність, яка з тіні несвідомого впливає на особистість. Але у здорової особистості ці протилежності компенсують одна одну, створюючи напруження, яке сприяє зростанню, а архетип самості стає центром, урівноважуючи протилежні якості. Індивідуальний і колективний досвід асимілюються, завдяки чому особистість досягає внутрішньої гармонії та цілісності. На думку К. Роджерса [23], людина є інтегрованим цілим, що не зводиться до сукупності окремих складових. Для Е. Фромма [28] психічно здорова людина є унікальністю і цілісністю вроджених та набутих властивостей. Вважається, що психічне здоров'я – це стан психосоматичного і психологічного благополуччя, яке ґрунтується на відчутті сили й цінності власного Я людини, її здатності досягати узгодженості із самою собою та іншими на основі доцільної, з огляду на умови навколишньої дійсності, регуляції поведінки й діяльності [22]. Р. Кеттел синонімом здорової особистості вважає нормальну особистість, яка успішно долає дисбаланс мотиваційних динамічних рис і рис темпераменту.

Для Е. Фромма [28] здорова особистість знаходить відповіді на екзистенційні проблеми свого особистого життя, що максимально відповідають її потребам, характеризується повноцінною екзистенцією

миті теперішнього (К. Роджерса). Для Р. Лейнга [10] здорова особистість є синонімом онтологічно захищеної особистості, яка не переживає небезпеку, не боїться труднощів, невизначеності.

Вище наведене вказує на те, що дослідники не чітко диференціюють психічне і психологічне здоров'я, які одночасно стосуються характеристик психіки та особистості та їх проявів у зовнішньому та внутрішньому планах. Але, на нашу думку, доцільно диференціювати психічне і психологічне здоров'я особистості, психічний і психологічний виміри здоров'я особистості. По-перше, необхідність такої диференціації зумовлені внутрішнім і зовнішнім планами проявів психіки та особистості людини. Психічне здоров'я переважно стосується характеристик стану психічної сфери та особистості людини у внутрішньому плані безвідносно до їх проявів у зовнішньому вираженні. Навпаки, психологічне здоров'я, насамперед стосується зовнішнього вираження психіки та особистості у світі, у життєдіяльності людини. Воно пов'язане з особистісним контекстом, у межах якого людина з'являється як діюча цілісність, в якій поєднуються духовне, моральне, соціальне, психологічне, психічне та соматичне. Світ і життя вимагають від особистості досвіду прийняття і змінювання себе, оволодіння навичками саморегуляції, вміння пристосовуватися до нових сприятливих та несприятливих умов і зовнішніх впливів, володіння розвинутою стресостійкістю та активністю в подоланні несприятливих умов та труднощів, розв'язання проблем.

По-друге, характер проявів внутрішнього світу у зовнішньому плані зумовлений не тільки особливостями психіки та особистості людини (психічним здоров'ям), але й зовнішніми обставинами та характером взаємодії людини з цими обставинами. У внутрішньому плані людина може бути психічно здоровою, але мати труднощі у реалізації та вираженні свого внутрішнього світу у зовнішньому плані. Так, наприклад, у флегматиків та меланхоліків, які можуть бути цілком психічно здоровими, є труднощі у встановленні контактів та підтриманні стосунків з іншими людьми. Особливості емоційно-почуттєвої сфери чи володіння особистістю певним інтелектуальним, когнітивним та епістемологічним типом раціональності може зумовлювати труднощі у міжособистісній взаємодії та пізнанні світу. Це ж стосується екстравертованості чи інтровертованості, які на даному рівні розвитку психологічної науки вважається в основному природньо

зумовленими властивостями. Як відомо, інтроверти мають своє уявлення про щастя, які відмінні від уявлень екстравертів [10]. Для них ознаками щасливого життя можуть бути висловлювання типу «Я знаю і приймаю самого себе», «Мені добре бути таким, яким я є» чи «Я можу йти своїм власним шляхом». Для екстравертів вирішальними для щастя є кількість контактів, прийняття групою, інтенсивність спілкування.

По-третє, зовнішні обставини можуть бути взагалі нездоровими і тоді особистості не завжди легко співвіднести чи підпорядкувати свої об'єктивно здорові індивідуальні особливості з вимогами обставин. Так, особистість може володіти духовними здатностями, адекватними духовними за природою моральними нормами, які важко проявити у сучасному соціальному світі, в якому часто культивується антидуховність, норми соціальної, а не духовної моральності, прагматизм, меркантильність, принцип задоволення тощо. Негативно впливають на стан психічного здоров'я декларовані у суспільство психологічні, соціальні і моральні норми (мода, реклама, масова свідомість тощо). Часто таку ситуацію здоровій особистості об'єктивно важко збагнути (усвідомити, відрефлексувати, сприйняти). Тоді часто вона діє всупереч своїм автентичним здоровим властивостям. Під тиском обставин, як показують дослідження абсолютна більшість навіть психічно здорова особистість буде підлаштовуватися, змінювати стиль своєї поведінки, діяльності, спілкування з оточуючими. Це призведе до патологізації її психічного і психологічного здоров'я.

По-четверте, необхідність диференціації психічного і психологічного здоров'я зумовлена фактом психічно чи психологічно нездорових осіб, що безпосередньо оточують здорову особистість, які, навпаки, володіють негативними духовними, моральними, соціальними і психологічними якостями, а відтак, негативно впливати на неї, вносити деструктивні моменти у між особистісну взаємодію. І тоді без сильного духовного здоров'я вона не буде здатною вирішити проблему протидії патологізуючому чиннику, у неї виникатимуть сумніви у власній автентичності і спроможності.

По-п'яте, у прикладному аспекті у роботі практичного психолога, який диференціює психічне і психологічне здоров'я особистості, його зусилля будуть чітко спрямовуватися на корекцію внутрішнього світу клієнта чи на особливості його взаємодії із зовнішнім світом. Клієнт може бути цілком психічно і психологічно здоровим, але його проблеми можуть

виникати під патологізуючим впливом соціально-психологічного оточення. Як показує практика, цей вплив може бути таким сильним, що ніяка людина в принципі без орієнтації на духовне Я не може не піддатися йому. І тут вже не йдеться про психічне нездоров'я клієнта, а насамперед, порушення в психологічному здоров'ї як здатності до конструктивної взаємодії з оточенням. І тоді порушення у психологічному здоров'ї спричиняють порушення у психічному здоров'ї.

Охарактеризуємо конкретно психічне здоров'я особистості, яке стосується зрілості внутрішнього світу, що конкретно стосується його проявів у самосвідомості, спонукальній, інтелектуальній та емоційно-вольовій сферах особистості [4]. Так, у сфері самосвідомості психічне здоров'я проявляється у:

- а) володінні особистістю автентичною Я-концепцією, адекватною самооцінкою, розвиненою саморефлексією, здатності впорядковувати свій внутрішній світ (думки, переживання, наміри), самоврегульованості, збалансованості, безумовному прийнятті себе як людини гідної поваги.

Психічно здорова особистість володіє: 1) сильним Я (цілісне, не розколоте, в якому притаманне єдність «хочу», «треба», «можу» і «дію»), перебуває під впливом духовного Я, добре рефлексує; воно вільне, самовладне; з внутрішнім локусом контролю; 2) адекватною самооцінкою та адекватним рівнем домагань; 3) досвідом самонавчання, самовиховання і саморозвитку, надання самопомоги і самопідтримки, здатністю зайнятися самотерапією.

Психічне здоров'я особистості стосується адекватності сприйняття власного Я, саморозуміння, основі якого є організмичне чуття як «здатність людини бути уважною і відкритою до власних тілесних та емоційних проявів, особливостей ціннісно-сислової сфери та домінуючих базових емоційних настанов, які сигналізують про правильність чи хибність обраної траєкторії життєвого шляху загалом та його елементів, зокрема» [8]. Організмичне чуття зорієнтоване на пізнання себе, як дорефлексивний спосіб схоплення смислів.

Психічно здорова особистість налагоджує якісний контакт з собою, вибудовує адекватні стосунки з собою, позитивно ставиться до себе. Свого часу В. Джеймс [5] стверджував, що високої самоповаги здорова особистість досягає, відмовляючись від зайвих домагань і таким чином досягає успіху. На думку М. Ягоди, [38] позитивне ставлення до себе пов'язане з рівнем самооцінки особистості (самоприйняття, впевненість у собі, довіра до себе тощо). Самоприйняття, полягає у здатності людини

жити сама із собою, адекватно приймати потенції, здатності, які вона в собі відчуває та власні обмеження. Упевненість у собі, позитивна самооцінка та самоповага виражають баланс «Я» з «добрим», здібним (вправним) і сильним, довіра до себе містить у собі конотацію впевненості, незалежності від інших та самоініціативи. Це дозволяє зрозуміти та усвідомити власні інтенції, потреби і бажання, а відтак, налагодити конструктивні стосунки зі світом, а також ефективно презентувати себе в ньому. На думку К. Роджерса здорова особистість вірить в себе, свої внутрішні спонуки, інтуїтивні здогадки, що полегшують прийняття рішень. Вона усвідомлює цінність свого внутрішнього світу.

Психічне здоров'я проявляється у спонукальній сфері, зокрема, її структурованості, визначеності, цілісності, стійкості спонукань (потреб, інтересів, цілей). Конкретно це проявляється у: 1) володінні здоровими потребами, цінностями та смислами життєдіяльності, які володіють достатньою спонукальною силою; 2) характеризується духовною, моральною, гуманістичною і конструктивною соціальною спрямованістю; 3) відсутності внутрішніх суперечностей в спонукальних тенденціях, в цінностях, ідеалах, цілях, завданнях та намірах; 4) опанованні несвідомими спонукальними тенденціями; 5) володінні фундаментальними тенденціями вірити, любити, творити добро і боротися зі злом, творити свободу та відповідальність; переважні тенденції «бути» над тенденцією «мати»; 6) одночасній спрямованості на мету, зміст, процес і результат різних видів діяльності.

Психічне здоров'я проявляється у емоційній сфері, зокрема, в емоційній стійкості, емоційному самовладнанні, емоційній глибині, позитивному настрою, почутті гумору, емоційному благополуччі особистості взагалі [7], емоційному розвитку, що включає такі характеристики: 1) адекватне уявлення про свої власні емоції та почуття; 2) здатність керувати своїм настроєм; 3) здатність до самомотивації. Емоційне здоров'я як складова психічного здоров'я – стан, що забезпечує управління емоціями, емоційний фон перебігу психічної діяльності. Емоційно зріла особистість адекватно розпізнає, розуміє та усвідомлює власні емоції [9], адекватно емоційно реагує в соціокультурних умовах [21].

Ознакою психічного здоров'я особистості є переважання в неї позитивних емоцій (радість, задоволення, інтерес, симпатія та любов) [35], які є важливим джерелом мотивації. Для здорової психіки характерним є

позитивний емоційний стан як стійкий характер відгуків на різні ситуації, події, факти. Цей стан характеризується: 1) інтенсивністю і глибиною переживань, що базуються на почутті прихильності до людей; 2) спрямованістю збудження й інтересу, поєднується з прослуховуванням музики, читанням і спілкуванням із природою; 3) задоволеністю та почуттям комфорту. Глибина й інтенсивність позитивних станів відображають повноту, глибину або інтенсивність переживань і мають багато спільного з «піковими переживаннями» (захопленість, усвідомлення того, що відбувається). Саме позитивний і адекватний емоційний стан є надійним індикатором психічного благополуччя, а негативний – показник погіршення психічного здоров'я.

В інтелектуальній сфері психічне здоров'я проявляється у володінні людиною розвинутим інтелектом та в умінні ним користуватися, насамперед, у: 1) відповідності сформованих в особистості суб'єктивних образів об'єктивній реальності, здатність до зосередження уваги, утримання інформації в пам'яті, до критичного мислення; 2) оптимальному перебігу пізнавальних процесів (сприйняття, пам'ять, увага, мислення), за допомогою яких відбувається реалізація конкретної тактики і стратегії вирішення актуальних завдань; 3) високому коефіцієнту інтелекту (IQ); 4) відкритій пізнавальній позиції (усвідомлення можливості існування різних уявлень про конкретне явище, процес, подію тощо; готовність використовувати різні способи опису та аналізу ситуації, предмета, явища; враховувати думки інших людей, здатність синтезувати різні пізнавальні позиції; позитивне ставлення до парадоксів і суперечностей; врахування відносності (рівня адекватності) індивідуальних суджень), взагалі свободі думки; 5) позитивному мисленні: доброзичливий опис життєвих ситуацій; сприйняття себе як компетентної особистості; почутті впевненості в собі й самоповазі; неконвенційне мислення, яке не обмежене нормами, є спокійним, природним; 6) добрій пам'яті (у гарному настрої легше згадати радісні події в житті, слова, наповнені позитивним змістом); 7) володінні адекватною, оптимістичною картиною світу; 8) ефективному функціонуванні інтелектуальної рефлексії; 9) широкому просторі розмірковування як сукупності проблем і завдань, які розв'язує людина; сфера творення та синтезу інформації; 10) розвиненому раціональному, емоціональному, духовному, соціальному та кристалізованому інтелектах; 11) сформованості оптимального стилю інтелектуальної діяль-

ності; 12) володінні мудрістю; 13) здатності зосереджуватися на проблемах та шляхах їх розв'язання; 14) володінні логіко-нормативними (конвергентними) та творчими (дивергентними) інтелектуальними здатностями; 15) знанню особливостей свого інтелекту та вмінні керувати своєю інтелектуальною діяльністю (метаінтелект); 16) відсутності когнітивних, формально-логічних та змістових порушень в інтелектуальній діяльності.

Психічне здоров'я особистості проявляється в вольовій сфері, зокрема, у володінні: 1) сильною волею як сукупністю вольових якостей (дисциплінованість, самостійність, організованість та ін.); 2) вольовою саморегуляцією (актуалізація вольових станів, вольових процесів, вольових імпульсів тощо); 3) досвідом вольової поведінки (постановка цілей, вирішення конфліктів між цілями, спонуками, способами досягнення цілей, станами активності і реактивності, переключення на інші види діяльності, переключення з активності на відпочинок, налаштування на вольові стани, актуалізації вольових процесів та вольових імпульсів); 4) здатності поєднувати вольовий спосіб подолання труднощів з їх переосмисленням, звертанням за допомогою до інших людей та до Божої Благодаті; 5) володінні досвідом вольової поведінки.

У структурно-функціональному плані психічне здоров'я проявляється в цілісності (інтегрованості) психіки та особистості людини, її індивідуальності, стійкості, здатності до саморегуляції, що стосується єдності, безперервності мінливого внутрішнього світу, в якій виділяються такі аспекти: 1) мінливість усередині особистості співвідноситься із різноспрямованістю психічних сил; 2) інтегративний погляд на свій внутрішній світ, на життя, індивідуальна філософія життя, духовність, моральність та соціальність; 3) сила характеру, сила Я, стресостійкість, толерантність до фрустрацій, здатність людини протистояти несприятливим обставинам без внутрішньої шкоди для себе [38]. На думку М. Ягоди [38] здорові і нездорові особистості по-різному реагують на напруженість, тривогу, фрустрацію чи нещастя. Відмінність полягає не в наявності симптомів, а в тому, чи можуть останні суттєво порушити цілісність людини та зруйнувати її життя, вплинути на її досягнення, та які методи індивідуального копіngu використовуються здоровою і нездоровою людиною.

Психічне здоров'я проявляється у здатності до саморегуляції внутрішніх процесів, станів і властивостей [7]. Психічне здоров'я

проявляється у стійкості, яка охороняє особистість від дезінтеграції та особистісних розладів, створює основу для внутрішньої гармонії, забезпечує реалізацію фізичних і духовних потенцій людини. Здорова особистість завжди спокійна, стримана, врівноважена. Ця внутрішня тиша не має нічого спільного з бездіяльністю, з лінощами.

Суттєвою для психічно здорових людей є внутрішня потреба у власній ідентичності, завдяки якій вони відчують свою унікальність та усвідомлюють своє призначення у світі [27; 28]. Такі особистості володіють не тільки психологічною ідентичністю взагалі, але й соціальною, статевою. Здорова особистість не відчуває загрози своєму існуванню, а впевнена у власній реальності та ідентичності, в реальності та ідентичності інших людей [11]. Як автономна індивідуальність, вона переживає цілісність, втіленість, зціленість духа і тіла.

Звичайно, що психічне здоров'я особистості передбачає відсутність психічних захворювань, виражених нервово-психічних розладів, нормальний психічний розвиток і сприятливий функціональний стан.

Узагальнення ідей дослідників дозволяє визначити психічне здоров'я особистості як – багатовимірний феномен, що визначає інтегрованість, гармонійність, духовної і моральної спрямованості та врівноваженості внутрішнього світу особистості, в інтегрованості (цілісності) внутрішнього світу людини (психіки та особистості), змістово-динамічну характеристику процесів психічної діяльності, яким властиві самодетермінованість психічних явищ, гармонійність взаємозв'язків між відображенням дійсності і ставленням індивіда до неї, відсутність суперечностей між змістом, функціонуванням і розвитком психіки та особистості. Це глобальний психічний стан психіки та особистості, для якого характерна динамічна гармонійність внутрішніх переживань, процесів, станів і властивостей думок та намірів, що досягається за рахунок максимізації задоволення і мінімізації психічного болю.

Як було зазначено вище, тісно пов'язані з психічним виміром здоров'я є психологічний вимір здоров'я особистості, який стосується зовнішньої активності та поведінки, проявляється в гнучкості стратегій поведінки, автономності, незалежності і здатності регулювати свою поведінку зсередини. Поведінка зрілих суб'єктів функціонально автономна та адекватно

мотивована. На думку Дж. Роттера, поведінка здорової особистості є передбачуваною та самопередбачуваною, в основі чого є набуті знання, прожита життєва історія та очікування щодо майбутнього. За В. Штерном [30], у своїй поведінці здорова особистість цілеспрямована і пластична. Здоровим особистостям притаманна уміння наполегливо працювати. Вони володіють здоровим стилем діяльності, зокрема, професійної, що відповідає їх здібностям, темпераменту, характеру, рівню розвитку інтелекту, спрямованістю особистості, досвіду, та адекватно мотивована, володіє глибоким сенсом, результативна, виконується легко, не погіршує стан здоров'я.

Для К. Роджерса [23] здорова особистість оптимально пристосована до обставин життя, а сама пристосованість – динамічний процес, у якому асимілюються нове знання і досвід. Навпаки, особистість, що повноцінно не функціонує – непристосована. Психологічне здоров'я трактується як здатність до прийняття світу (В. Франкл). Психологічно здорова особистість довіряє світові, не переживає небезпеку, не бояться труднощів, невизначеності [6]. Стійке почуття безпеки лежить в основі розвитку здорової особистості, яка не сприймає навколишній світ як потенційно загрозливий.

Здоровий психологічно особистості властива проактивна поведінка як здатність не просто реагувати на зовнішні стимули, а й активно впливати на оточення новими способами, створюючи чи потрапляючи саме в ситуації, в які вона прагнула потрапити. На думку Р. Мея [15; 16], здорові люди вміють пристосовуватися до світу природи, інших людей і самих себе. Використовувані ними способи перетворювання і витрачання енергії в діях, учинках, думках, переживаннях, почуттях та простих емоціях завжди мають внутрішній і зовнішній сенс. Психологічно здорова людська особистість, здатна, не тільки пристосовуватися до умов свого життя, але й протистояти труднощам і залишатися максимально цілісною (інтегрованою).

Досягнення особистісного здоров'я передбачає формування здатності до міжлюдських стосунків і набуття досвіду цих стосунків шляхом опанування певних ролей. Психологічно здорова особистість близька до інших людей, готова до взаємодії з іншими людьми, поціновує близькість, уміє викликати в партнера по спілкуванню симпатію, ніжність, відданість, вірність [6]. Ситуації спілкування завжди приносять їй задоволення і посилюють почуття безпеки та комфорту.

Психологічне здоров'я особистості проявляється у здатності до самоактуалізації, життєтворчості, володінні адекватним сенсом життя. Абрахам Маслоу [12] характеризує здорову особистість як самоактуалізовану, що відбувається в процесі повного, творчого, радісного осягання талантів, здібностей, потенціалів. Людина приймає цінності самоактуалізованої особистості, зокрема, істину, добро, життєвість, унікальність, справедливість, порядок, самодостатність, красу, цілісність та ін. Вона вірить в людей, в могутність людських можливостей, проявляє природну симпатію і довіру до людей, чесність.

Прагнення людини досягти життєвої мети – повної реалізації свого «Я» є, на думку К. Юнга [31], А. Маслоу [13], В. Франкла [26], Е. Фромма [28] є мотиваційною спонукою розвитку особистості. Так, К. Юнг вважав, що процес досягнення цієї мети спрямований на «відкриття самості», яку він вважав найголовнішим архетипом, що втілює в собі єдність свідомого та несвідомого, гармонію та баланс різних протилежних елементів психіки [31].

Психологічно здорова особистість характеризується повноцінною екзистенцією поєднану з гнучкістю, адаптивністю, спонтанністю в житті, повним усвідомленням кожної миті теперішнього (К. Роджерс). Е. Фромм визначив п'ять основних екзистенційних потреб людини: у встановленні стосунків, у подоланні, у вкоріненні, в ідентичності, в системі поглядів та відданості [28]. Так, потреба в подоланні передбачає прагнення особистості проявляти активність, творчість у професійній діяльності. Потреба у вкоріненні передбачає прагнення особистості бути в єдності із навколишнім світом. Суттєвою для людей є внутрішня потреба власної ідентичності [6], завдяки якій вона відчуває свою унікальність та усвідомлюють своє призначення у світі, а основною, базовою екзистенційною потребою особистості є потреба у сенсі життя [27; 28].

Психологічно здорова особистість самостійна, автономна [6], незалежна, вільна, зріла. При здійсненні свідомого вибору для неї характерне домінування самодетермінації, саморегуляції своїми внутрішніми стандартами (ідеалами, намірами, нормами), належна міра самостійності під час прийняття рішень, регуляція поведінки, що базується на внутрішньо організованій системі цінностей, потреб, переконань, домагань та відкладених, нереалізованих цілей. Автономні люди не залежать від власних

потягів, прагнень та потенційних задоволень, які отримують у реальному світі від інших людей, груп чи суспільства загалом, а залежать від засвоєних ідеалів, цілей, завдань, смислів, програм власного розвитку, прагнуть забезпечити безперервне зростання власних можливостей та постійно актуалізувати приховані ресурси. Така незалежність від оточення забезпечує відносну стійкість перед важкими ударами долі, фрустраціями, розчаруваннями, деприваціями, які переживаються досить здоровими особистостями витримано. Автономність проявляється і тоді, коли ми разом зі світом, і тоді, коли ми проти нього [38]. Свого часу К. Роджерс закликав уникати примусу, підлаштовування іншим, до більшої незалежності.

Психологічне здоров'я особистості стосується здатності до зовнішньої саморегуляції, до управління власною поведінкою та діяльністю відповідно до моральних і соціальних норм, правил, законів, здатності планувати власну життєдіяльність і реалізовувати заплановане [3]. Так, сутність емоційної саморегуляції полягає у керуванні людиною власними емоціями у процесі її діяльності та спілкування з іншими людьми, здатність швидко відновлювати фізичні та душевні сили, адаптуватися до умов актуальної життєвої ситуації, вміння опановувати свої почуття, долати негативні емоції та конструктивно управляти інтенсивністю емоцій та їх вираженням [2; 14; 24]. Регуляція емоцій полягає в трансформації деструктивних емоцій у конструктивні, що сприяє продуктивному виконанню діяльності та спілкуванню [24].

Життя психологічно здорової людини сповнене сенсу [27], вона здатна шукати і знаходити сенс життя взагалі та конкретних ситуацій зокрема, як рушійну силу поведінки та розвитку, володіє засобами, постійного наповнення сенсом свого життя. В. Франкл виділив основні сфери смислів здорової особистості. Це, по-перше, творча робота, завдяки якій вона щось віддає світові, збагачує життя; по-друге, переживання цінностей, що допомагають їй брати від навколишнього світу щось важливе; і, по-третє, це позиція особистості щодо долі, яку вона не може змінити. На думку вченого, здорова особистість володіє автентичним сумлінням, інтуїтивною здатністю відшукувати сенс кожної життєвої ситуації.

На думку Р. Мея [15] здорові люди забезпечують собі можливості вибору, зростання свободи і відповідальності, вони покладають відповідальність за власне життя на себе. Особистість з психологічним

здоров'ям володіє високим рівнем суб'єктності контролю над подіями повсякденного життя, живе у переконанні, що більшість подій в її житті є результатом власних зусиль. У житті вона керується власною метою, переконаннями, настановами. Така особистість вільна та одночасно відповідальна у своїх виборах, не схильна піддаватись деструктивним зовнішнім впливам; здатна до здорового спілкування, швидко встановлює глибокі емоційні контакти з іншими людьми, розуміє сенс професійної діяльності в контексті цілісної життєдіяльності.

Для психологічно здорової особистості притаманний повноцінний постійний розвиток на всіх етапах онтогенезу. Для К. Роджерса [23] здорова особистість можлива лише за постійних змін, реалізує стратегію зростання, завжди має великі ресурси для самоосягнення і зміни себе. За В. Штерном [30] здорова особистість – носій прихованих потенцій, які, завдяки активній взаємодії зі світом, постійно розвиваються. Розвиток особистості стає осмисленим саморозгортанням, у процесі якого кожне досягнення змінює, вдосконалює і зміцнює загальну цілісність.

Здоровим особистостям притаманна креативність, безпосередність, сміливість, вміння наполегливо працювати, знаходити задоволення в житті, незважаючи на труднощі, розчарування та навіть страждання. Широкі можливості для особистісного зростання на всіх етапах онтогенезу дозволяє досягати ідеалу. На думку Е. Еріксона [6], здорова особистість не впадає в крайнощі на кожній віковій стадії, здатна досягати динамічної рівноваги між різними полюсами та сферам розвитку.

Здоровій особистості властиве творча активність, творче самовираження, креативність (А. Маслоу), творче ставлення особистості до життя загалом. Здорова людина – це творча людина, оптимально функціонує, конструює і прогнозує дійсність [36]. Завдяки творчості вона відкриває для себе нові горизонти і форми буття у світі. Здоровій людині не притаманні конструкти загрози, страху, тривоги. Вона володіє почуттям міри в процесі переходу від піддатливості до фіксованості, від гнучких інтерпретацій – до чіткіших, жорсткіших, коли залишається мало можливостей для неоднозначного розуміння того, що відбувається.

Складовою психологічного здоров'я людини є стійкість як здатність людини відволікатися від негативних переживань та деструктивних думок в

складних, кризових і стресових ситуаціях, здатність адаптовуватись до постійно мінливих вимог життя. Психологічна стійкість, в основі якої гармонійне поєднанням розвинених інтелектуальних, емоційно-вольових й особистісно-професійних якостей, забезпечує успішність професійних дій і поведінки у процесі життєдіяльності, вибору та реалізації життєвої стратегії. Стійкість виникає в досвіді подолання серйозних труднощів і ризиків, в результаті чого людина змушена створювати і шукати в собі, а також навколо – нові ресурси та потенціали здоров'я як результату збалансування вимог та взаємного поєднання ресурсів та дефіциту [25]. Людям, що характеризуються стійкістю, притаманний вищий рівень оптимізму та внутрішнього спокою, характеризуються більшою енергетикою життя [35].

На думку Г. Айзенка [1], здоровій особистості притаманна стресостійкість, вона не переживає небезпеку, не боїться труднощів, невизначеності, бо вона компетентна, ініціативна, смілива. Стійке почуття безпеки лежить в основі розвитку здорової особистості, яка не сприймає навколишній світ як потенційно загрозливий. Психологічно здорові особистості не переживають небезпеку, не бояться труднощів, невизначеності. На думку Ф. Перлза психологічно здорова особистість здатна сприймати адекватну зовнішню підтримку і регуляцію, здатна досягати оптимального балансу між собою та оточенням.

Як показують емпіричні дослідження та практика, психологічно здорова особистість по-особливому, конструктивно діє у стресових, складних і проблемних ситуаціях. Це проявляється на різних рівнях, зокрема, на: 1) інтелектуальному рівні: а) більше фіксує позитивні думки, ніж негативні, б) переключається з думок, що виникають у стресовій ситуації, на думки про інші сторони життя, в) попереджує виникнення нав'язливих думок, недоцінних ідей, хворобливо-недовірливої підозрілості, уповільнення інтелектуальної діяльності, відсутності думок; 2) мотиваційному: а) конструктивне переосмислення ситуації; б) не дозволяє звуження інтересів навколо хворобливої теми, в) попереджує внутрішню спустошеність, коли нічого не хочеться діяти, переживати, осмислювати; г) протидіє виникненню різноманітних залежностей, наприклад, паління, алкогольної чи наркотичної, та професійного чи особистісного вигорання; 3) емоційному: а) старається опанувати тривогу, неспокій, емоційну неврівноваженість, неконтрольовані

бурхливі спалахи емоцій, не допускає агресивність, б) старається підняти собі настрій, в) попереджує емоційне спустошення, емоційне вигорання, актуалізує головні цілі та смисли життя; 4) на рівні поведінки: а) попереджає бездумно-автоматично, пов'язані з несвідомим поведінкові реакції та примітивні стратегії виживання (необдумані, нелогічні, реактивні вчинки, метушливість, агресивність), б) всіляко підтримує активність, блокує регресію як механізм повернення у стан дитини; 5) на міжособистісному рівні: а) активно шукає зовнішню підтримку, розуміння та співчуття, б) не руйнує стосунки з іншими людьми (культивує тенденцію «до людей»), не проявляє емоційну нечутливість (не культивує тенденції «від людей», «проти людей»), в) попереджує соціальну ізоляцію, відчуженість (відмежування від реального життя, повсякденної суєти), г) попереджує розлади в поведінці (вживання спиртного, наркотиків, паління), д) дає собі постійне фізичне навантаження, е) проявляє соціальну компетентність та результативність життя (думає про статус, кар'єру, вирішення побутових проблем), є) попереджує безпорадність, не проявляє «синдром жертви», «синдром невдахи»; б) духовному рівні: а) звертається до Божої Благодаті, б) актуалізує духовну рефлексію, в) молиться, вірить, любить, творить добро і бореться зі злом.

Для Е. Фромма [28] психологічно здорова людина є індивідуальністю, унікальністю і цілісністю вроджених та набутих властивостей. На думку, Г. Олпортом [20] якраз пропріум – позначає силу, що об'єднує та організує, формує унікальність особистісного життя, реалізує найважливіший особистісний процес – позитивне, творче прагнення до індивідуального зростання. Для К. Роджерса здорова особистість характеризується відчуттям власної непересічності, свободи, неконформності, креативності. Найвищим рівнем розвитку – поява індивідуальності з її почуттям особистої відповідальності, оригінальності. Як показують наші дослідження, здорова індивідуальність особистості завжди поєднана із загальнолюдським (духовність, моральність, конструктивна соціальність).

На думку Я. Морено [17; 18], однією з характеристик здорової особистості є спонтанність та безпосередність. Спонтанність свідчить про те, що самоактуалізація стала способом життя, а не його мрією чи прагненням. Вона співвідноситься з такими цінностями, як свобода, природність. Психологічно здорова особистість здатна до само презентації своєї індивідуальності, здібностей, результатів творчості.

На думку Г. Олпорта, здоровій (зрілій) особистості притаманне здорове почуття реальності та адекватне сприйняття світу. Це стосується двох важливих аспектів: 1) сприймання без спотворень, коректування спотворень, зумовлених актуальними індивідуальними потребами, інтересами, вподобаннями, досвідом та особливостями обставин; 2) емпатії, соціальній чутливості. Сприймання здоровою людиною реального світу і себе забезпечує їй ефективну взаємодію із оточенням. «Правильне» сприймання не означає, що існує один-єдиний, коректний, спосіб бачення навколишнього світу. У сприйманні завжди вразовується індивідуальна своєрідність способу сприймання (раціональне, емоційне, естетичне), що не заважає отримувати зрозумілі та конструктивні результати. Здорова особистість сканує, тестує реальність на відповідність її бажанням чи страхам, тоді як нездорова сприймає її без перевірки. Особливо складно сприймати людині дійсність спотворення, викривлення, зумовлені нашими потребами. Потреба в пізнанні світу, яка стосується безкорисливої тяги до нового, інтересу до об'єктів, прямо не пов'язаних із задоволенням потреб. Психологічно здорова особистість відкрита до пізнання розумом, відчуттями, інтуїцією, емоціями навколишнього світу.

К. Ясперс [32; 34] однією з ознак психологічного здоров'я вважав адекватну орієнтацію у просторі та часі. Психологічно здорова особистість добре орієнтується в часі, живе теперішнім, не відкладає своє життя на «потім», добре розуміє екзистенційну цінність життя за принципом «тут і тепер». Психологічне здоров'я передбачає повне опонування часом, усвідомлення кожного актуального моменту, прийняття того, що можна змінити, незалежність від минулого, усвідомлення майбутнього, регуляція часу.

Психологічно здорова людська особистість здатна, не тільки пристосуватися до умов свого життя, але й протистояти труднощам. Воно стосується важливих особистісних характеристик, які забезпечують не лише успішну адаптацію, але й продуктивний розвиток людини на благо самій собі, іншим людям та суспільству. Воно проявляється у всіх стосунках особистості в навколишньому світі. Як відносно стійкий стан особистості психологічне здоров'я дозволяє свідомо, враховуючи власні духовні, моральні, особистісні і психічні можливості та соціальні умови, створювати і забезпечувати власні та соціальні потреби. Як динамічна сукупність

психічних властивостей особистості, воно забезпечує гармонію між її внутрішнім світом (психікою, особистістю, індивідуальними потребами) та вимогами оточення (суспільства і предметного світу) та виступає передумовою орієнтації людини на реалізацію свого життєвого плану. Гармонійне поєднання суттєвих властивостей особистості проявляється у її активності, креативності, стійкості, врівноваженості і здатності протидіяти негативним зовнішнім впливам, що порушують її цілісність та гармонію.

Психологічно здорова особистість характеризується вираженою цілеспрямованістю (володіє сенсом життя), активністю, самоконтролем. Така особистість здатна бачити і чути, що відбувається за межами власного внутрішнього світу, диференціювати власні прояви та прояви оточення. Вона приймає на себе відповідальність за те, що відчуває, про що думає, що бачить і чує, не заперечує своїх проявів і не приписує їх іншій людині. Вона адекватно виражає свої почуття, відчуває власну захищеність, не здійснює компенсаторних реакцій, підміняючи реальні вчинки фантазуванням, не проявляє егоцентризм, не втрачає влади над собою, у неї розвинена емпатія. Психологічно здорова особистість здатна справлятися з негараздами, володіти компенсаторними та проактивними механізмами [37].

Отже, на основі теоретико-методологічного аналізу та аналізу реальної психологічної практики охарактеризовано психічний (внутрішній) та психологічний (зовнішній) виміри здоров'я особистості. Інтегрованість психічного та психологічного вимірів здоров'я особистості проявляється в єдності внутрішнього світу особистості та її життєдіяльності. Звичайно ці виміри мають точки перетину, зокрема, важко диференціювати зовнішній та внутрішній плани саморегуляції, функціонування особистісної та діяльнісної рефлексії, емоційного переживання, екзистенції у зовнішньому і внутрішньому планах тощо. Однак, врахування цих вимірів дозволяє цілеспрямованіше організовувати допомогу особистості в плані оцінки, відновлення, збереження та зміцнення її особистісного здоров'я. Психологічне здоров'я є умовою здорового духовного, морального, соціального розвитку особистості, одночасно, перебуває під їх зворотним впливом.

Список використаних джерел

1. Айзенк Г., Айзенк М. Исследования человеческой психики Mind watching. Why we behave the way we do / Пер. А. Озерова. – М: ЭКСМО-Пресс, 2001. – 480 с.

2. Александрова Н. П., Богданов Е. Н. Эмоциональная саморегуляция и личностные факторы стрессоустойчивости. Прикладная юридическая психология. 2014. № 1. – С. 22-30.
3. Боришевський, М. Й. Духовність як міра довершеності / М. Й. Боришевський // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. – Т. VIII, вип. 6. – К., 2006. – С. 26-31.
4. Войтенко В. П. Здоровье здоровых : Введение в саналогию / В. П. Войтенко. – К.: Здоров'я, 1991. – С. 74-45.
5. Джемс У. Психология / У. Джемс; [под ред. Л. А. Петровской] – М.: Педагогика, 1991. – 368 с.
6. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / пер. с англ.; общ. ред. и предисл. А. В. Толстых. – М.: Прогресс, б.г. (1996).
7. Жданова І. В., Балабанова Л. М. Психічне здоров'я як складова професійного здоров'я майбутніх правоохоронців. Актуальні питання сучасної психіатрії, наркології та неврології: зб. тез доповідей науково-практичної конференції за участю міжнародних спеціалістів / за заг. ред. В. І. Пономарьова. – Х.: ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2015. – С. 8-10.
8. Карпенко Є. В. Емоційний інтелект як фактор особистісного життєздійснення. Психологічні перспективи. 2017. Вип. 30. с. 51.
9. Кириленко Р. В. Особливості розвитку емоційної культури студентів. Virtus: Scientific Journal. 2016. № 7. June. P. 60–63.
10. Лэйни М. Преимущества интровертов. – М: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 126 с.
11. Лэйнг Р. Д. Феноменология переживания. Райская птичка. О важном. – Львов: Инициатива, 2005. – 352 с.
12. Маслоу А. Мотивация и личность. – Санкт-Петербург: Евразия, 1999. –326 с.
13. Маслоу А. Психология бытия, Ваклер, – К., 1977. – 324 с.
14. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод. посібник. – К.: Педагогічна думка, 2012. – 112 с.
15. Мэй Р. Открытия Бытия / Р. Мэй. – М. : Институт общегуманитарных исследований, 2004. – 382 с.
16. Мэй Р. Искусство психологического консультирования / пер. с англ. Т. К. Кругловой. – М.: Независимая фирма «Класс», 1999.
17. Морено Дж. Театр спонтанности / Дж. Морено; пер с англ. – Красноярск: Фонд Мент. Здоровья, 1993. – 125 с.

18. Морено Я. Психодрама / Я. Морено; пер. с англ. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. – 528 с.
19. Оллорт Г. Личность: проблема науки или искусства? / Г. Оллорт // Психология личности / под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыря, В. В. Архангельской. – М. : АСТ: Астрель, 2009. – С. 107-114.
20. Оллорт Г. О психологии личности / Г. Оллорт. – М. : Смысл, 1999.
21. Пилипенко К. В. Психологічні особливості емоційної стійкості як чинника оптимального розв'язання професійних задач практичної психології. Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / ред. С. Д. Максименко. – К.: Міленіум, 2008. Т. 10. Ч. 5. – С. 456–464.
22. Психологічний довідник учителя: в 4 кн. Кн. 3 / упоряд. В. Андрієвська; наук. ред. С. Максименко. – К.: Главник, 2005. – С. 52-53.
23. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека, Прогресс Универе, М., 1994. – 480 с.
24. Саенко Ю. В. Техники и приемы регуляции эмоций. Вопросы психологии. 2010. №3. С. 83–93.
25. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації: монографія / Т. М. Титаренко / Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. – 160 с.
26. Франкл В. В поисках смысла, Прогресс, М.: 1990. – 367 с.
27. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі, Харків. 2016. – 160 с.
28. Фромм Э. Человек для самого себя. Введение в психологию, Психоанализ и этика, М.: 1993. С. 59-95.
29. Что такое психическое здоровье / Всемирная Организация Здравоохранения // [Электронный ресурс] – Режим доступа: <http://www.who.int/features/qa/62/ru/index.html>.
30. Штерн В. Персоналистическая психология / В. Штерн // История зарубежной психологии. Тексты. – М. : МГУ, 1986. – С. 186-199.
31. Юнг К. Г. Проблемы души нашего времени, Прогресс, М.: 1994. – 336 с.
32. Ясперс К. Общая психопатология / К. Ясперс. – М. : Практика, 1997. – 1056 с.
33. Ясперс К. Смысл и назначение истории: пер. с нем. / К. Ясперс. – М.: Политиздат, 1991. – 527 с.
34. Ясперс К. Собрание сочинений по психопатологии. В 2 т. – М.: Изд. центр «Академия»; СПб.: Белый кролик, 1996. – 720 с.

35. Fredrikson B. The role of positive emotions in positive psychology. The broaden unbuilt theory of positive emotions. American Psychologist. 2001. № 56. S. 218–226.
36. Kelly G. A. A Theory of personality. The psychology of Personal constructs / G. A. Kelly. – N.J., 1955.
37. Keyes Corey L. M. The mental health continuum: From languishing to flourishing in life Journal of Health and Social Behavior. – 2002 (Jun.). – Vol. 43. – P. 207-222. URL: http://www.flume.com.br/pdf/Keyes_The_mental_health.pdf P. 208.
38. Jagoda M. Current concepts of positive mental health. – New York: Basic Books, Inc., Publishers, 1958. P. 35-43.

1.5

ПСИХОЛОГІЧНА СТРУКТУРА РЕЛІГІЙНОГО СВІТОГЛЯДУ ОСОБИСТОСТІ

Фоменко К.І., Кузнецов О.І.

Психологічний зміст релігійного світогляду особистості в контексті сучасних психологічних досліджень

Сучасний стан вивчення проблеми світогляду у гуманітарному пізнанні визначається дослідженнями Г. Балла, Т. Басанової, Л. Кривеги, Д. Леонтєва, А. Моспан, В. Хмелька, Ю. Швалба, Л. Ярмол [1; 2; 7; 10; 11; 26; 30; 31], втім суто психологічний аналіз феномену світогляду представлений у сучасній українській науці переважно у дослідженнях І. Тітова [21; 22]. У зарубіжній психології вивчення світогляду ускладнюється тим, що для цього феномену в англійській мові не існує самостійного терміну, адже world view розглядається і як світогляд, і як картина світу, які, безумовно, не тотожні за змістом.

Світогляд як наукова категорія була предметом розгляду класиків зарубіжної психології. Так, згідно з З. Фрейдом світогляд являє собою усвідомлені індивідуальні концепції, які визначають світ у вигляді чітких пояснювальних конструкцій [25], відповідно до точки зору К. Юнга [33], світогляд закріплено в психології індивіда і є ключовим елементом сприйняття людини при прийнятті рішення, при цьому світогляд є скоріше несвідомим конструктом і обумовлений культурним контекстом,

Г. Олпортом [14] та С. Мадді [35] світогляд визначено як «життєву філософію», С. Томкінсом – «особистою ідеологією» як складним варіантом життєвого сценарію [35]. Е. Еріксон [31] відзначав, що в якості універсальної і всеохоплюючої концепції світогляд фокусує увагу людей на значущих життєвих факторах, створює вибірковість осмислення тих чи інших історичних реалій, підсилює і розширює горизонти колективної свідомості, активізує або придушує в суспільстві почуття солідарності.

Теоретичний аналіз психологічних визначень світогляду вказує на те, що його доцільно розглядати як системне явище, що включає ціннісні та світоглядні орієнтації, систему уявлень, поглядів та переконань. Так, О. Спіркін зазначив, що елементами світогляду є: ціннісні орієнтації, віра, ідеали, переконання, спосіб життя людини й суспільства (як форма реалізації духовної сутності світогляду) [20, с. 11]. У межах розуміння світогляду як *ціннісної картини світу* слід навести такі визначення: 1) єдність знання і цінностей, розуму та чуття, інтелекту й дії, критичної дії та свідомого переконання [9, с. 370]; 2) інтеграція досвіду, знань та самосвідомості в ціннісну картину світу, що зумовлює життєву орієнтацію людини, її ставлення до дійсності та самої себе [4, с. 318; 19, с. 162]; 3) система найзагальніших знань, цінностей, переконань, практичних настанов, які регулюють ставлення людини до світу [16, с. 10]. Низка цих визначень відповідає виділеному Л. Крівегою елементу світогляду – ставлення до себе і навколишнього світу (до інших людей, суспільства, природи) [7, с. 7].

Світогляд також розглядається як *система уявлень* про світ та себе у ньому та ставлень до себе та світу, зокрема: світогляд – 1) сукупність уявлень про світ, систему переконань, які передають ставлення людини до світу, її головні ціннісні орієнтації і відноситься до структури спрямованості особистості, яка включає в себе настанови, цінності, прагнення, інтереси, схильності, ідеали людини [26]; 2) сукупність узагальнених уявлень людини про себе, світ, свої взаємини зі світом, про своє місце у світі та своє життєве призначення [13, с. 14]; 3) система уявлень про світ і місце в ньому людини, про відносини людини в ньому, про ставлення людини до дійсності, що оточує її, і до самої себе, а також зумовлені цими уявленнями основні життєві позиції і установки людей, їхні переконання, ідеали, принципи пізнання і діяльності, ціннісні орієнтації [24, с. 366].

У межах розуміння світогляду як *світопереконання* чи *системи поглядів на світ* у психологічній та філософській літературі наведено низку визначень, а саме: світогляд – це 1) система поглядів на світ і місце людини, суспільства і людства у ньому, на ставлення людини до світу і самої себе, а також відповідні цим поглядам основні життєві позиції людей, їхні ідеали, принципи діяльності, ціннісні орієнтації [23, с. 503]; 2) цілісна система поглядів на світ, місце та призначення людини [9, с. 370]; 3) цілісна система поглядів на навколишній світ, яка становить сукупність філософських, наукових, політичних, економічних, правових, етичних, естетичних тощо понять, на місце людини в природі і суспільстві, на характер її ставлення до навколишнього середовища і поглядів до самої себе; світогляд включає у свою сферу також переконання, ідеали, життєву і науково-теоретичну орієнтацію, способи усвідомлення дійсності [6, с. 352]; 4) система поглядів на об'єктивний світ і місце в ньому людини, на ставлення людини до навколишньої дійсності і до самої себе [3, с. 245]; 5) система узагальнених поглядів на природу і суспільство, на місце людини в ньому, на ставлення людей до навколишньої дійсності і себе, а також зумовлені цими поглядами їхні переконання, ідеали і принципи пізнання [17, с. 317]; 6) сукупність поглядів людини на себе і своє місце у світі, зумовлених ними переконань, ідей, принципів і ціннісних орієнтацій (компоненти: світовідчуття, світосприйняття, світоуявлення, світорозуміння, світооцінка, світоставлення) [28, с. 189]; 7) система поглядів на об'єктивний світ та місце в ньому людини, на ставлення людини до навколишньої дійсності та до самої себе, а також зумовлені цими поглядами основні життєві позиції людей, їхні переконання, ідеали, принципи пізнання та діяльності, ціннісні орієнтації [29, с. 456]. Ключовим елементом світогляду у межах наведених вище визначень є система поглядів на світ.

Виходячи з того, що світогляд є системою ціннісних орієнтацій, що складають ціннісну картину світу, релігійний світогляд має бути представленим певною системою релігійно-духовних цінностей та ідеалів. Отже, *релігійні ціннісні орієнтації та ідеали* – це сукупність вищих духовних цінностей, якими особистість керується у житті і які спрямовані на задоволення духовно-релігійних потреб, а також досягнення відповідності високим моральним взірцям та ідеалам. Релігійні ціннісні орієнтації

співвідносяться зі спрямованістю особистості на втілення принципів та ідеалів гуманізму (толерантністю, терплячістю, витривалістю, самопожертвою), з альтруїзмом (добросердям, великодушністю, вмінням прощати) та орієнтаціями на душевну близькість із Значущим Іншим (щирість, правдивість, душевність, відкритість), досягненням високої моральності як відповідності поведінки цінностям ввічливості, поваги, совісності, обов'язку, принциповості, відповідальності, чесності, порядності, скромності, вдячності і відданості.

У межах розгляду світогляду як системи ставлень та світоглядних орієнтацій у структурі релігійного світогляду доцільно виділити компонент *релігійних світоглядних орієнтацій* як спрямованості особистості на теїстичний спосіб пізнання світу, що обумовлює її релігійну активність і моральну поведінку. У нашому розумінні релігійні світоглядні орієнтації представлені, передусім, моральною спрямованістю особистості як орієнтацією на милосердя і доброчесність, тобто на добро на противагу злу. У структурі релігійного світогляду релігійні світоглядні орієнтації проявляються через уникнення гріховних дій, дотримання релігійних доктрин як взірців моральної поведінки.

Розглядаючи світогляд як систему уявлень про світ та себе у ньому та ставлень до себе та світу, у структурі релігійного світогляду доцільно визначити компонент *релігійної картини світу* – цілісна система уявлень про світ та загальні принципи світобудови, які походять з теїстичного тлумачення дійсності. Релігійна картина світу узагальнює релігійний досвід людей і фокусує увагу на співвідношенні буденної емпірії та потойбічного, земного і небесного, людського і божественного. Центральним пунктом релігійної картини світу є образ Бога (богів) як вищої істинної реальності. Релігійна картина світу виражає ієрархічну впорядкованість створеного Богом світу і місця людини у ньому в залежності від її ставлення до Бога.

Визнаючи світогляд як систему *поглядів та принципів пізнання*, ми розуміємо релігійний світогляд як систему *ідеалістичних поглядів та переконань* особистості, заперечення матеріалістичного світорозуміння та світопояснення, схильність до *містичних вірувань*.

Експериментальне дослідження структури релігійного світогляду особистості

Вибірку досліджуваних склали 366 осіб, віком від 15 до 65 років у рівному співвідношенні чоловіків (184, 50,2 %) та жінок (182, 49,8 %). За результатами дослідження за нашою авторською методикою визначення типу релігійного світогляду (наведено у додатку) лише 9,5 % досліджуваних характеризуються «чистими» типами, зокрема 19 осіб відносяться до «атеїстів», 5 осіб мають «містичний» тип світогляду, 7 осіб відносять до «агностиків» за типом світогляду, 4 особи з релігійним типом світогляду. Кластеризація показників релігійного світогляду доводить існування п'яти типологічних профілів релігійного світогляду досліджуваних (рис. 1).

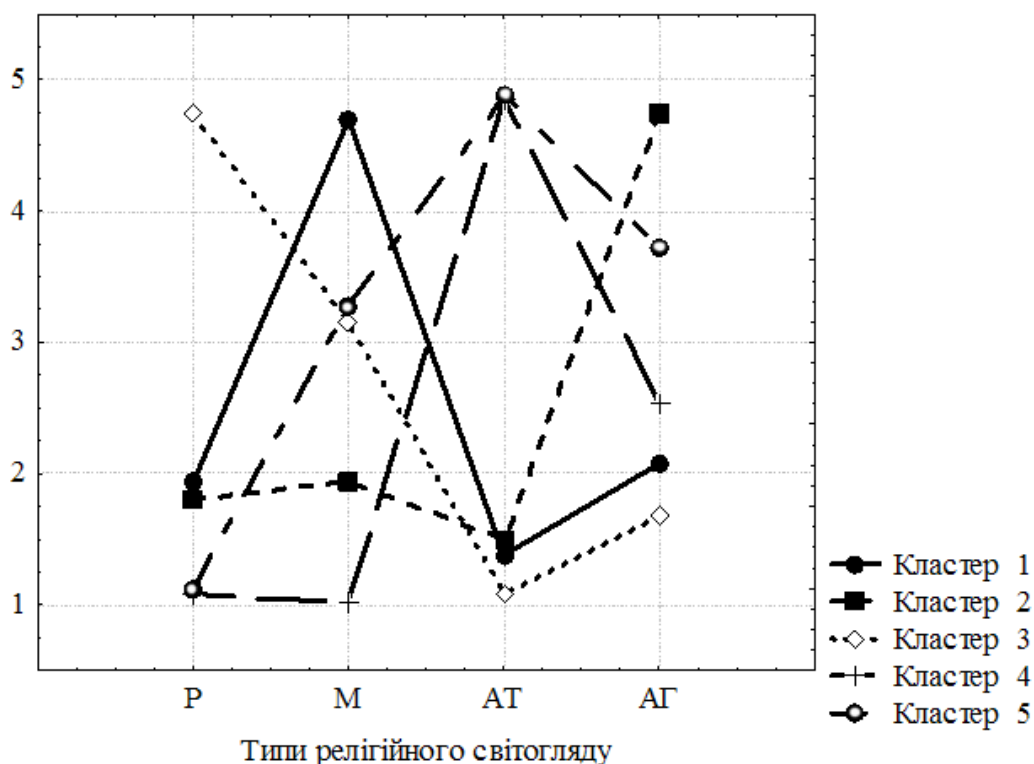


Рис. 1. Кластерні профілі релігійного світогляду.

Кластер 1 – високі показники містичного типу – низькі показники інших типів релігійного світогляду – «Містичний тип релігійний світогляд»;

Кластер 2 – високі показники агностичного типу і низькі показники інших типів світогляду – «Агностичний тип релігійного світогляду»;

Кластер 3 – високі показники власне релігійного типу світогляду та низькі показники інших типів релігійного світогляду – «Релігійний тип світогляду».

Кластер 4 – високі показники атеїстичного типу та низькі показники інших типів релігійного світогляду – «Атеїстичний тип релігійного світогляду»;

Кластер 5 – високі показники атеїстичного та середньо-високі показники агностичного типів релігійного світогляду – низькі показники інших типів релігійного світогляду – «Атеїстично-агностичний тип релігійного світогляду».

На рисунку 2 показано розподіл досліджуваних за типами релігійного світогляду.

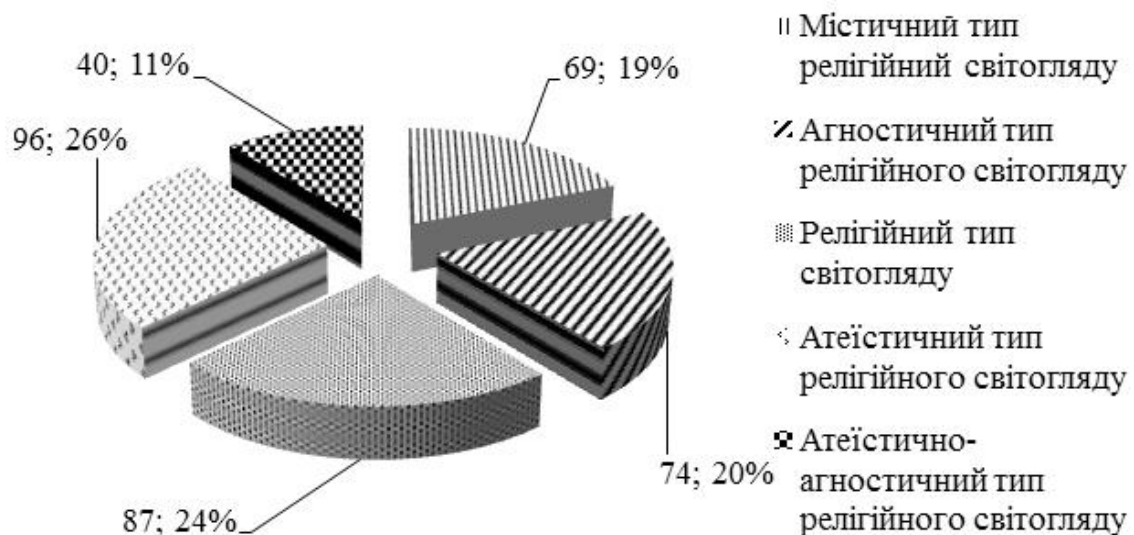


Рис. 2. Розподіл досліджуваних за типами релігійного світогляду.

Визначено, що всі досліджувані вибірки представлені рівномірно за типами релігійного світогляду: у 57 % досліджуваних переважає матеріалістичне світорозуміння через домінування атеїстичного та агностичного типів світогляду (досліджувані з «атеїстичним», «агностичним» та «атеїстично-агностичним» типами у сукупності), а у 43% – ідеалістичне світорозуміння через домінування релігійного та містичного світогляду. Отже, вибірка, представлена рівною мірою усіма типами релігійного світогляду, є репрезентативною.

Розглянемо комплекс методів психодіагностики релігійного світогляду досліджуваних. Для визначення психологічної структури релігійного світогляду особистості нами було використано психодіагностичний інструментарій, коротку характеристику якого наведено нижче.

Психодіагностичний тест «Добро і Зло» (автор – Л. Попов) [15], спрямована на виявлення ролі моральної спрямованості особистості, містить 44 твердження, виявляє міру розвитку орієнтацій особистості на добро і зло.

Методика «Психологічний аналіз рівня індивідуальної релігійності (автори – І. Мягков, Ю. Щербатих, М. Кравцова) [12]. Опитувальник рівня

релігійності містить 40 питань, представлених 8 субшкалами: 1) гносеологічні корені релігійності і схильність до ідеалістичної філософії; 2) ставлення до магії; 3) тенденція шукати в релігії підтримку і розраду; 4) зовнішні ознаки релігійності; 5) інтерес до так званої «псевдонауки» - загадкових і таємничих явищ, в сприйнятті яких віра відіграє значно більшу роль, ніж знання; 6) тенденцію вірити в Творця і визнавати існування вищої сили, що створила світ; 7) наявність релігійної самосвідомості, тобто внутрішньої потреби в релігійному віруванні; 8) ставлення до релігії як до зразку моральних норм поведінки.

Авторська методика діагностики духовних цінностей особистості [8; 34], спрямована на виявлення міри прихильності особистості цінностям духовного спрямування, а саме: 1) широкого кола моральних ціннісних орієнтацій (ввічливості, поваги, совісності, обов'язку, принциповості, відповідальності, чесності, порядності, скромності, вдячності і відданості), 2) гуманістичних ціннісних орієнтацій (толерантності, терплячості, витривалості, самопожертви), 3) альтруїстичних ціннісних орієнтацій (добросердя, великодушність, вміння прощати), 4) цінностей душевного спілкування (щирість, правдивість, душевність, відкритість) та 5) релігійних ціннісних орієнтацій.

Шкала віри у паранормальне (автори – Дж.Тобасік, в адаптації Д. Григор'єва) [5]. Методика представлена 26 твердженнями, які складають сім шкал: 1) традиційна релігійна віра; 2) віра у пси-здібності; 3) віра у чаклунство; 4) забобони; 5) віра у спіритизм; 6) віра у екстраординарні форми життя; 7) віра у передбачення.

Особистісний опитувальник «Методика виміру релігійної активності» (автор – Д. Смірнов) [18]. Автор розуміє релігійну активність як «складне, багатокомпонентне психологічне утворення; міру реалізації суб'єктом у навколишній дійсності трансцендентних – теїстичних інтенцій, спрямованих на здійснення зв'язку суб'єкта з Теосом і виражених вірою в надприродне, а також у специфічних нумінозних переживаннях, культових діях, вчинках і поведінці в цілому. Оскільки змістовно-семантичне поле понять релігійної активності та релігійного світогляду перетинається лише за одним параметром – власне релігійним світоглядом, представленим у методиці «шкалою релігійного/природничо-наукового світогляду», інші шкали

методики («Шкала релігійних переживань», «Шкала внутрішньої/зовнішньої релігійної мотивації», та «Шкала релігійних дій») у характеристиці структури релігійного світогляду особистості не розглядалися.

Аналіз результатів емпіричного дослідження передбачав вивчення кореляційних зв'язків між показниками релігійного світогляду з їх подальшою факторизацією. За результатами кореляційного аналізу визначено зв'язки між показниками моральної спрямованості та світогляду (рис. 3).

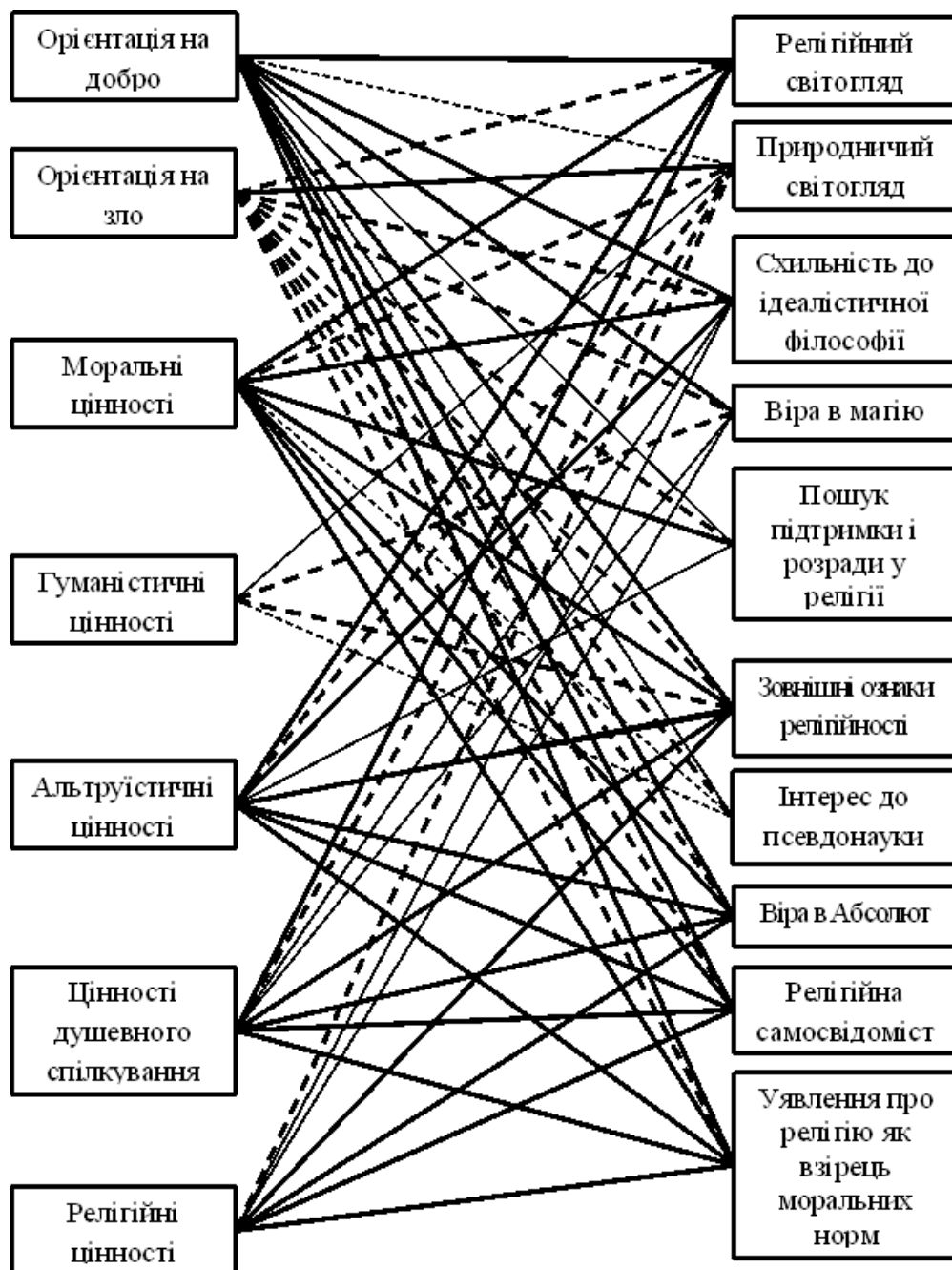


Рис. 3. Кореляційні зв'язки між моральною спрямованістю, духовними цінностями та показниками релігійного світогляду і містичних вірувань.

Так, моральна орієнтація на добро позитивно пов'язана з релігійним (0, 44, $p < 0, 0000001$) і негативно – з природничим (-0, 34, $p < 0, 0000001$) світоглядом, а орієнтація на зло, навпаки, позитивно корелює з природничим світоглядом (0, 67, $p < 0, 0000001$) і негативно – з релігійним (-0, 70, $p < 0, 0000001$). Отже, моральна спрямованість на добро і милосердя загалом характеризує особистість з релігійним світоглядом, а егоїстична спрямованість, що втілює цінності зла – пов'язана з природничим світоглядом, відхиленням релігії як відправної точки у світорозумінні. Крім того визначено низку позитивних зв'язків між моральною орієнтацією на добро із схильністю до ідеалістичної філософії (0, 31, $p < 0, 0000001$), вірою у магію (0, 28, $p < 0, 0000001$), пошуком підтримки і розради у релігії (0, 26, $p < 0, 00001$), зовнішніми ознаками і проявами релігії), вірою у вищі сили (0, 41, $p < 0, 0000001$), релігійною самосвідомістю (0, 39, $p < 0, 0000001$) і уявленнями про релігію як взірць моральних норм (0, 79, $p < 0, 0000001$). Отже, моральна спрямованість особистості пов'язана з ідеалістичною формою світорозуміння, відхиленням матеріалістичного сприйняття світу, езотеричними та релігійними переконаннями та віруваннями.

Існують негативні зв'язки між моральною орієнтацією на зло із релігійним світоглядом (-0, 70, $p < 0, 0000001$), схильністю до ідеалістичної філософії (-0, 56, $p < 0, 0000001$), вірою у магію (-0, 63, $p < 0, 0000001$), пошуком підтримки і розради у релігії (-0, 47, $p < 0, 0000001$), зовнішніми ознаками і проявами релігійності (-0, 66, $p < 0, 0000001$), інтересом до псевдонауки (-0, 45, $p < 0, 0000001$), вірою у вищі сили (-0, 69, $p < 0, 0000001$), релігійною самосвідомістю (-0, 66, $p < 0, 0000001$) і уявленнями про релігію як взірць моральних норм (-0, 54, $p < 0, 0000001$). У той же час орієнтація на зло у моральній спрямованості передбачає позитивний зв'язок з природничим світоглядом (0, 67, $p < 0, 0000001$). Егоїстична спрямованість особистості негативно пов'язана з компонентами релігійного світогляду.

Моральні цінності позитивно корелюють із релігійним світоглядом (0, 44, $p < 0, 0000001$), схильністю до ідеалістичної філософії (0, 31, $p < 0, 0000001$), вірою у магію (0, 26, $p < 0, 00001$), пошуком підтримки і розради у релігії (0, 27, $p < 0, 0000001$), зовнішніми ознаками і проявами релігійності (0, 37, $p < 0, 0000001$), інтересом до псевдонауки (0, 12, $p < 0, 05$), вірою у вищі сили (0, 40), релігійною самосвідомістю (0, 40, $p < 0, 0000001$) і уявленнями про релігію як взірць моральних норм (0, 73, $p < 0, 0000001$). Отже, як

моральна спрямованість на добро загалом, так і прихильність моральним цінностям, більшою мірою властиві особам, які виявляють релігійну прихильність, характеризуються віруваннями у містику та потойбічне.

Гуманістичні цінності позитивно корелюють з природничим світоглядом (0, 24, $p < 0, 00001$) і негативно пов'язані з вірою в магію (-0, 39, $p < 0, 0000001$), зовнішніми ознаками релігійності (-0, 45, $p < 0, 0000001$) та інтересом до псевдонауки (-0, 24, $p < 0, 00001$). Отже, цінності любові до людства загалом, представлені толерантністю, терплячістю та витривалістю, передбачають існування природничого світогляду на противагу релігійному у досліджуваних, заперечення магії та езотерики, відмову від традиційної релігійної віри та релігійних ритуалів та обрядів.

Альтруїстичні цінності позитивно корелюють із релігійним світоглядом (0, 42, $p < 0, 0000001$), схильністю до ідеалістичної філософії (0, 30, $p < 0, 0000001$), вірою у магію (0, 27, $p < 0, 000001$), пошуком підтримки і розради у релігії (0, 25, $p < 0, 00001$), зовнішніми ознаками і проявами релігійності (0, 38, $p < 0, 0000001$), інтересом до псевдонауки (0, 13, $p < 0, 05$), вірою у вищі сили (0, 39, $p < 0, 0000001$), релігійною самосвідомістю (0, 37, $p < 0, 0000001$) і уявленнями про релігію як взірць моральних норм (0, 75, $p < 0, 0000001$). Альтруїстичні цінності добра, прагнення допомагати іншим, бути великодушним та милосердним властиві досліджуваним, яким властиво вбачати релігію як моральний взірць для людини, а релігійність як мірило доброчесної поведінки, мають схильність ідеалістичного світорозуміння, прагненням знайти підтримку у релігійній вірі, уявленнями про доцільність і необхідність виконувати усі релігійні обряди та ритуали, інтересом до маловивчених феноменів реальності.

Цінності душевного спілкування позитивно пов'язані з релігійним світоглядом (0, 58, $p < 0, 0000001$), схильністю до ідеалістичної філософії (0, 27, $p < 0, 000001$), вірою у магію (0, 20, $p < 0, 001$), пошуком підтримки і розради у релігії (0, 23, $p < 0, 00001$), зовнішніми ознаками і проявами релігійності (0, 61, $p < 0, 0000001$), вірою у вищі сили (0, 53, $p < 0, 0000001$), релігійною самосвідомістю (0, 93) і уявленнями про релігію як взірць моральних норм (0, 44, $p < 0, 0000001$). Щирість, правдивість, душевність та відкритість, що входять до групи цінностей душевного спілкування, пов'язані з ознаками релігійного світогляду, ідеалістичними уявленнями та

переконаннями про світ та себе у ньому, містичними віруваннями та використанням релігії в якості морального компасу особистості.

Релігійні цінності позитивно корелюють із релігійним світоглядом (0, 42, $p < 0, 0000001$), схильністю до ідеалістичної філософії (0, 25, $p < 0, 00001$), вірою у магію (0, 23, $p < 0, 00001$), пошуком підтримки і розради у релігії (0, 11, $p < 0, 05$), зовнішніми ознаками і проявами релігійності (0, 95, $p < 0, 0000001$), вірою у вищі сили (0, 31, $p < 0, 0000001$), релігійною самосвідомістю (0, 50, $p < 0, 0000001$) і уявленнями про релігію як взірць моральних норм (0, 41, $p < 0, 0000001$). Прихильність релігійним цінностям віри у Бога та релігійності властиві особам, що мають ідеалістичні уявлення про світ, виявляють поведінкові прояви релігійності – ходять до церкви, дотримуються релігійних ритуалів і вважають це необхідним і правильним.

На рисунку 4 показано зв'язки між релігійним світоглядом та містичними віруваннями. Показники релігійного світогляду позитивно корелюють зі східною світоглядною орієнтацією (0, 59, $p < 0, 0000001$), традиційною релігійною вірою (0, 48, $p < 0, 0000001$), віруваннями у пси-здібності (0, 32, $p < 0, 0000001$), чаклунство (0, 36, $p < 0, 0000001$), спіритизм (0, 29, $p < 0, 0000001$), забобонність (0, 35, $p < 0, 0000001$), екстраординарні форми життя (0, 27, $p < 0, 0000001$), передбачення (0, 33, $p < 0, 0000001$) і негативно корелюють із західною світоглядною орієнтацією (-0, 66, $p < 0, 0000001$). Отже, релігійний світогляд у сукупності його загальних ознак характеризує східну світоглядну орієнтацію, прихильність традиційній релігійній вірі, містичні та езотеричні уявлення та переконання.

Показники природничого світогляду негативно корелюють зі східною світоглядною орієнтацією (-0, 48, $p < 0, 0000001$), традиційною релігійною вірою (-0, 42, $p < 0, 0000001$), віруваннями у пси-здібності (-0, 24, $p < 0, 0000001$), чаклунство (-0, 30, $p < 0, 0000001$), спіритизм (-0, 24, $p < 0, 00001$), забобонність (-0, 32, $p < 0, 0000001$), екстраординарні форми життя (-0, 21, $p < 0, 0001$), передбачення (-0, 29, $p < 0, 0000001$) і позитивно корелюють із західною світоглядною орієнтацією (0, 58, $p < 0, 0000001$). Природничий світогляд як опозиція релігійному світогляду, що відзначається матеріалістичним світорозумінням, прагненням пізнавати світ науковими способами, відхиленням інтуїтивних та опорою на раціональні та емпіричні способи пізнання світу, передбачає заперечення містичних вірувань та традиційної релігійної віри.

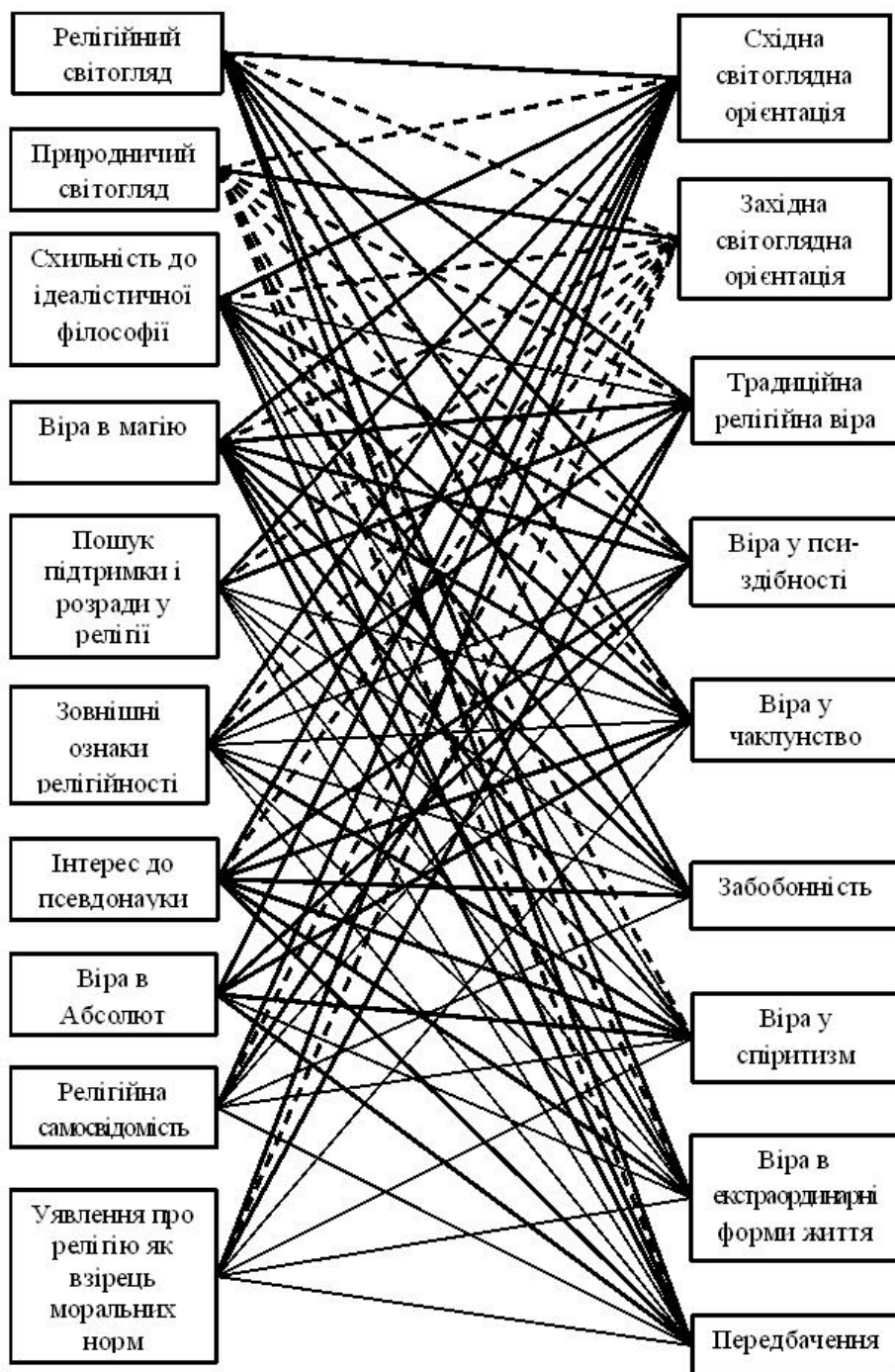


Рис. 4. Кореляційні зв'язки між релігійним світоглядом та містичними віруваннями.

Схильність до ідеалістичної філософії позитивно корелює зі східною світоглядною орієнтацією (0, 78, $p < 0, 0000001$), традиційною релігійною вірою (0, 27, $p < 0, 0000001$), віруваннями у пси-здібності (0, 22, $p < 0, 0001$), чаклунство (0, 36, $p < 0, 0000001$), спиритизм (0, 23, $p < 0, 0001$), забобонність (0, 38, $p < 0, 0000001$), екстраординарні форми життя (0, 23, $p < 0, 0001$), передбачення (0, 38, $p < 0, 0000001$) і негативно корелюють із західною

світоглядною орієнтацією (-0, 51, $p < 0, 0000001$). Ідеалістичні уявлення про світ пов'язані з містичними та езотеричними віруваннями та уявленнями особистості.

Віра в магію позитивно корелює зі східною світоглядною орієнтацією (0, 53), традиційною релігійною вірою (0, 30), віруваннями у пси-здібності (0, 44), чаклунство (0, 88), спіритизм (0, 41), забобонність (0, 89), екстраординарні форми життя (0, 52), передбачення (0, 92) і негативно корелюють із західною світоглядною орієнтацією (-0, 56). Віра в існування магії та чаклунства пов'язана з релігійністю та містичними уявленнями особистості.

Пошук підтримки і розради у релігії позитивно корелює зі східною світоглядною орієнтацією (0, 49), традиційною релігійною вірою (0, 21), віруваннями у пси-здібності (0, 20), чаклунство (0, 27), спіритизм (0, 28), забобонність (0, 25), екстраординарні форми життя (0, 52), передбачення (0, 27) і негативно корелюють із західною світоглядною орієнтацією (-0, 43). Прагнення до релігії як способу подолання стресових та складних ситуацій життя (копінг) властиве досліджуваним зі східною світоглядною орієнтацією, сповідуванням традиційних релігій та містичними переконаннями.

Зовнішні ознаки релігійності позитивно корелюють зі східною світоглядною орієнтацією (0, 50, $p < 0, 0000001$), традиційною релігійною вірою (0, 95, $p < 0, 0000001$), віруваннями у пси-здібності (0, 17, $p < 0, 001$), чаклунство (0, 26, $p < 0, 00001$), спіритизм (0, 11, $p < 0, 05$), забобонність (0, 23), екстраординарні форми життя (0, 13, $p < 0, 05$), передбачення (0, 23, $p < 0, 0001$) і негативно корелюють із західною світоглядною орієнтацією (-0, 65, $p < 0, 0000001$). Отже, переконаність у доцільності дотримання релігійним ритуалам та обов'язкам позитивно пов'язана зі східною світоглядною орієнтацією, традиційними релігійними віруваннями у Бога та містичними віруваннями.

Інтерес до псевдонауки позитивно корелює зі східною світоглядною орієнтацією (0, 32, $p < 0, 0000001$), традиційною релігійною вірою (0, 15, $p < 0, 01$), віруваннями у пси-здібності (0, 85, $p < 0, 0000001$), чаклунство (0, 51, $p < 0, 0000001$), спіритизм (0, 83), забобонність (0, 53), екстраординарні форми життя (0, 90, $p < 0, 0000001$), передбачення (0, 51, $p < 0, 0000001$) і негативно корелюють із західною світоглядною

орієнтацією (-0, 37, $p < 0, 0000001$). Інтерес до езотерики та псевдонаукових знань позитивно пов'язаний як з традиційними релігійними, так і з альтернативними до них, містичними віруваннями.

Віра у вищі сили корелює зі східною світоглядною орієнтацією (0, 56, $p < 0, 0000001$), традиційною релігійною вірою (0, 39, $p < 0, 0000001$), віруваннями у пси-здібності (0, 29, $p < 0, 0000001$), чаклунство (0, 35, $p < 0, 0000001$), спіритизм (0, 29), забобонність (0, 34), екстраординарні форми життя (0, 25, $p < 0, 00001$), передбачення (0, 34, $p < 0, 0000001$) і негативно корелюють із західною світоглядною орієнтацією (-0, 64, $p < 0, 0000001$). Отже, віра в Абсолют (Бога, вищі сили тощо) властива особам, які дотримуються традиційної релігійної віри, схильні до езотеричних та містичних вірувань.

Релігійна самосвідомість корелює зі східною світоглядною орієнтацією (0, 53, $p < 0, 0000001$), традиційною релігійною вірою (0, 59, $p < 0, 0000001$), віруваннями у пси-здібності (0, 15, $p < 0, 05$), чаклунство (0, 19, $p < 0, 001$), спіритизм (0, 11, $p < 0, 05$), забобонність (0, 15, $p < 0, 01$), передбачення (0, 20, $p < 0, 0001$) і негативно корелюють із західною світоглядною орієнтацією (-0, 67, $p < 0, 0000001$). Сукупність психологічних ознак релігійного світогляду співвідносяться зі сповіданням традиційної релігійної віри, езотеричними та містичними віруваннями, східною спрямованістю світогляду.

Уявлення про релігію як взірець моральних норм корелює зі східною світоглядною орієнтацією (0, 42, $p < 0, 0000001$), традиційною релігійною вірою (0, 46, $p < 0, 0000001$), віруваннями у пси-здібності (0, 19, $p < 0, 001$), чаклунство (0, 21, $p < 0, 0001$), спіритизм (0, 17, $p < 0, 001$), забобонність (0, 18, $p < 0, 001$), екстраординарні форми життя (0, 14, $p < 0, 01$), передбачення (0, 17, $p < 0, 001$) і негативно корелюють із західною світоглядною орієнтацією (-0, 53, $p < 0, 0000001$). Схильність спиратись на релігію як на взірець моральних норм властива особам, які мають східну (традиційну) орієнтацію світогляду, характеризуються езотеричними та містичними поглядами.

Результати кореляційного аналізу свідчать про високу конгруентність виділених нами параметрів релігійного світогляду і дозволяють проводити подальшу факторизацію з метою вивчення латентних змінних, що описують його структуру. У таблиці 1 показано результати факторного аналізу показників релігійного світогляду.

Таблиця 1

Факторна структура релігійного світогляду особистості

Показники	1	2	3	4	5	6
Орієнтація на добро				0,9362		
Орієнтація на зло	-0,4906	-0,4829				
Моральні цінності				0,9111		
Гуманістичні цінності	-0,7725					
Альтруїстичні цінності				0,9192		
Цінності душевного спілкування	0,4878	0,6325				
Релігійні цінності		0,9168				
Релігійний світогляд	0,8314					
Природничий світогляд	-0,8463					
Схильність до ідеалістичної філософії						0,7771
Віра в магію			0,8955			
Пошук підтримки і розради у релігії						0,7585
Зовнішні ознаки релігійності		0,9144				
Інтерес до псевдонауки					0,9166	
Віра в Абсолют	0,8988					
Релігійна самосвідомість	0,5292	0,5843				
Уявлення про релігію як взірць моральних норм				0,7900		
Східна орієнтація						0,6605
Західна орієнтація	-0,4622	-0,5015				
Традиційна релігійна віра		0,8988				
Віра у пси-здібності					0,8904	
Віра у чаклунство			0,8591			
Забобонність			0,8640			
Віра у спіритизм					0,8728	
Віра в екстраординарні форми життя					0,8552	
Передбачення			0,8829			
Факторна вага	4,3082	4,2226	3,9172	3,7792	3,6949	2,2343
% дисперсії	0,1657	0,1624	0,1507	0,1454	0,1421	0,0859

Перший фактор увібрав показники віри в Абсолют (у вищі сили), природничий світогляд (з негативним значенням), релігійний світогляд, гуманістичні цінності (з негативним значенням), релігійну самосвідомість, орієнтацію на зло (з негативним значенням), цінності душевного спілкування, західну світоглядну орієнтацію. Фактор був названий «*Віра у вищі сили*», оскільки складений інтегральними ознаками релігійного світогляду, що протистоїть природничому матеріалістичному світорозумінню, характеризується східною (традиційною) світоглядною

орієнтацією та усвідомленням себе як суб'єкта релігійної віри. Віра у вищі (Бога, космічну чи божественну енергію тощо) є ключовою характеристикою релігійного світогляду особистості.

Другий фактор містить показники релігійних цінностей, зовнішніх ознак релігійності, традиційної релігійної віри, цінностей душевного спілкування, релігійної самосвідомості, західної світоглядної орієнтації та орієнтації на зло (з негативним значенням). Фактор був названий «Релігійні цінності». Релігійні цінності, найбільш тісно пов'язані з проявами традиційної релігійної віри у досліджуваних, становлять окремий компонент релігійного світогляду, виконуючи його спрямовуючу функцію, підпорядковуючи моральність особистості релігійностію.

Третій фактор представлений показниками віри у магію та передбачення, забобонністю та вірою у чаклунство. Фактор був названий «Містичні вірування», оскільки він повністю складений віруваннями у паранормальні явища, орієнтацію на містицизм у світогляді особистості. Параметри, що увійшли до зазначеного фактору, на відміну від інших, які описують віру у паранормальні явища, характеризують архаїчні форми уявлень про потойбічний світ, яким відповідає містичний компонент релігійного світогляду.

Четвертий фактор характеризується поєднанням моральної орієнтації на добро, альтруїстичних та моральних цінностей, уявленням про релігію як взірць моральних норм. Фактор був названий «Моральна спрямованість». Отже, поряд з власне релігійними проявами у структурі світогляду особистості визначається окремий моральний компонент, що пов'язує моральні цінності, альтруїзм, спрямованість на добро як провідну чесноту та релігійні орієнтації як спосіб морального образу життя.

П'ятий фактор представлений інтересом до псевдонауки, вірою у пси-здібності, спіритизм та екстраординарні форми життя. Фактор був названий «Езотеричні погляди і переконання», оскільки до його структури також як у «містичний» фактор входять показники віри у паранормальні явища, втім на відміну від вищезгаданого фактору такі параметри, як інтерес до псевдонауки, віра у пси-здібності, спіритизм та екстраординарні форми життя на противагу вірі у магію та чаклунство більшою мірою відповідають езотеричній, а не містичній орієнтації релігійного світогляду.

Шостий фактор представлений схильністю до ідеалістичної філософії, пошуком підтримки і розради в релігії, східною світоглядною орієнтацією. Фактор був названий «Ідеалістичні філософські погляди». Психологічний зміст зазначеного фактору розкриває переконаність у існуванні вищих сил, людської душі, космічної енергії тощо, передбачає віру у Бога, сумніви у матеріальному трактуванні буття.

Отримана емпірична структура релігійного світогляду відповідає представлений у нашому дослідженні теоретичній моделі і розкриває її змістовні компоненти – віру у вищі сили (переконаність у існуванні Бога), релігійні цінності, містичні та езотеричні погляди, вірування та переконання, моральну спрямованість та ідеалістичні філософські погляди.

Список використаних джерел

1. Балл Г. А. Противоречит ли материалистическое мировоззрение религиозному? / Г. А. Балл // Психология в радиогуманистической перспективе: Избранные психологические труды. – К. : Изд-во Основа, 2006. – С. 31-52.
2. Басанова Т. А. О мировоззрении личности: научные представления / Т. А. Басанова // Известия ТРТУ. Тематический выпуск «Психология и педагогика». – Таганрог: Изд-во ТРТУ, 2006. N 14 (69). – С. 86-91.
3. Большая психологическая энциклопедия / автор. коллектив : А. Б. Альмуханова, Е. С. Гладкова, Е. В. Есина, Е. Г. Имашева. – М. : Эксмо, 2007. – 544 с.
4. Гіптерс З. В. Культурологія : словник-довідник / З. В. Гіптерс. – К. : УБС НБУ, 2008. – С. 318.
5. Григорьев Д. С. Адаптация и валидизация шкалы веры в паранормальное / Д. С. Григорьев // Социальная психология и общество. – 2015. – Т.6, № 2. – С. 132-145.
6. Кондаков Н. И. Логический словарь-справочник / отв. редактор доктор философских наук, профессор Д. П. Горский. М. : Наука, 1975. С. 352.
7. Кривега Л. Д. Мировоззренческие ориентации личности в условиях трансформации общества / Л. В. Кривега. – Запорожье : ЗГУ, 1998. – 202 с.
8. Кузнецов О. І. Психодіагностика термінальних і інструментальних духовних цінностей / О. І. Кузнецов // Вісник ХНПУ ім. Г. С. Сковороди. Психологія. – Харків: ХНПУ, 2018. – Вип.58.– С. 92-104.
9. Культурологія : енциклопедичний словник / за ред. д-ра філос. наук, проф. В. П. Мельника. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2013. – 508 с.
10. Леонтьев Д. А. Мировоззрение как миф и мировоззрение как деятельность / Д. А. Леонтьев // Менталитет и коммуникативная среда в транзитивном обществе. – Томск: Томский государственный университет, 2004. – С. 11-29.

11. Леонтьев Д. А. Картина мира, мировоззрение и определение неопределенного / Д. А. Леонтьев, А. Н. Моспан // Мир психологии. 2017, № 2 (90). – С. 12-19.
12. Мягков И. Ф. Тест «Психологический анализ уровня индивидуальной религиозности» / И. Ф. Мягков, Ю. В. Щербатых, М. С. Кравцова // Психологический журнал. – 1996. – Т.10, № 6. – С. 120-122.
13. Овчинников В. С. Мировоззрение как явление духовной жизни общества (опыт анализа понятий) / В. С. Овчинников. – Ленинград: Издательство Ленинградского университета, 1978. – 100 с.
14. Олпорт Г. Становление личности : избр. тр. / Г. Олпорт. – М. : Смысл, 2002. – 148 с.
15. Попов Л. М. Добро и зло в этической психологии личности / Л. М. Попов, О. Ю. Голубева, П. Н. Устин. – М.: Когито-Центр, 2008. – 320 с.
16. Причепій Є. М. Філософія : підручник для студентів вищих навчальних закладів / Є. М. Причепій, А. М. Черній, Л. А. Чекаль. – К. : Академвидав, 2006. 592 с.
17. Психологічна енциклопедія / автор-упорядник О. М. Степанов. – К. : Академвидав, 2006. – 424 с.
18. Смирнов Д. О. Описание процедуры стандартизации психометрической методики «Опросник религиозной активности» / Д. О. Смирнов // Научный психологический журнал. – 1999. – № 1–2. – С. 159–172.
19. Сокульський А. Л. Культурологія : словник-довідник / А. Л. Сокульський. – Запоріжжя : ГУ “ЗІДМУ”, 2006. – 292 с.
20. Спиркин А. Г. Философия / А. Г. Спиркин. М. : Гардарики, 2000. – 816 с.
21. Тітов І. Г. Місце та роль світогляду в структурі свідомості / І. Г. Тітов // Психологія і особистість. 2015. №2 (8). Частина 1. – С.45-57.
22. Тітов І. Г. Психологія світогляду: особистісний контекст / І. Г. Тітов // Психологія і особистість. 2017. № 1 (11). – С. 13-24.
23. Философия : энциклопедический словарь / под ред. А. А. Ивина. – М. : Гардирики, 2006. – 1072 с.
24. Философский энциклопедический словарь / ред.кол. : С. С. Аверинцев, Э. А. Араб-Оглы, Л. Ф. Ильичев и др. 2-е изд. – М.: Сов. Энциклопедия, 1989. – 815 с.
25. Фрейд, З. Введение в психоанализ: лекции / З. Фрейд. М. : Наука, 1989. 456 с.
26. Хачатурова Х. М. Етнопсихологічні особливості світогляду як чинника адаптації іноземних студентів до нового культурного середовища / Х М. Хачатурова // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. 2012. 44(1) – С. 239-245.
27. Хмелько В. Е. Світогляд особи: психологічна структура і функції / В. Е. Хмелько // Філософська думка. 1977. № 3. – С. 30-38.

28. Шадських Ю. Г. Психологія: короткий навчальний словник: терміни і поняття / Ю. Г. Шадських, В. М. Піча. – Львів : Магнолія 2006, 2008. – 276 с.
29. Шапар В. Б. Психологічний тлумачний словник / В. Б. Шапар. – Х. : Прапор, 2004. 640 с.
30. Швалб Ю. М. Соціально-психологічні засади становлення екологічно орієнтованого способу життя особистості : монографія / Ю. М. Швалб, О. Л. Вернік, О. О. Вовчик-Блакитна, О. В. Рудоміно-Дусятська. – К. : Педагогічна думка, 2015. – С. 16-44.
31. Эриксон Э. Молодой Лютер: Психоаналитическое историческое исследование / Э. Эриксон. – М. : Медиум, 1996. – 506 с.
32. Ярмол Л. В. Співвідношення понять світогляду та поглядів людини: теоретико-правові аспекти / Л. В. Ярмол // Вісник Національного університету «Львівська політехніка». Збірник наукових праць, Серія: Юридичні науки, – Львів : Видавництво Львівської політехніки, 2016. №837. – С. 383-389.
33. Jung C. G. Psychotherapy and a philosophy of life. The collected works of C. G. Jung. – N. Y., 1954. Vol. 16. P. 76-83.
34. Kuznetsov O. I. Psychological assessment of spiritual values of personality / O. I. Kuznetsov // Вісник ХНПУ ім. Г. С. Сковороди. Психологія. – Харків: ХНПУ, 2018. – Вип.59.– С.165-173.
35. Maddi S. R. Developmental Value of Fear of Death / S. R. Maddi // The Journal of Mind and Behavior. 1980. Vol. 1, № 1. – P. 85-92.
36. Tomkins S. S. Script theory : Differential magnification of affects. Nebraska Symposium on Motivation / ed. by H. E. Howe, Jr., R. A. Dienstbier. Lincoln, 1978. Vol. 26. P. 201-236.

1.6

ВОЛЯ ЯК ПСИХОЛОГІЧНИЙ МЕХАНІЗМ САМОІДЕНТИЧНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

Швалб Ю.М.

1. Рефлексія ситуації

Проблема волі якось непомітно зникла із психологічного дискурсу й наукових досліджень, і залишилася тільки розділом у підручниках по загальній психології. Тема, надзвичайно гостра й обговорювана наприкінці ХІХ-го століття (Т. Рибо, Г. Эббингауз, В. Вундт, У. Джемс і т.д.) у ХХ-ому почала «сходити нанівець», а з 50-х р.р. взагалі практично перестала обговорюватися. У загальній психології вона була заміщена проблемою мотивації поведінки, у психології діяльності – проблемою довільної

регуляції, у психології особистості – проблемою якостей, у віковій психології – проблемою становлення довільності в дошкільному віці, а з педагогічної психології вона й зовсім зникла. Поняття волі було фактично виключено з психології, бо це єдина психологічна функція, яка принципово «не влізає» ні в які механістичні моделі психічного.

Відмітимо, що в понятійному апараті теорії діяльності О. Леонтьєва та у системо-мислєдїяльнїсній концепції Г. Щєдровицького поняття волі взагалі відсутнє. У вітчизняній психології воля надовго була заміщена «наполегливістю» і «цілеспрямованістю». І у наших власних багаторічних дослідженнях із проблеми цілепокладання воля, на жаль, також була відсутня.

Може, воля виявилася псевдо проблемою? Може, звертання до волі в нашому повсякденному житті й свідомості є просто відгомонам уже нікому не потрібних філософських концепцій? Може бути. Але щось усередині моєї власної професійної свідомості не дає мені можливість так відповісти на свої власні питання.

Для мене входження в проблематику волі почалося років 10 назад, коли почав розробляти тему свідомості й зіштовхнувся з тим, що надзвичайно шановані мною В. Бехтерєв і О. Генісаретський розглядають свідомість у єдності з волею. В. Бехтерєв прямо затверджує, що усвідомлення безпосередньо пов'язано із волінням, що усвідомлення здійснюється «в і через» акт воління, а О. Генісаретський поняття свідомості й волі вживає як певну цілісну єдність «Свідомість/Воля». Потім аналогічні ходи виявились у роботах Х. Ортеги-І-Гассета й О. Лосєва. Але досить довго ця зв'язка залишалася для мене незрозумілим конструктом, який ніяк не зв'язувався з реальними психологічними дослідженнями.

Друга ключова точка – «прорив» у тематику – відбувся близько 5 років тому, коли постало завдання узагальнення накопиченої великої кількості емпіричного матеріалу по соціальному проектуванню й розвитку локальних спільнот. У ході розробки моделі соціального проектування виникла необхідність чіткого розрізнення **адміністративного свавілля** й **управлінської волі**, як двох протилежних сил, зіткнення яких і визначає специфіку розгортання соціальних інновацій. Управлінська воля прямо протистоїть адміністративному свавіллю й виникає вона тільки в той момент, коли керівник виходить із чисто функціональної позиції, відповідної до

займаної посади, і входить у позицію проектування й розвитку спільноти.

Третя значима точка пов'язана з розробкою тематики соціалізації й ресоціалізації особистості, що виникла в рамках загальної проблематики психології соціальної роботи. У ході багаторічних теоретичних і емпіричних досліджень¹ було показано, що ефективність процесу соціалізації особистості визначається, переважним чином, **мотиваційними** компонентами соціальних відносин індивіда, а ефективність ресоціалізації визначається винятково **силою волі й ступенем особистісної рішучості** індивіда на зміну власного життя². Сьогодні ми можемо однозначно затверджувати, що незалежно від причин десоціалізації особистості (інвалідизація, тяжке захворювання, поранення, участь у бойових діях, вимушене переселення, відбуття терміну покарання в місцях позбавлення волі і т.і.) процес ресоціалізації здійснюється тільки як вольова дія самого суб'єкта.

Четвертий момент пов'язаний із проведенням дослідницької організаційно-діяльнсної гри «Прийняття рішень» у лютому 2014 року в рамках нашої психологічної школи «Психологія сучасного способу життя»³. На початку ОДГ всі учасники висловили своє тверде переконання, що вони по життю постійно приймають рішення, в основі яких лежать ті або інші їхні бажання або потреби. Однак у ході роботи виявилася дивна обставина: учасники легко й швидко формулюють певні рішення, але протягом усіх п'яти днів жодне із цих рішень не було реалізовано навіть в умовному, ігровому просторі. Протиріччя в інтересах учасників і орієнтація кожної робочої групи тільки на реалізацію свого рішення стало непереборною перешкодою в їхніх взаємодіях. Рефлексивний післяігровий аналіз привів нас до парадоксального висновку, що високий рівень **умотивованості** учасників привів до актуалізації впертості, орієнтації тільки «на себе» і розгортанню «комунальних» конфліктів і при цьому блокувалася навіть потенційна можливість прояву **волі** в реалізації рішень.

¹ Під моїм керівництвом по даній проблематиці захищено три кандидатські дисертації (Л. Варава, Л. Тищенко, В. Шкуро) і низка дипломних робіт бакалаврського та магістерського рівнів.

² Обґрунтування і розгортка цієї тези міститься у новому підручнику «Психологія соціальної роботи», написаний колективом нашої кафедри соціальної роботи КНУ імені Тараса Шевченка в 2013 р.

³ В розробці і проведенні ОДГ приймали участь: керівник гри – Ю. М. Швалб, методолог – С. В. Дідковський, ігротехніки – О. В. Чуйко, В. С. Романова, А. І. Рудська, О. Г. Скляр.

2. Організація й метод дослідження

Зазначені чотири «точки» професійного руху спонукали нас організувати спеціальне обговорення проблеми волі, яке було здійснено в травні 2014 р. у формі науково-дослідного семінару⁴. Робота семінару будувалася у формі міні-ОДГ з обов'язковим дотриманням принципів позиційності, проблематизації, групової миследіяльності, рефлексивності й схематизації.

Високий професійний рівень учасників дозволив зняти «підручникову» частину обговорення проблеми волі як загальновідому, тобто уникнути обговорення історично усталених концепцій, а почати безпосередньо із точок проблематизації. У якості вихідних питань для обговорення учасникам були запропоновані наступні тематизми:

1. Самореалізація особистості як прояв волі;
2. Воля й свавілля: межі особистості;
3. Між волею й упертістю: грані сили;
4. Прагну-Можу-Буду: від бажання до воління,

У ході роботи, звичайно ж, тематизми якимось трансформувалися – мінялася їхня наповненість і виникали нові, але в даному контексті ми не будемо докладно викладати хід гри, а зупинимось тільки на деяких результатах.

3. Результати

3.1. Перша значима понятійна зв'язка виникла під час обговорення співвідношення волі й мотивації. Традиційне уявлення, що воля здійснює функцію підтримки мотивації при виникненні перешкод, виявилось неспроможним. У ході групової роботи нам не вдалося показати жодного факту, який підтверджував би цю традиційну тезу. При аналізі мотиваційної структури діяльності нами була побудована модель, яка, на наш погляд, досить повно відбиває всі можливі мотиваційні підстави, що забезпечують рух індивіда до необхідного результату, зафіксованого в його свідомості у формі мети.

Нами були розглянуті й зведені в єдину схему наступні види мотивації:

1. Потребнісні стани, виражені в опредмечених бажаннях і хотіннях, які в суб'єктивному плані відповідають питанню «Чому?» індивід щось буде робити;

⁴ В семінарі взяли участь: д.п.н. Горбань Г. О., д.п.н. Львовичкіна А. М., д.п.н. Максимова Н. Ю., к.п.н. Романова В. С., к.п.н. Яновська С. Г., к.с.н. Люта Л. П., Андрущак М. Ю., Дідковський С. В., Невойт Т. В., Тищенко Т. В.

2. Стратегічні наміри, що розкривають суб'єкту потенційне значення очікуваного результату для майбутньої життєдіяльності, які в суб'єктивному плані відповідають питанню «Навіщо?» індивід щось буде робити;
3. Ігрова мотивація, спрямована на отримання задоволення від самого процесу роблення;
4. Непрагматичні інтереси до одержання результату як такого, включаючи сюди всі види пізнавальної й наукової мотивації;
5. Соціальна мотивація, виражена у формі групових очікувань, групового тиску та у формі засвоєних соціальних установок і стереотипів.

Парадокс полягає в тому, що наявність будь-якого виду мотивації робить наявність волі не потрібним й навіть зайвим – дія й так буде здійснена. Більше того, недолік або ослаблення мотивації одного виду може бути компенсоване тільки за рахунок посилення мотивації іншого виду, але ніяк не за рахунок волі.

У ході групового обговорення ми дійшли висновку, що **необхідність у волі виникає тільки тоді, коли вичерпана вся мотивація до здійснення дії**. Тільки в цьому випадку виникає особлива необхідність самоствердження індивідом самого себе як здатного щось зробити поза й крім усіляких зовнішніх або внутрішніх стимулів. Необхідність доказу самому собі наявності власної здатності здійснення дії і є вихідна ситуація вольового акту дії.

Суттєво, що будь-яка мотивація створює для індивіда певну доцільність і раціональність здійснюваної дії. Саме тому, у повсякденному житті при відсутності або вичерпанні мотивації ми або не починаємо, або припиняємо діяти⁵. Воля, якимось чином, «знімає» для індивіда проблему прийняття рішень і вибору, і затверджує необхідність дії поза всякою доцільністю й раціональністю, змушуючи діяти всупереч «здоровому глузду» і «голосу розуму». У вольовому акті індивід повністю ідентифікується й зливається із самою дією й майбутнім результатом – особистість «стягується», концентрується в точці здійснюваної дії, самовизначаючись цією дією. На рівні повсякденної свідомості ця ситуація дуже точно відбивається у формулі: «Я буду не Я, якщо не зроблю цього». Структуру такої дії можна зафіксувати у схемі (рис. 1).

⁵ У даному контексті ми не розглядали численні варіанти різноманітних імпульсивних чи стереотипізованих дій.

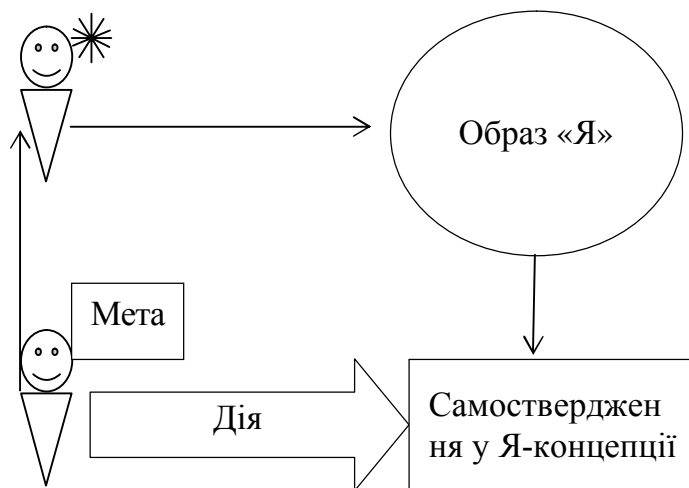


Рис. 1. Воля як самоствердження особистості

Така схематизація дозволяє виявити ще декілька особливостей вольової дії. По-перше, розгортання вольової дії передбачає наявність усвідомлюваної і значущої для індивіда мети певної діяльності, як визначає розгортку конкретної системи предметних дій. По-друге, має відбутися специфічний «зсув» з виконання дії на рефлексивне встановлення значення цієї дії для образу «Я» особистості. По-третє, принципово змінюється сенс виконання дії – отримання предметного результату, відповідного початковій меті, втрачає своє вихідне значення, а дійсною метою стає утвердження власної спроможності і здатності реалізувати дану дію. Тобто реальним результатом стає утворення стійкого психологічного конструкту «Я-здатний / спроможний», який стає структурним компонентом Я-концепції особистості.

Таким чином, у вольовому акті вся складність мотиваційної структури дії трансформується й «згортається» у конструкт самоствердження й установлення самоідентичності. Можна казати про те, що у вольовій дії відбувається специфічний смисловий зсув з отримання предметного результату на самоствердження.

Ми увесь час розглядали волю в ситуації дефіциту мотивації. Очевидно, це тільки частина й, напевно, не сама значима для розуміння волі. На особистісному рівні воля проявляється не стільки в активації дії в невмотивованій ситуації, скільки в зупинці сильно мотивованого поведінки. Коли дії й поведінкові акти під тиском дуже високого рівня (сили) емоційно-мотиваційного стану починають здійснюватися як «природні», як «самі по собі», виникає необхідність їх зупинки й раціонального, розумного осмислення ситуації й власних завдань дії в них. Іншими словами, воля

зупиняє природно-імпульсивні дії⁶ й запускає мислення. Очевидно, саме це мав на увазі І. Сеченов, коли стверджував, що мислення здійснюється як умовний рефлекс із загальмованим кінцем, тобто як такий психічний процес, який запускається природно-стихійними механізмами, але здійснюється тільки за умови їх повної зупинки.

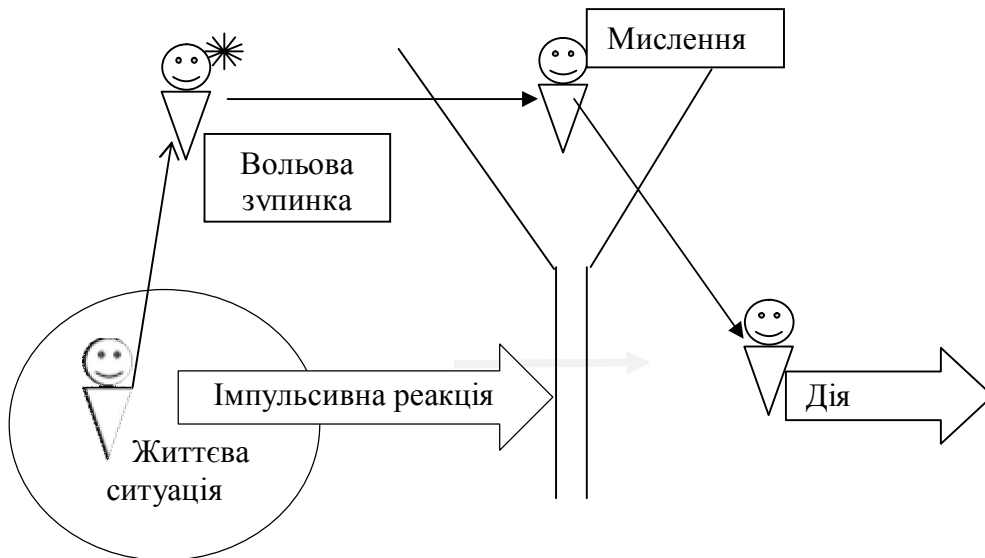


Рис.2. Воля як припинення імпульсивних реакцій

Таким чином, ми можемо розглядати волю як внутрішній психологічний механізм запуску процесів мислення, хоча воля при цьому не є механізмом самого мислення. Фактично воля є умовою (внутрішнім механізмом) довільності дії, тобто такої дії, яка дозволяє зупинити природно-імпульсивні реакції на ситуацію й будувати поведінку на певних ціннісно-раціональних підставах.

У суб'єктивному просторі цей вид волі традиційно описується як «самовладання», як здатність «зберігати ясність розуму», «не втрачати самовладання» і т.д. У різних соціокультурних практиках надавалося дуже велике значення розвитку цієї здатності. Так у всіх практиках виховання елітарних керівників ця здатність вважалася однією із ключових. Абсолютно у всіх школах бойових мистецтв самовладання є вихідною точкою виховання й навчання бійця. У християнській релігійній традиції чернецтва «цілковите самовладання» вважається базовою умовою подолання «заклику

⁶ Мова не йде про те, що імпульсивні реакції погані чи гарні самі по собі. Точно так само, ми не обговорюємо якість раціонально прийнятих рішень. Йдеться тільки про зміст психологічних механізмів, що регулюють той чи інший «режим роботи» психіки.

плоті» і протистояння «диявольським спокусам». У буддійських і індуїстських школах збереження «ясності розуму» є однією з базових умов досягнення стану «чистої свідомості», «нірвани» або «Будди».

Проведений аналіз показує, що на індивідному рівні воля виконує дві взаємододаткові функції:

- з одного боку, воля дозволяє індивідові діяти в ситуаціях відсутності мотивації, коли досягнення цільового результату стає актом самоствердження особистості.
- з іншого боку, воля дозволяє індивідові зупиняти емоційно-мотивовані імпульсивні реакції на фактори ситуації, і включати рефлексивне мислення для аналізу ситуації й прийняття ціннісно й раціонально обґрунтованих рішень.

Ці дві функції дійсно взаємно доповнюють одна одну й у своїй єдності утворюють цілісний системний механізм, що забезпечує здатність індивіда діяти незалежно від зовнішніх або внутрішніх обставин, затверджуючи себе як особистість у самій по собі дії. Метафорично виражаючись, воля не робить людину вільною від обставин, воля дозволяє людині стати вище будь-яких обставин, роблячи її самоідентичною і самодостатньою.

Це дозволяє сформулювати перше понятійне визначення волі. **Воля – це психологічний механізм утвердження свого «Я» у структурі самоідентичності особистості.**

Таке розуміння волі дозволяє повернутися до проблеми мотивації вже на зовсім іншому рівні – на рівні власне особистісному, де центральне місце має посідати процес утворення і ствердження самоідентичності особистості. Стосовно цього процесу ми будемо використовувати термін **мотиватори**, який можна застосовувати відносно цілісних стильових характеристик особистості на рівні життя й життєдіяльності, які неможливо звести до єдиного поняття мотивації, прийнятому в класичній психології⁷.

Проведений із цього погляду аналіз мотиваційної структури життєдіяльності дозволяє виділити два базові параметри, на підставі яких, як нам представляється, можна будувати типологію мотиваторів.

Перший параметр задається **джерелом активності особистості**, який можна представити як біполярну вісь, де:

⁷ Поняття мотиву стосовно цілісної життєдіяльності можливо використовувати тільки у форматі художньо-музичної метафори, типу «лейтмотив всього його життя».

– один полюс утворюють усілякі **предметності**, які так чи інакше задовольняють потреби індивіда, тобто як потребнісні стани особи, виражені в опредмечених бажаннях і хотіннях, другий полюс утворюють **особистісні інтенції**, виражені в мріях, проектах, життєвих принципах і базових ідеях, що розкривають суб'єктові потенційне значення майбутньої життєдіяльності (див. рис. 3).

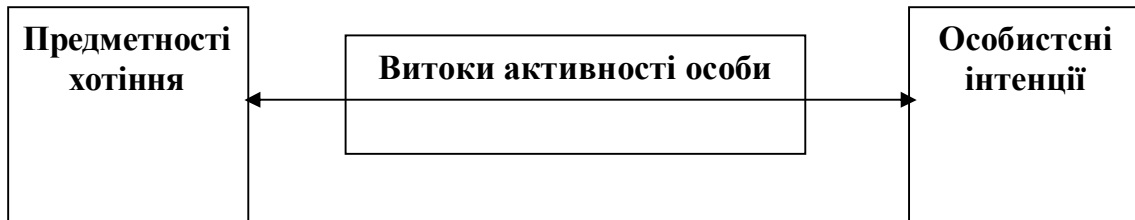


Рис. 3. Параметр «джерела активності»

Другий параметр задається **формою представленості мотиваторів у свідомості** індивідів. Його також можна представити як біполярну вісь, де:

- один полюс утворюють усілякі **приписи**, виражені в прийнятих індивідом соціальних установках і очікуваннях, нормах і правилах організації життя;
- другий полюс утворює **особистісна спонтанність**, виражена в інтересах і пристрастях особистості (див. рис. 4).

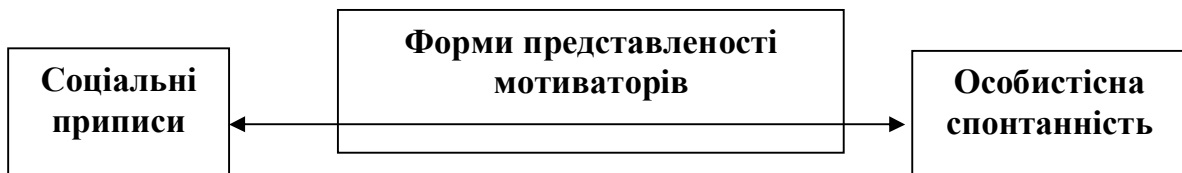


Рис. 4. Параметр «форми представленості мотиваторів у свідомості»

Утворення цієї системи як особистісної цілісності здійснюється, на наш погляд, за рахунок дії особливого психологічного механізму, який можна позначити як **прагнення до ствердження самоїдентичності особистості**. На рівні повсякденної свідомості воно виражається у формулі: «Я прагну бути таким, який я є» (або «Приймайте мене таким, яким я є»), а на рівні життєдіяльності у твердженні необхідності «Знайти себе й прямувати до себе» (див. рис. 5).

Таким чином, ми вважаємо, що у масштабі життєдіяльності системотвірним мотиватором виступає прагнення до самоїдентичності, що, власне, й робить особистість суб'єктом її здійснення. Як відомо,

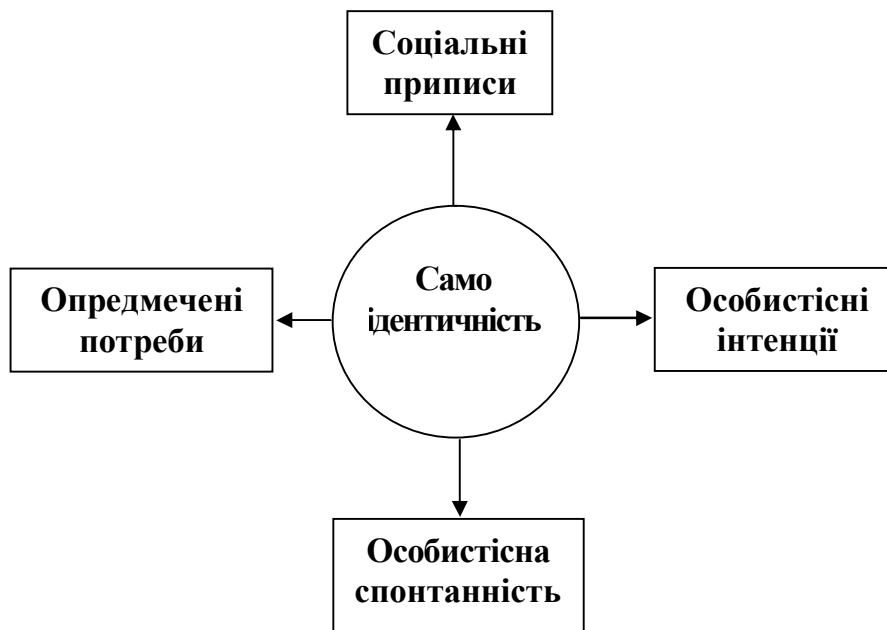


Рис. 5. Модель структури мотиваторів у просторі життєдіяльності особистості

самоідентичність є водночас і стійким особистісним утворенням, вираженим у Я-концепції, і динамічним конструктом, який детермінує змінювання самої особистості. Вона утворюється протягом життя та може змінюватися за рахунок двох психологічних механізмів: чи шляхом стихійного накопичення особистісних змін, що усвідомлюється рефлексивно пост-фактум, чи шляхом самопроектування, через бажання «стати іншим». Суб'єктивне утвердження самоідентичності у кожному конкретному акті життєдіяльності також може здійснюватися двома шляхами: чи шляхом відстоювання наявної структури Я-концепції, чи шляхом прийняття нових власних ідентичностей.

Хоча проблема самоідентичності особистості є дуже складною і недостатньо вивченою у сучасній психології, ми можемо стверджувати доволі просту тезу: на рівні життєдіяльності особистості доводиться кожного разу знаходити і утверджувати власну ідентичність, тобто вирішувати особливу **задачу на самоідентичність**. Гіпотетично вирішення такої задачі є парним утворенням до вирішення «задачі на смисл»: якщо задача на смисл розкриває місце суб'єкта у системах життєвих відносин, то задача на самоідентичність розкриває суб'єкту місце відносин у структурі його особистості.

Інакше кажучи, задача на самоідентичність сама по собі не є мотиватором, але її вирішення дозволяє особистості **становитися суб'єктом вибору власних життєвих мотивів і набувати свободу відносно зовнішніх спонук життєвих обставин**.

3.2. Друга значима понятійна зв'язка виникла під час пленарного обговорення результатів роботи в групах. Виявилося, що волю можна й потрібно обговорювати не тільки як феномен індивідуальної дії, але й у принципово інших контекстах, а саме в організаційно-управлінському й комунікативному.

В організаційно-управлінському плані воля обговорювалася як особливий стан керування, коли виникає необхідність трансформації робочих процесів. Тобто в ситуаціях впровадження таких інновацій, які передбачають істотну зміну функціонала робочих місць і, відповідно, функціонування тих людей, які займають ці місця. Теорія й практика впровадження інновацій чітко фіксують той факт, що в організаціях будь-якого типу й рівня, такого роду інновації завжди зустрічають істотний опір співробітників, просто в силу того, що звичні й стандартизовані дії виконувати завжди легше, ніж освоювати нові форми й способи діяльності. Управлінська воля проявляється в здатності до подолання цього опору, в утвердженні інновації як нової реальності функціонування організації. Відсутність волі перетворює будь-яку інноваційну ідею в порожню декларацію, в імітацію нововведень.

Таким чином, **необхідною умовою й передумовою** прояву управлінської волі є наявність інноваційного проекту на зміну функціональних систем і процесів в організації, а **формою** її прояву стає здатність керівника до подолання природного опору організаційного середовища до нововведень (див. рис. 6).

Якщо взяти до уваги, що управління є необхідною психологічною складовою життєдіяльності в цілому, а не тільки компонентом інституціональних організацій, то отримане розуміння управлінської волі можна розширити на всі системи діяльності людини. Це дозволяє сформулювати друге понятійне визначення волі.

Воля – це здатність до утвердження необхідності зміни систем діяльності і способу життя соціальних груп, організацій і особистості.

3.3. Третій значимий вузол з'явився під час обговорення проблеми прояву волі в комунікації й спілкуванні. Усі учасники семінару відзначили, що на повсякденному рівні воля найбільше яскраво проявляється в міжособистісному спілкуванні, однак виявилося, що на теоретичному рівні наявні моделі комунікації не дозволяють «вписати» туди вольовий компонент.

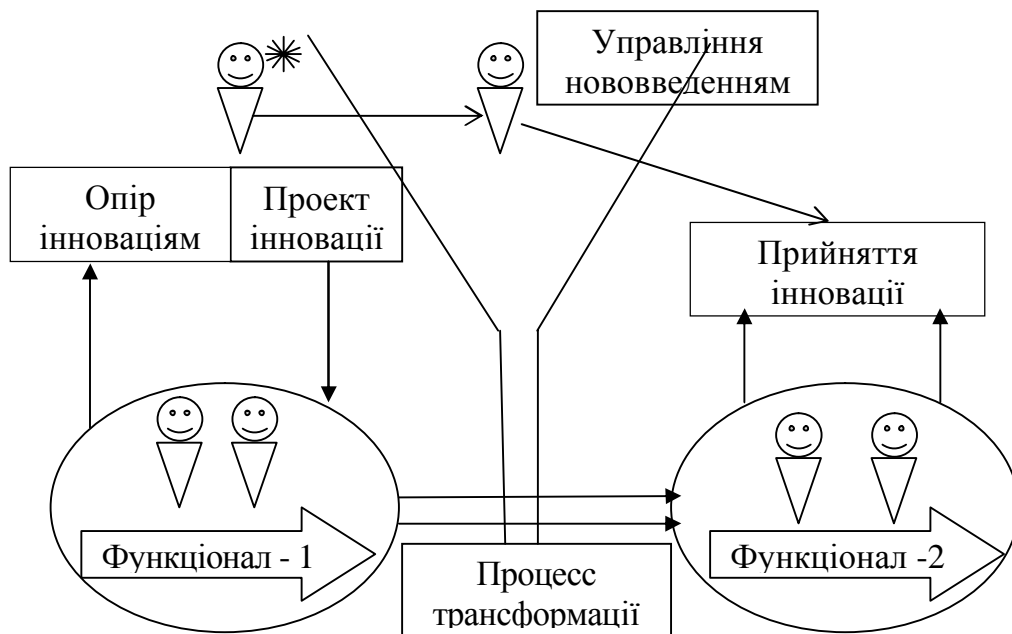


Рис. 6. Управлінська воля як утвердження інновації

У традиційних моделях комунікації й спілкування просто відсутнє таке структурно-функціональне місце, яке могло б бути заповнене поняттям волі.

У ході обговорення проблеми волі в комунікації ми дійшли висновку, що основним недоліком загальноприйнятих на сьогоднішній день моделей є їхня вихідна установка на «рівність» партнерів по комунікації. Усі моделі спілкування фіксують наявність двох комунікантів, двох зустрічних потоків тексту й двох рефлексивних відображень тих же комунікантів, де самі комуніканти взагалі ніяк не відрізняються один від іншого.

Ми знайшли тільки два виключення з цього правила. По-перше, це модель рефлексивних ігор у конфліктних взаємодіях, запропонована В. Лефевром. У відомій роботі «Конфліктуючі структури» він показує, що перемога в конфлікті дістається не тому, хто «сильніше» по ресурсах, а тому, хто створює більш загальну рефлексивну рамку простору розгортання конфлікту. По-друге, це достатньо численні роботи з проблеми асертивності та асертивної поведінки. Зазвичай асертивність трактується як здатність особистості самостійно регулювати власну поведінку і приймати за неї відповідальність, незалежно від соціального тиску та оцінок. Важливим показником асертивності є те, що особа не виявляє а ні пасивності, а ні агресивності у взаємодії з іншими.

У цих психологічних дослідженнях показано, що «рівність» комунікантів у процесах спілкування в реальності просто не існує, а наявні

відмінності носять, у першу чергу, позиційний характер. В одного з комунікантів завжди є якась актуальна ситуація, що вимагає вступу в спілкування, виражена в суб'єктивній необхідності (нестатку) і потребі в спілкуванні. Наявність такої потреби приводить до ряду принципово важливих наслідків. По-перше, носій цієї потреби повинен бути зафіксований як **ініціатор** комунікації. По-друге, в акті комунікації ініціатор завжди вирішує як мінімум два завдання: перше – ситуаційне (те, заради чого він вступає в комунікацію), друге – комунікативне (те, що він прагне сказати партнерові). По-третє, результатом комунікації є не текст або розуміння тексту, а зміна ситуації ініціатора за рахунок включення до неї іншої людини (партнера).

Партнер по комунікації (позиційно – той, хто **відповідає**) вихідним чином вирішує для себе одну значущу задачу («задачу на смисл» по термінології О. Леонтьєва): включатися чи ні в ситуацію ініціатора. Але, внаслідок того що із самого початку «картинки» майбутнього в ініціатора і відповідника різні, то завжди виникає проблема «втягування», включення партнера по комунікації в чужу (чужду) для нього ситуацію (див. рис. 7).

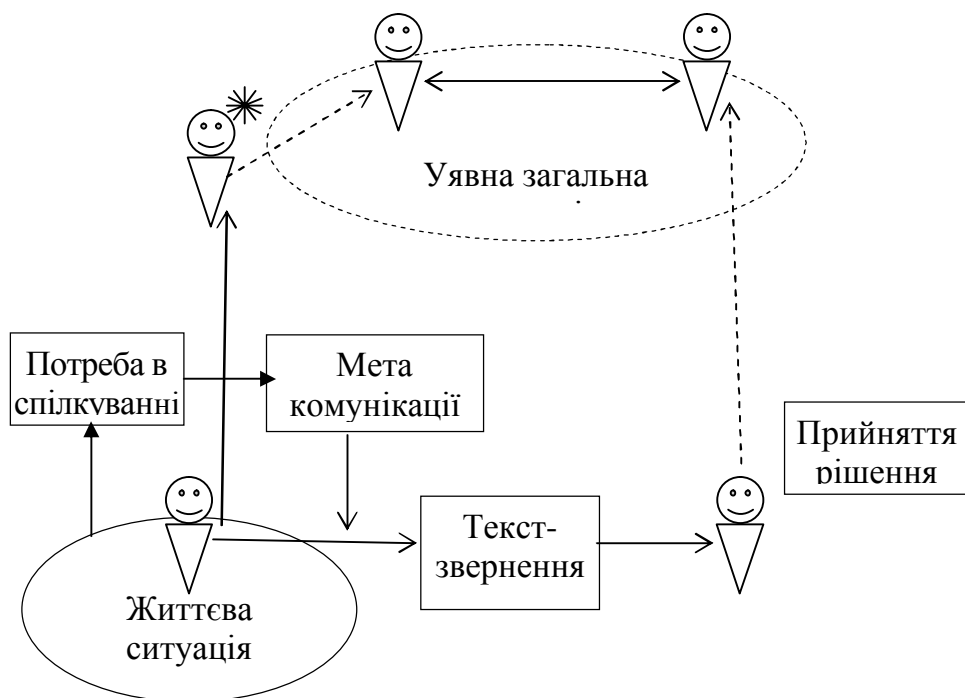


Рис. 7. Позиційна модель ситуаційного спілкування

Запропонована модель комунікації показує, що необхідність у волі виникає тільки на рефлексивному рівні, де відбувається зіткнення уявлень про бажану майбутню ситуацію. Тут, як нам представляється, лежить величезний шар психологічних проблем, пов'язаних зі співвідношенням

форм прояву волі й використовуваними комунікативними засобами: воля й вплив; воля й маніпулювання і т.д.

Окрім того, стає зрозумілим, що за цією моделлю у загальному комунікативному просторі є місце для виявлення волі обома партнерами по спілкуванню. Суттєво, що форми волевиявлення за позиціями мають принципово не співпадати. На боці ініціатора комунікації **воля – це здатність до включення інших людей у суб'єктивну модель розв'язку життєвих задач. А на боці відповідача воля виявляється в усвідомленому непримусовому прийнятті рішення про включення // невключення у спільну ситуацію.**

3.4. Четвертий значимий вузол з'явився під час обговорення співвідношення волі й розвитку особистості. Найбільш очевидний хід в обговоренні цього питання пов'язаний із психолого-педагогічним аспектом, тобто з питанням про виховання вольових якостей особистості. У класичних англійській й німецькій системах освіти, побудованих на концепції виховання, а не навчання, тема волі вважалася однією з основних⁸. На сьогодні ідея навчання фактично повністю витиснула ідею виховання й, відповідно, тема волі зникла й з педагогічної практики, і із психолого-педагогічного дискурсу.

У ході обговорення це питання було переведено в принципово іншу площину: функція волі в процесах самозміни й саморозвитку особистості. Ключовою точкою обговорення стала дискусія про природний або штучний характер процесів самозміни й саморозвитку особистості. Досить очевидно, що розвиток як такий в психології може розглядатися, і в більшості теорій⁹ розглядається, як природний процес, тобто як закономірний процес зміни стадій відповідно до якогось внутрішнього механізму змін. Автори при цьому спираються на ті варіанти загальносистемного підходу, де в якості еталона беруться системи органічного типу. Для органічних систем обов'язковою ознакою й умовою їх існування визнається наявність здатності до саморегуляції, самозміни й саморозвитку, як частини більш загальної здатності до адаптації в мінливих умовах середовища існування.

⁸ Історичний аналіз теми виховання волі, безумовно, представляє значний інтерес, але в умовах семінару він був тільки обозначений.

⁹ Виключення становить культурно-історична концепція Л. Виготського и деякі варіанти її розгортання, наприклад, концепція формування учбової діяльності В. Давидова і В. Репкіна.

Однак, розгляд розвитку й саморозвитку особистості в методології органічних систем правомірний тільки в рамках біологічного підходу. Якщо ж ми все-таки визнаємо соціальну й, тим більше, культурну сутність особистості, то біологічна рамка виявляється не більш ніж продуктивною метафорою, яка не дає повноцінної можливості побудови адекватних моделей розвитку. Людина, безумовно, є органічною системою, але, настільки ж безумовно, що розвиток і становлення особистості відбувається за законами, що далеко виходять за рамки законів розвитку органічного миру.

У якості методологічної альтернативи системно-біологічному підходу ми розглядали системо-діяльнісний підхід, а точніше, системо-місцедіяльнісний підхід, розроблений у школі Г. Щедровицького. У цьому підході розвиток особистості відбувається за рахунок механізмів трансляції й відтворення систем соціо-культурних норм і діяльностей, тобто як штучний процес. У загальнометодологічному плані штучний процес (Ш-Процес) визначається як такий, що не виникає й не існує сам по собі, а будується й здійснюється як цілеспрямована діяльність людей. У самому стислому виді штучний процес визначається як процес, механізм здійснення якого лежить за рамками самого цього процесу.

Розгорнення й деталізація цієї загальної схеми показує, що Ш-Процес має бути: замислений і спроектований; організований як сукупність функціональних місць і діяльностей; забезпечений необхідними ресурсами й засобами діяльності (предметними, технологічними й людськими). Його здійснення передбачає наявність особливої функції управління й контролю, тому що він не є саморегульовальним. Крім того, Ш-Процес завжди замислюється як цілеспрямована дія, тобто його здійснення передбачає виробництво якогось результату у вигляді продукту діяльності. Даний продукт повинен бути кимось ужитий або використаний, що й задає осмисленість усьому циклу розробки й здійснення Ш-Процесу.

Суттєво, що в соціальних і організаційних системах усі зазначені структурно-функціональні місця займають різні люди, що й фіксується в професійних, посадових і функціональних нормах. Але якщо уявити собі, що всі структурно-функціональні місця займає один і той самий індивід, то тоді цю схему можна трактувати як модель самозміни й саморозвитку особистості. Це означає, що індивід повинен:

- спроектувати якусь свою нову здатність (зайняти позицію самопроектування);
- організувати внутрішній процес її виникнення (зайняти позицію самоврядування й самоорганізації);
- своїми власними зусиллями створити нову психологічну функцію або здатність (зайняти функціональну позицію);
- ідентифікувати себе з новою здатністю як новою якістю власної особистості, самоствердитися в новій якості (зайняти позицію користувача нової власної якості).

Запропонована модель відображає принципову особливість процесів самозміни – самозмінювання завжди здійснюється тільки як вольовий і довільний акт, що не залежить ні від яких зовнішніх обставин життєдіяльності індивіда. Ця теза дозволяє дати четверте визначення волі. **Воля – це психологічний механізм ствердження власної особистості як здатної до самозмінювання.**

4. Загальні підсумки.

1. Воля, на сьогоднішній день, – це практично не досліджений шар проблем, що зачіпають самі різні галузі психології – загальну, соціальну, вікову психологію, психологію особистості, організацій, управління і т.д.
2. Очевидно, ми можемо стверджувати, що воля є не якістю або властивістю індивіда, а атрибутом особистості. Особистість не може відбутися й реалізуватися без волі й вольових зусиль.
3. Воля знімає й долає зовнішні детермінанти й внутрішні обмеження й виводить особистість у сферу потенційної свободи самореалізації, самозмінювання й саморозвитку. Воля, очевидно, є ключовим психологічним механізмом становлення самості особистості.
4. Тільки зараз стає зрозумілим справжній зміст вислову В. Бехтерева: «Немає жодного, навіть самого потаємного куточка нашого душевного життя, який не міг би стати предметом усвідомлення при достатньому волінні до цього».

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ФОРМУВАННЯ ГОТОВНОСТІ ДО ІННОВАЦІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

Щербак Т.І.

Успішне здійснення інноваційної діяльності багато в чому залежить від наявності психологічної готовності до неї. Слід зазначити, що сьогодні науку і практику більшою мірою цікавлять не стільки здібності і знання людини, скільки її потенціал і готовність до саморозвитку і самовизначення. Все гостріше відчувається необхідність теоретичного осмислення сутності інноваційної діяльності з огляду на те, що її реалізація потребує володіння знанням інноватики та окреслює нагальні завдання щодо готовності фахівця до інноваційних видів діяльності.

Першочергово, визначимо сутність поняття «готовність», яке широко використовується в психологічній і педагогічній літературі, хоча осмислюється різними авторами неоднозначно: як установка (Д. Узнадзе), наявність у суб'єкта певних здібностей (Б. Анан'єв), як комплекс особистісних властивостей (В. Крутецький), умова і регулятор діяльності (К. Платонов) і т. д. Серед вітчизняних психологічних робіт багато присвячено формуванню готовності до діяльності, зокрема управлінської (Л. Карамушка, О. Сафін та ін.), діяльності психолога (Л. Долинська, В. Панок та ін.) тощо.

Загалом поняття «готовність» розкривається як активно-діяльнісний стан особистості, установка щодо певної поведінки, мобілізованість сил на реалізацію завдання. Готовність особистості постає у якості складного, багаторівневого, різнопланового системного утворення особистісного спрямування, що передбачає наявність професійної майстерності та налаштованість на певний вид діяльності у фахівця [9, с.24].

Експлікація стану готовності людини до діяльності дозволяє розглядати його як комплекс необхідних і достатніх для успішного вирішення поставленого завдання елементів майбутньої дії. В цьому контексті готовність до діяльності є обов'язковою умовою як початку, так і ефективного її продовження. Цілісне осмислення інноваційних процесів і їх опанування суб'єктами діяльності вимагає розкриття сутності, структурних компонентів та критеріїв формування готовності до інноваційної діяльності.

У сучасній психологічній науці існує багато підходів до визначення структурних компонентів готовності до інноваційної діяльності. Змістовно схожими є погляди І. Домбровської та О. Ярославової, О. Белкіної щодо виділення структурних компонентів готовності як ознак її сформованості. Згідно з ними готовність до інноваційної діяльності структурно складається з:

- Мотиваційно-орієнтаційного компоненту, який визначає характер ставлення до інноваційної діяльності, потребу ефективно реалізовувати поставлені завдання.
- Змістовно-операційний компонент містить системні знання і уявлення про специфіку діяльності, необхідні вміння та навички її здійснення.
- Оцінно-рефлексивний компонент передбачає самооцінку своєї підготовленості та релевантності процесу вирішення професійних завдань поставленим цілям; навички і уміння аналізу інноваційних процесів, їх корекції, прогнозу розвитку [7, с. 64; 13, с. 96].

Трьома блоками постають структурні компоненти готовності до інноваційної діяльності в контексті підходів С. Вітвіцької, О. Гапановіч-Кайдалової, Є. Воропаєвої:

- 1) теоретичний, який включає базові знання про сучасні вимоги до результатів, інноваційні моделі і технології діяльності;
- 2) практичний, що містить вміння реалізовувати інноваційні технології, здатність до самоаналізу, узагальнення досвіду, вміння аналізувати і синтезувати власні досягнення [4, с. 75];
- 3) особистісний.

Окреслені підходи дозволяють холістично і структуровано поглянути на проблему готовності до інноваційної діяльності і репрезентувати її у єдності когнітивного (знання інновацій, способів їх застосування та ін.), афективного (позитивне ставлення до інновацій, емпатія, переважання позитивних емоцій у діяльності та ін.) і діяльнісного компонентів.

Про сформованість психологічної готовності до інноваційної діяльності свідчать рівні розвитку зазначених вище компонентів. Отже, вони постають як критерії сформованості готовності, а рівень готовності до інноваційної діяльності визначають завдяки ступеню їх вираженості.

Істотно різняться від представлених погляди Н. Клокар, яка інкорпорує компоненти готовності особистості до інноваційної діяльності у чотирьохрівневу структуру:

1. Репродуктивний рівень – діяльність ґрунтується на найбільш доцільних традиціях, звичних методиках, досвіді, рекомендаціях.

2. Репродуктивно-корегуючий рівень – діяльність спирається на аналіз досвіду, внесення коректив, удосконалення, модернізацію існуючих методик та досвіду згідно із завданнями. Для такої особистості характерними є прояви творчої уяви, інтелектуальної активності, асоціативного мислення.

3. Підґрунтям конструкторського рівня є власний досвід, високий рівень рефлексії, використання сучасних технологій, конструювання власних варіантів розв’язання проблем. Для такої особистості характерним є високо розвинена інтуїція, оригінальне мислення, креативність і здатність до прогнозування, планування та передбачення результатів діяльності на основі їх співставлення з прогнозом та проектом.

4. Новаторський рівень виявляється у креативних особистостей, здатних у новий спосіб долати проблемні ситуації, використовувати пошукові методи, комунікативно-діалогічні, дискусійні вміння, виявляти інтелектуальну активність, створювати авторські концепції та методики [8].

Цікавою видається рівнева композиція готовності до інноваційної діяльності О. Ярославової, О. Белкіної:

Високий рівень готовності до інноваційної діяльності характеризує:

- яскраво виражена стійка творча активність і продуктивність, що сприяє створенню відповідної атмосфери творчої, пошукової, інноваційної діяльності;
- опанування техніки організації і проведення дослідно-експериментальної роботи з метою визначення міри ефективності нововведення), що сприяє моделюванню нового досвіду, розробці інноваційних методик;
- вміння і здатність оцінювати власний, неповторний стиль діяльності, розробляти план, прогнозувати і проектувати інноваційну діяльність [13, с. 94-98].

Середній рівень готовності до інноваційної діяльності характеризує:

- орієнтація на опанування нових технологій, установка на творчу взаємодію з колегами, вміння визначати мету і задачі власної пошукової інноваційної діяльності;
- періодичність застосування знань та умінь у впровадженні інновацій, що не завжди приносить задоволення;

– рівень підготовки до інноваційної діяльності достатній, хоча, впевненість в її позитивному результаті відсутня.

Низький рівень готовності до інноваційної діяльності характеризує:

– відсутність чи слабка вираженість творчої спрямованості, несформованість мети діяльності, відсутність особистісно-значущого ставлення до пошукової діяльності;

– відсутність бажання приймати участь у пошуковій інноваційній діяльності;

– низька самооцінка власної підготовленості і невпевненість у позитивному результаті інноваційної діяльності.

На противагу рівневому постають підходи щодо готовності до інноваційної діяльності, в яких основою є тип ставлення до інновацій. Зокрема, п'ять таких типажів визначає Е. Роджерс [11]: 1) «новатори», які характеризуються прагненням випробувати будь-яке нововведення (космополітарна орієнтація); 2) «ранні реципієнти» – «лідери думок», що володіють великим особистим впливом та мають космополітарну орієнтацію; 3) «рання більшість» задіяна в процесі поширення нововведення; 4) «пізня більшість» сприймає нововведення лише після того, як його освоїть більшість інших членів соціальної системи; 5) «пізні реципієнти» - це люди з консервативною орієнтацією, схильні до відмови в освоєнні нововведення.

Також орієнтованим на тип спрямованості, але щодо впровадження є підхід до інноваційних технологій Ю. Неймера [10, с. 43], в межах якого виділено: консервативний, декларативний, коливаючийся, прогресивний типи. Серед них саме останній намагається знайти нові, більш ефективні способи реалізації мети; характеризується розвиненим почуттям нового, часто йде на розумний ризик, тобто виявляє сформовану готовність до інноваційної діяльності.

Виходячи із розглянутих підходів визначення рівнів готовності має відбуватися на основі двох базових аспектів: сприйняття пропозицій (активне або пасивне); ставлення до інноваційного процесу (позитивне чи негативне).

Отже, критерії в усіх зазначених нами підходах тісно пов'язані між собою і взаємообумовлені. Їх цілісність свідчить про розвиток тих особистісних і професійних якостей, які характеризують інноваційний потенціал. З огляду на співвідношення і ступінь прояву критеріїв і

показників сформованості готовності, визначають рівні готовності до інноваційної діяльності та умови її формування.

Термін «готовність» тісно пов'язаний з поняттям «підготовка», вони взаємозалежні і взаємообумовлені. Це пояснюється тим, що підготовка є не що інше, як формування готовності до інноваційної діяльності, система настанов, стійка орієнтація на її виконання, відтак готовність є психічним результатом підготовки.

З цією думкою узгоджується позиція В. Аكوпова, який визначає готовність як систему умов і факторів формування і розвитку готовності особистості до інноваційної діяльності. До основних належать об'єктивні і суб'єктивні. До об'єктивних умов автор відносить: 1) розгортання великого інноваційного циклу в політичній сфері; 2) існування великого інноваційного циклу в економічній сфері; 3) виникнення великого інноваційного циклу в соціальній сфері [1, с. 368-370].

До суб'єктивних же, тобто власне психологічних умов і факторів відносяться внутрішні та зовнішні психологічні фактори формування готовності до інноваційної діяльності.

До першої групи психологічних факторів і умов формування готовності до інноваційної діяльності належать наступні:

- 1) Активність – сприяє ефективному, перетворюючому ставленню людини до навколишнього світу.
- 2) Спрямованість на інноваційну діяльність, що фіксується в рівні схильності до впровадження нового, передового є найважливішою особистісною змінною, яка визначає позицію суб'єкта щодо нововведень. Зокрема, В. Сластьонін визначає у якості критерію готовності до інноваційної діяльності усвідомлення необхідності в інноваційній діяльності, готовності до творчої діяльності з нововведень [12, с. 147].
- 3) Індивідуально-типологічні особливості особистості органічно включені як найважливіший компонент і фактор розвитку. Зокрема, Н. Плахотнюк виділяє здатність до результативної високоінтелектуальної праці; схильність до пошукової активності і ініціативності; здатність орієнтуватися і адаптуватися в інноваційному просторі; лідерські якості.
- 4). Індивідуальний стиль діяльності – впливає на вибір індивідуально-своєрідної системи прийомів і способів інноваційної діяльності та на розподіл ролей її суб'єктів.

5). Установка на інноваційну діяльність у всіх своїх проявах прямо пов'язана зі ставленням до нововведення і з формуванням необхідних для його ефективності знань і умінь. Так, Є. Воропаєва, розглядаючи готовність до інноваційної діяльності, робить акцент на тому, що в когнітивному аспекті установка на інноваційну діяльність виявляється через: прагнення здобути нові необхідні знання, підвищити міру власної інформованості з питань інноватики з метою оволодіння фондом нових знань, необхідних для креативно-інноваційної діяльності [3, с. 64].

Отже, головним інтегративним компонентом психологічної структури готовності до інноваційної діяльності є позитивне до неї ставлення. У цій інтегративності проявляється глибинний зв'язок між рівнем знань і умінь та станом і якісною визначеністю інноваційної діяльності.

6). «Я-концепція» особистості суб'єкта інноваційної діяльності, будучи підсумковим продуктом самосвідомості, визначає позицію особистості щодо новації. Акцент робиться на тому, що саме позитивна Я-концепція, позитивне самоставлення – це одна з передумов успішної самореалізації особистості. Це проявляється в адекватній включеності суб'єкта в інноваційну діяльність, сприяючи розкриттю внутрішнього потенціалу.

7). Ціннісні орієнтації і ціннісні відношення – мотивують інноваційну діяльність і поведінку, оскільки орієнтація суб'єктів впровадження і прагнення до нововведення співвідносяться з цінностями, включеними в структуру особистості. Зокрема, прагнення до інноваційної діяльності часто поєднується з бажанням інтелектуального саморозвитку і самореалізації, особистісного і професійного зростання з метою досягнення успіху; потребою в творчому перетворенні навколишньої дійсності; особистим інтересом до пошуку нових способів і засобів розвитку власної особистості; інтересом до створення і використання авторських нововведень.

8). Здатність до творчої діяльності (креативність). Існують величезні труднощі при переході від традиційної діяльності до діяльності інноваційної, але наявність творчих компетенцій фахівця цьому сприяє. Така здатність формує гнучкість і зацікавленість (що забезпечує відкритість мислення і позитивне сприйняття нових, нетипових і оригінальних думок, як власних, так і інших людей), чутливість і спостережливість дозволяє фіксувати численні деталі, роль і значення яких

в інноваційній діяльності може виявитися досить значними). Отже, формуванню готовності до інноваційної діяльності сприяють розвинена уява, неординарність і самобутність мислення; здатність до продукування ідей як індивідуально, так і в комунікації з іншими людьми.

9). Інноваційно-важливі якості особистості: чесність, цілеспрямованість, витримка, прогресивність, рішучість, ініціативність, завзятість і наполегливість, орієнтація на ефективність та якість, залученість в робочі контакти, прагнення бути поінформованим, схильність до планування, спостережливість, здатність переконувати і встановлювати зв'язки, незалежність і самовпевненість, здатність організовувати і об'єднувати різні ресурси, багата інтуїція, ослаблене почуття небезпеки, невизнання бюрократичних процедур, самовпевненість, відданість ідеї.

10). Професіоналізм – забезпечує високий ступінь конгруентності знань, умінь і навичок в певній галузі.

11). Готовність до ризику – необхідна умова життєстійкості суспільства в цілому, продуктивності його членів, запорука стійкості особистості.

12). Мотивація до успіху – суб'єкти, мотивовані на успіх, надають перевагу завданням середньої або високої складності. Для них характерна упевненість в успішному результаті задуманого, рішучість в невизначених ситуаціях, схильність до розумного ризику, готовність приймати відповідальність, наполегливість у досягненні цілей, адекватний рівень домагань. Прагнення нового, впевненість у здатності виконати складні завдання стимулює особистість. Спланована у відповідності з цими закономірностями робота приносить внутрішнє задоволення, а це дуже сильний мотиваційний чинник, що стимулює до складнішої роботи, виконання інноваційної діяльності та впровадження новацій.

Формування і розвиток готовності до інноваційної діяльності забезпечується, окрім внутрішніх, і зовнішніми психологічними умовами і чинниками:

1). Спрямованість групової діяльності на соціально-значущі цілі впровадження – центральний компонент структури нововведень; орієнтованість на інтегративний результат, до якого прагне спільність індивідів (груповий суб'єкт інноваційної діяльності).

2). Груповий ціннісний стандарт (ініціатива, дія, співтворчість).

- 3). Сумісність членів групи.
- 4). Згуртованість членів групи створює умови для консолідації думок суб'єктів впровадження.
- 5). Позитивні міжособистісні відносини – дозволяють створити відчуття приналежності до групи, підтримки, розуміння і високого рівня соціальної взаємодії. Створення сприятливого соціально-психологічного клімату є «сукупною» умовою ефективності інноваційного процесу.
- 6). Організованість є фактором формування умінь групового суб'єкта впровадження, оптимального синтезу виконаної її членами роботи і забезпечення підсумкової доцільності інноваційної взаємодії.
- 7). Стимулювання творчої діяльності членів групи – створює середовище для розвитку відповідних задатків і здібностей.
- 8). Співпраця членів колективу виражається в наданні результативної допомоги, активності у досягненні загальних і групових цілей.
- 9). Удосконалення управління колективом сприяє постійному впровадженню інноваційних технологій.
- 10). Здійснення індивідуального і диференційованого підходу допомагає визначити особливості суб'єктів і предмета впровадження.
- 11). Стимулювання групової творчої діяльності – формує цілісність суб'єкта нововведення.

Умови формування готовності до творчої (інноваційної) праці також визначає і А. Деркач [5], зокрема, до них належать: самостійність і критичне засвоєння культури; активна участь у вирішенні суспільно-значущих завдань; цілеспрямований розвиток творчого потенціалу особистості – її психічних процесів.

Виходячи з наукових розвідок В. Долгова, формування готовності може реалізовуватися при створенні організаційних, організаційно-педагогічних, психологічних умов, при створенні певного освітнього простору або середовища [6, с. 19-20].

З приводу останньої зазначеної умови підкреслимо, що цілеспрямоване виховання і навчання є провідними чинниками становлення готовності до інноваційної діяльності особистості [14, с. 187]. Ціль його полягає у створенні сприятливого середовища, що надає можливості входження в дослідницьку діяльність. Останнє дозволить сформулювати необхідний рівень

мотивації, структурувати предметні знання, активізувати навички пошуку інформації та здійснити аналіз, продемонструвати здатність до ефективного вирішення конкретних задач; удосконалити уміння координувати роботу і виявляти творчу активність і самостійність.

Умови формування готовності до інноваційної діяльності пов'язують із її компонентами Е. Ярославова, О. Белкіна. Так, формуванню мотиваційно-орієнтаційного компоненту готовності до інноваційної діяльності сприятимуть такі умови [13, с. 93-98]:

1. особистісна значущість об'єкта і предмета його діяльності;
2. сформованість навички аналізу та прагнення активного вирішення нестандартних ситуацій, зацікавленість у освоєнні інновацій;
3. постійна орієнтація на інноваційну діяльність.

Умовами формування змістовно-операційного компоненту готовності до інноваційної діяльності постають:

1. продуктивна творчість, що охоплює творче переосмислення нововведень та адаптацію впроваджуваних концепцій і методик. В підтвердження знаходимо думку В. Сластьоніна, що саме креативність є основною характеристикою готовності до інноваційної діяльності [12].
2. прагнення оволодіти новими інформаційними і професійними методами і засобами діяльності;
3. набуття знань про сутність і структуру пошукової діяльності та опанування вміння оперувати ними в різних галузях інноваційної діяльності.

В межах формування оцінно-рефлексивного компоненту готовності до інноваційної діяльності виділяють за основні такі умови: формування навички самоконтролю та самооцінки, вміння об'єктивно співвідносити рівень розвинутості особистісних якостей, що забезпечують готовність до інноваційної діяльності.

Таким чином, одним із факторів успішного здійснення інноваційної діяльності є психологічна готовність, під якою розуміється особливий психічний стан як схильність суб'єкта орієнтувати свою діяльність певним чином. Критеріями визначення сформованості психологічної готовності до певних видів діяльності можуть бути рівні розвитку мотиваційного, орієнтаційного, операційного, вольового, оцінного компонентів. Реалізація об'єктивних і суб'єктивних психологічних умов є підґрунтям для формування готовності до інноваційної діяльності.

Виходячи з розглянутих теоретичних положень нами було проведено дослідження та здійснено первинний аналіз отриманих даних. Дослідження проводилося на базі Сумського державного педагогічного університету імені А.Макаренка. Експериментом було охоплено 30 студентів Інституту педагогіки і психології. Для вирішення поставлених завдань використано комплекс емпіричних методів: 1) Опитувальник інноваційної готовності (В. Пантелєєвої, Т. Книшевої); 2) Тест діагностики інноваційності суб'єкта М. Кіртон; 3) Методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса; 4) Опитувальник рефлексивності А. Карпова; 5) Методика діагностики ціннісних орієнтацій Ш. Шварца.

Інформативним для дослідження стало вивчення різних аспектів інноваційної готовності за допомогою опитувальника інноваційної готовності (В. Пантелєєвої, Т. Книшевої). Так, було визначено особливості емоційної, мотиваційної, когнітивної, особистісної, організаційної готовності. Відсоток респондентів, яким характерний високий рівень емоційної готовності (ЕГ) до участі в інноваційній діяльності становить п'яту частину (20%) вибірки. Цим досліджуванам характерний виражений інтерес до впровадження в свою працю нових технологій, прагнення освоювати нові способи виконання діяльності і готовність використовувати запропоновану перспективу перетворень. Переважаючи більшість опитаних виявила емоційну готовність до інновацій та їх впровадження на середньому рівні (43, 3%); 36, 7% студентів мають низький рівень емоційної готовності до інноваційної діяльності (рис. 1).

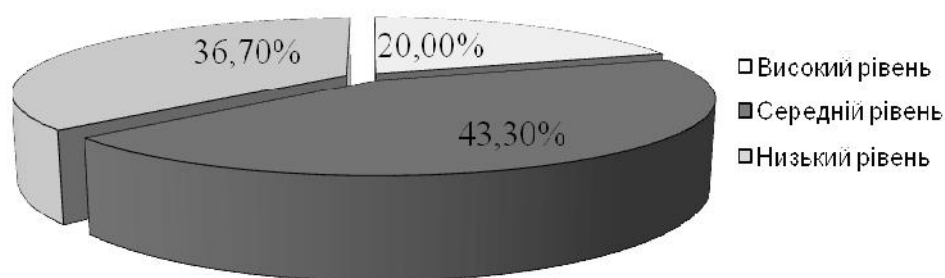


Рис.1 Показники емоційної готовності до інноваційної діяльності (за методикою В.В.Пантелєєвої, Т., П. Книшевої)

Проведений аналіз мотиваційної готовності також вказує на переважання серед опитаних студентів осіб з середнім рівнем даної готовності - 46, 7% (рис. 2).

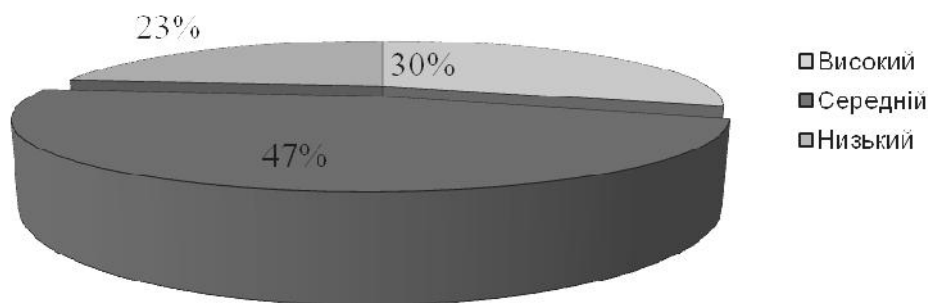


Рис.2 Показники мотиваційної готовності до інноваційної діяльності
(за методикою В.В.Пантелєєвої, Т., П. Книшевої)

Респондентів, у яких переважають внутрішні мотиви до участі в інноваціях і мотиви пов'язані з досягненням успіху, самореалізацією, задоволенням від процесу впровадження нововведень нараховується 30%. Для таких осіб інновації постають у якості додаткових можливостей самореалізації, за них та їх наслідки респонденти готові нести відповідальність. Мотиваційна готовність низького рівня спостерігається у 23,3% респондентів, у них відсутня внутрішня мотивація щодо впровадження інноваційної діяльності.

Виходячи із згрупованих за когнітивним компонентом даних більшість досліджених студентів (60%) здатні до розробки нового, володіють знаннями, необхідними для втілення інновацій в організаційний процес, знають яким чином здобути необхідну їм інформацію. Низький рівень когнітивної готовності до інноваційної діяльності властивий 26,7% опитаних, відтак, вони не мають необхідних для реалізації інновацій знань (рис. 3).

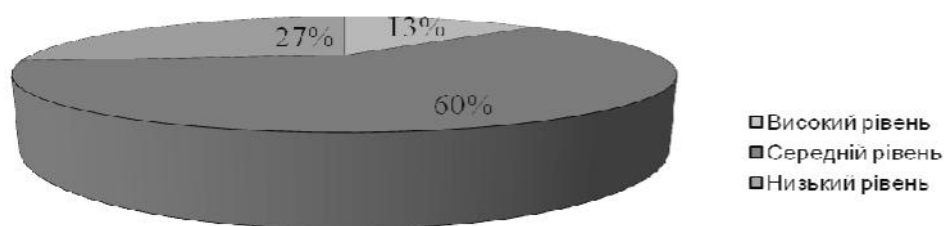


Рис.3 Показники когнітивної готовності до інноваційної діяльності
(за методикою В.В.Пантелєєвої, Т., П. Книшевої)

Відсоткове розподілення рівнів особистісної готовності свідчить про високу вираженість даної властивості у досліджуваних (23,3%). Особистісні особливості цих досліджуваних (впевненість в собі, помірна схильність до ризику, практичність, радикалізм, креативність) підвищують

ефективність інноваційної діяльності. Вони виявляють себе ефективно як організатори і керівники інноваційних проектів. Середньою мірою виражена ця готовність у половини опитаних. Особистісно не готовими до інноваційної діяльності є 26, 7% досліджених студентів (рис. 4).

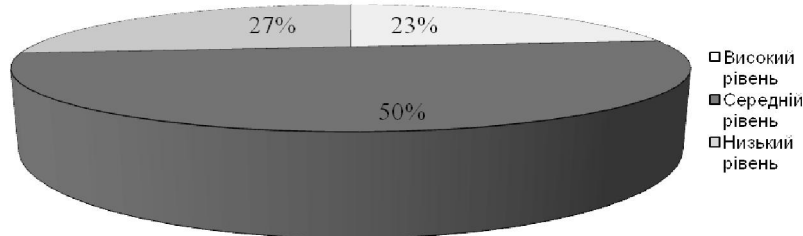


Рис. 4 Показники особистісної готовності до інноваційної діяльності (за методикою В.В.Пантелєєвої, Т., П. Книшевої)

Результатами дослідження встановлено, що найнижчими є показники компоненту організаційної готовності (ОГ), отже вдоволені створеними умовами 53, 3% респондентів. Середній рівень вияву даного показника мають 36, 7% досліджуваних, для них необхідні додаткові заходи у підтримці і впровадженні інновацій зі сторони керівника або інших осіб. 10% вибірки відзначаються високим рівнем організаційної готовності (рис. 5).

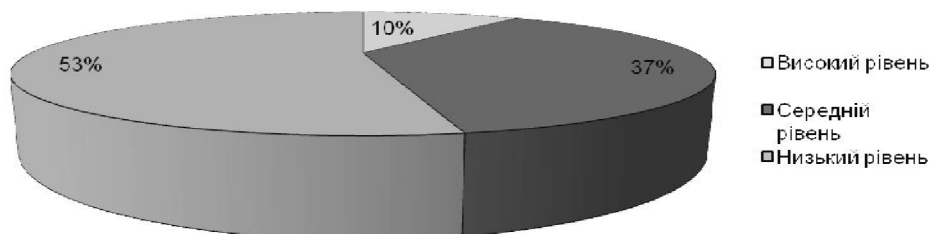


Рис. 5 Показники організаційної готовності до інноваційної діяльності (за методикою В.В.Пантелєєвої, Т., П. Книшевої)

В експерименті інноваційні характеристики мислення досліджуваних вивчалися за допомогою тесту інноваційності суб'єкта М. Кіртон. Згідно з результатами абсолютну більшість серед досліджуваних становлять інноватори, охоплюючи діапазон від супер інноваторів до слабо виражених інноваторів (рис. 6).

Встановлено, що частка супер інноваторів складає 3, 4% досліджуваних, вони здатні до генерування великої кількості ідей, іноді навіть ризикованих. Ці респонденти недисципліновані, разом з тим їм характерне неординарне мислення, здатність сумніватися у базових загальноприйнятих положеннях, включаючи, вирішення завдання новими способами.

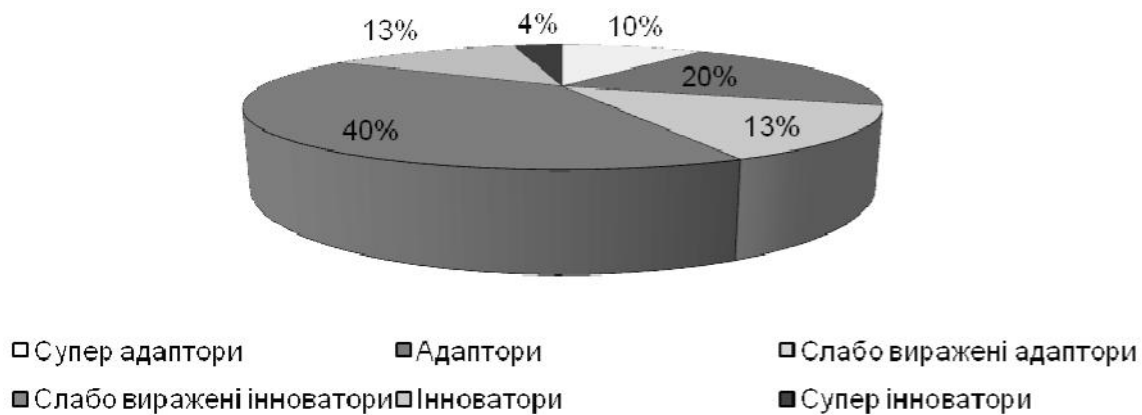


Рис. 6 Показники іноваційності суб'єкта за тестом М. Кіртон

Отримані результати дозволяють констатувати, що інноваторів виявлено 13,3 %, для них характерна схильність до мінливих умов діяльності, переоцінка і нове визначення проблем і умов. Інноватори часто по-новому сприймають проблеми та шляхи їх вирішення, цікавляться суміжними умовами, проте не завжди завершують розпочаті ними проекти.

Інноватори часто створюють дисонанс у колективі, не дотримуючись узгодженої думки. Виглядають нелогічно, непрактично; шокуючи навколишніх в реалізації поставленої мети, рідко використовують звичні способи досягнення, переадресують нетворчі завдання іншим. Однак, з задоволенням контролюють невизначені ситуації, кидаючи виклик встановленим правилам і уникаючи традицій. Інноватори впевнені у власних силах, генеруючи ідеї, не відчувають потреби у підтримці при протистоянні поглядам інших. Ця група досліджуваних стає у нагоді колективу у непередбачених ситуаціях. У роботі з адаптором інноватор дотримується поставленої мети, порушуючи зв'язок з попереднім досвідом. Іноді постають як нечуйні, становлять загрозу цілісності групи та її злагодженості у діяльності. Разом з тим, саме вони сприяють радикальним змінам, без яких розвиток організації неможливий.

Здобуті під час діагностичного дослідження дані вказують, що серед наших респондентів більшість (40%) являють собою слабо виражених інноваторів. Останнім характерна недисциплінованість, слабка готовність до іноваційних способів виконання діяльності.

Дослідження показало, що в середині вибірки кількість слабо виражених адапторів так, як і інноваторів 13,3%. Вони готові прийняти на себе повноваження всередині колективу, іноді продукують безпечні ідеї, їм

необхідна стороння підтримка для зрушень усталених чинних норм і принципів. Ефективно здійснюють повсякденні функції організації. Вони чуйні, здатні підтримувати цілісність групи і співробітництво в ній.

20% респондентів за результатами емпіричного дослідження характеризуються як адаптори. Вони потребують стабільних і добре структурованих робочих умов; здібні до удосконалення існуючих методів і практики, пропонують такі способи виконання завдань, що не змінюють існуючу ситуацію. Адаптор зменшує гостроту проблеми через удосконалення і збільшення ефективності максимально послідовно і стабільно. У співпраці з інноватором адаптори забезпечують рівновагу і порядок. Ставлячи перед собою мету, беруть до уваги засоби її досягнення. Виконують повсякденну роботу точно і протягом тривалого часу.

Суперадапторів в межах нашої вибірки виявлено 10%. Вони характеризуються як надійні, методичні, розсудливі. Долають проблеми за допомогою апробованих, перевірених і зрозумілих способів, часто шляхом внесення поліпшень. Не конфліктують, зберігають стабільність в групі. Ці респонденти характеризуються відповідальністю, ефективністю, методичністю, розважливістю, дисциплінованістю, розсудливістю, конформністю. Вони зосереджені на вирішенні проблеми, а не на їх пошуку, підпорядковуються правилам та авторитетам, що створюють стан безпеки і надійності. Суперадаптори схильні сумніватися у власних силах, реагують на критику та тиск з боку. Відтак, саме вони забезпечують підґрунтя ризикованим операціям інноватора.

У ході вивчення мотивації особистості до успіху за методикою Т. Елєрса було з'ясовано, що більшість осіб на середньому рівні вмотивована на успіх (43, 3%) (рис. 7). Такий рівень спрямованості на успіх відзначається достатньою сформованістю структурних компонентів мотивації. Ці досліджувані зазвичай виявляють активність, ініціативність.

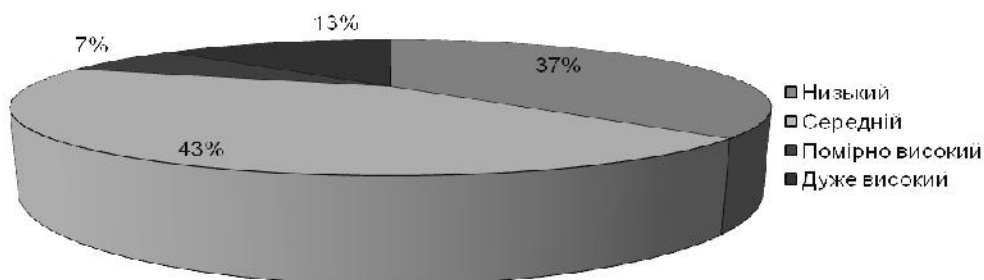


Рис. 7 Показники рівнів мотивації до успіху (за методикою Т. Елєрса)

Вони свідомо прагнуть до набуття знань й навичок, уміють діяти організовано й докладають зусилля у досягненні бажаного результату.

Опитаних з низькою вмотивованістю на успіх (36,7%) можна охарактеризувати як скерованих зовнішніми аспектами процесу, орієнтованими на формальний успіх, досягнення оцінного результату. Помірно висока орієнтація на успіх (6,7%) характерна особам, що виявляють середній рівень ризику.

Дуже високий рівень вмотивованості на успіх властивий 13,3% досліджених студентів. Вони характеризуються силою волі, самовладанням, самоконтролем й відповідальністю за свої дії, що позитивно впливає на успішність під час вирішення пізнавальних і професійних завдань. Вмотивованість на успіх прямо пропорційно впливає і на очікування успіху: чим сильніше мотивація на успіх, тим більші і сподівання на нього. Вмотивовані на успіх люди зазвичай намагаються уникати великих ризиків. Разом з тим, особи з високим рівнем мотивації до успіху і високою готовністю до ризику, рідше потрапляють в незручні ситуації.

Позитивний характер мотивації досягнення успіху сприяє спрямованості на досягнення конструктивних, позитивних результатів. Особи вмотивовані на досягнення успіху виділяють головну позитивну ціль, досягнення якої сприймається як успіх; вони очікують успіху, впевнені в ньому, цілеспрямовані, ініціативні та активні.

Рефлексія часто визначається як один з найважливіших психологічних механізмів, що сприяють адаптації людини до нових умов діяльності.

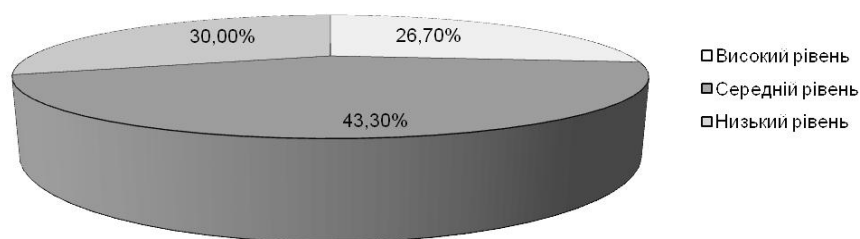


Рис. 8 Показники рівня рефлексивності (за опитувальником А. Карпова)

Аналіз матеріалів дослідження, які були отримані у процесі вивчення рефлексивності за опитувальником А. В. Карпова вказує, що переважна більшість обстежуваних (43,3%) мають середній рівень рефлексивності.

Високорефлексивними постають 26,7% опитаних. Для них робота переважає над відпочинком, їм характерні постійні інтереси і

цілеспрямованість, ретельність у підготовці до виконання діяльності. Виявлено, що ці респонденти уважні, ефективно використовують зворотній зв'язок, мають високорозвинену зорову і слухову короткочасну пам'ять.

Низький рівень рефлексивності характерний для 30% учасників дослідження. Вони імпульсивні у діях і вчинках, схильні до необдуманих рішень, частої зміни цілей, інтересів, бажають швидкого результату, потребують зовнішнього контролю, з огляду на слабкість самоконтролю.

Результати отримані за шкалою «самостійність» методики Ш. Шварца дають підстави висновувати, що 30% опитаних високо цінують самостійність, яка розкривається у незалежності мислення і вибору дій, творчій та дослідницькій діяльності (рис. 9). Цінність самостійності для цих досліджуваних постає у можливості вільно розвивати власні ідеї і здібності, діяти за своїм бажанням.

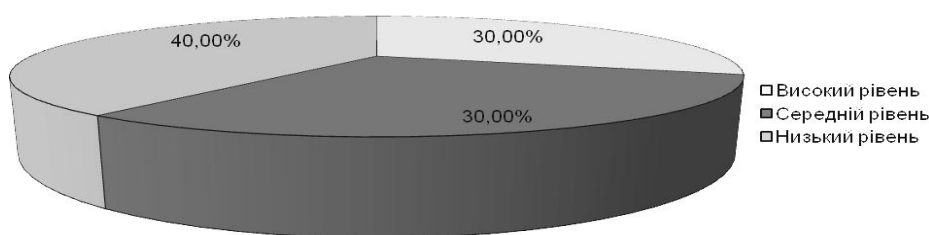


Рис. 9 Показники шкали «Самостійність»
(за методикою ціннісних орієнтацій Ш. Шварца)

Вивчення показника цінності стимуляції засвідчує, що 26,7% студентів мають високий рівень його вираженості. Підтримці оптимального рівня активності цих осіб сприяють розмаїття та глибина переживань. Мотиваційна ціль таких цінностей розкривається в новизні, змінах, глибоких переживаннях. Потреба у стимуляції слабо виражена у 40% респондентів; на середньому рівні виявляється у 33,3% опитаних.

У будь-якій групі наявні власні символи, ритуали, звичаї які діють залежно від досвіду групи і які закріплюються як традиції і звичаї. Групові традиції розглядаються як певні норми поведінки та цілеспрямовані на підтримку і збереження соціальних, культурних, сімейних настанов.

У нашому емпіричному дослідженні традиційний спосіб поведінки, що постає як групова солідарність, вираз єдиних цінностей і важливий фактор адаптації, було досліджено за допомогою шкали «Традиції» методики Ш. Шварца (рис. 10).

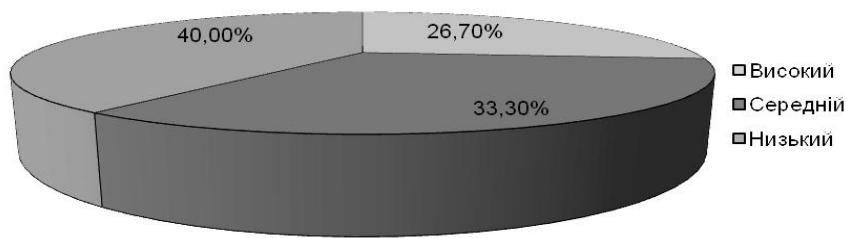


Рис. 10 Показники шкали «Стимуляція»
(за методикою ціннісних орієнтацій Ш. Шварца)

За результатами шкали «Традиції» (рис. 11) встановлено, що більшість досліджуваних – 43,3% високо цінують традиції, 33,3% - на середньому рівні, а для 23,4% традиції не становлять цінності. Власне тому, лише остання група досліджуваних схильна до впровадження інновацій.

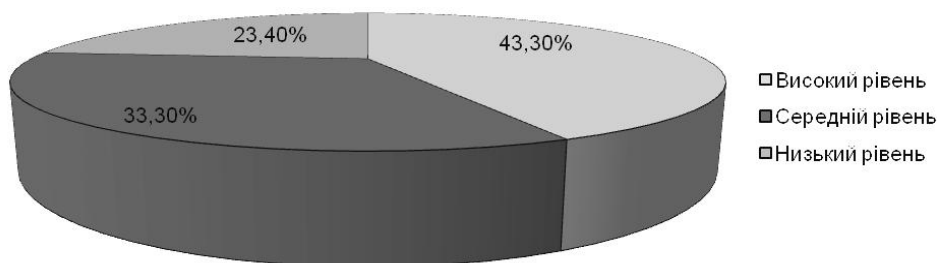


Рис. 11 Показники шкали «Традицій»
(за методикою ціннісних орієнтацій Ш. Шварца)

Результатом стримування негативних форм поведінки з небажаними соціальними наслідками, що виражаються у слухняності, самодисципліні, ввічливості, повазі до батьків і старших часто є конформність. Визначальною мотиваційною ціллю конформності за Ш. Шварцом є припинення дій, схильностей і спонукань до дій, які можуть завдати шкоди іншим або не відповідають соціальним очікуванням.

З'ясовано, що найбільше схильні до прояву конформності 30% опитаних студентів, ці досліджувані виконують правила і зобов'язання, не виявляють власної волі (рис. 12). Не змінюють поведінки та думок під впливом інших 20% респондентів. Середній рівень конформності виявляють 50% опитаних. Ці особи часто не готові до інноваційних дій.

З метою отримання комплексного уявлення про готовність до інноваційної діяльності та її критерії, зокрема мотиваційний, оцінний, рефлексивний аспекти на основі первинних результатів дослідження, нами було застосовано процедуру кореляційного аналізу, який дав змогу

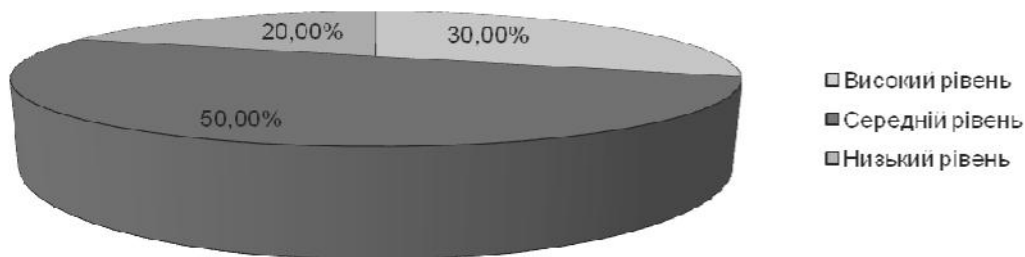


Рис. 12 Показники шкали «Конформність» (за методикою Ш. Шварца)

встановити зв'язки між основними показниками та основними чинниками формування психологічної готовності до інноваційної діяльності.

Результати кореляційного аналізу засвідчують, що з посиленням вмотивованості до успіху ($r=0,436^*$), рефлексивності ($r=0,475^*$), стимуляції ($r=0,494^*$) та одночасно зі зменшенням впливу традицій зростає емоційна готовність особистості до інновацій.

Аналіз залежності мотиваційної готовності та мотивації до успіху, рефлексивності, самостійності, стимуляції засвідчив, що особи вмотивовані на успіх ($r=0,643^{**}$) частіше вирізняються розвинутою рефлексивністю ($r=0,472^*$), високо цінують самостійність ($r=0,457^*$), сторонню стимуляцію ($r=0,392^*$) та, одночасно, не схильні підпорядковувати власну поведінку і думки іншим ($r=-0,390^*$). Ця група обстежуваних внутрішньо вмотивована на участь в інноваціях, розробку та впровадження нововведень.

В ході кореляційного аналізу було з'ясовано, що у респондентів, які вмотивовані на успіх ($r=0,487^*$; $r=0,457^*$), здатні до рефлексії ($r=0,461^*$; $r=0,461^*$), самоаналізу, осмислення і оцінки власної діяльності, нон конформні ($r=-0,450^*$), самостійні, незалежні у думках і діях ($r=0,395^*$; $r=0,533^{**}$), творчі, із низькою цінністю традиційних підходів до діяльності ($r=-0,444^*$), здатністю не підпадати під вплив інших, когнітивна та особистісна готовність до інновацій виявляється значимо частіше.

В ході емпіричного дослідження підтверджено, що високий рівень організаційної готовності до інноваційної діяльності значимо частіше виявляється у респондентів спрямованих на успіх ($r=-0,403^*$), самостійних ($r=-0,380^*$), з навичками рефлексії ($r=-0,461^*$), цінуючи традиції ($r=-0,469^*$) та стимуляцію в діяльності ($r=-0,565^{**}$).

Таким чином, за результатами емпіричного дослідження з'ясовано, що переважаюча кількість опитаних мають середньою мірою розвинені показники мотиваційної, когнітивної, особистісної готовності до інновацій; на низькому

рівні розвинена організаційна готовність. Враховуючи показники інноваційних характеристик мислення, з'ясовано, що серед досліджуваних переважають слабо виражені інноватори. Досліджувані мають середній рівень вмотивованості на успіх, рефлексивності та конформності. Цінною самостійністю та стимуляція постає для третини досліджуваних. Більшість обстежуваних виявляють високий ступінь цінності традицій.

Узагальнюючи результати нашого теоретичного та емпіричного дослідження, можна зробити наступні висновки:

- Реалізація інноваційної діяльності потребує не лише володіння знаннями інноватики, але й потенційної готовності особистості до даного виду діяльності. Під готовністю до інноваційної діяльності слід розуміти інтегральну якість особистості, яка характеризується наявністю та певним рівнем сформованості мотиваційно-орієнтаційного, змістовно-операційного і оцінно-рефлексивного компонентів у їх єдності, що проявляється в прагненні до інноваційної діяльності і в підготовленості до її здійснення.
- Під формуванням готовності до інноваційної діяльності розуміють процес цілеспрямованого розвитку всіх сторін і якостей особистості, які складають готовність до даної діяльності. Рівні розвитку її основних компонентів можна розглядати у якості критеріїв визначення сформованості психологічної готовності до інноваційних видів діяльності. Вирізняють внутрішні та зовнішні, суб'єктивні та об'єктивні фактори формування і розвитку готовності особистості до інноваційної діяльності.
- Провідними умовами розвитку готовності до інноваційної діяльності визначено наступні: високий рівень мотивації до успіху, високорозвинені навички рефлексії, вміння працювати самостійно та конструктивно уникати традиційних підходів у діяльності.

Список використаних джерел

1. Акопов Г. В. Управленческое сознание и готовность личности к инновационной деятельности. Известия Самарского научного центра Российской академии наук. 2015. № 1(2). С. 367-370.
2. Витвицкая С. С. Структура и критерии готовности магистров образования к педагогической деятельности. Вектор науки Тольяттинского Государственного университета. Серия: Педагогика, психология. №2 (13). 2013. С.59-63.
3. Воропаева Е. Э. Акмеологический подход к проблеме готовности педагога к инновационной деятельности. Научный поиск. 2013. № 3. С. 62-65.

4. Гапанович-Кайдалова Е. В. Проблема психологической готовности педагогов к инновационной деятельности. Взаимодействие науки и практики в развитии инновационных процессов системы образования [Электронный ресурс]: материалы Республиканской научно-практической конференции, Гомель, 28 ноября 2014 г. / государственное учреждение образования «Гомельский областной институт развития образования». 2014. С. 73-76.
5. Деркач А. А. Акмеология: личностное и профессиональное развитие человека. М. : РАГС, 2000. 536 с.
6. Долгова В. И. Теоретические предпосылки формирования готовности руководителей к инновационной деятельности. GISAP. Economics, jurisprudence and management. 2013. № 2. С. 19-20.
7. Домбровская И. В. Формирование креативности библиотечных специалистов как фактора готовности к инновациям. Библиосфера. 2013. № 2. С. 62–66.
8. Клокар Н. І. Психолого-педагогічна підготовка вчителя до інноваційної діяльності: Дис. ...канд. пед. наук: 13.00.04. К., 1997. 227 с.
9. Мычко Е. И. Проблема психологической готовности будущих педагогов к профессиональной деятельности. Психологическая наука и образование, 2013. № 4. С. 23-27.
10. Неймер Ю. Л. О типах и ролях руководителей организаций в инновационных системах. Социальные факторы нововведений в организационных системах. Труды конференции. 1980. С. 41-46.
11. Роджерс Е. Диффузия инноваций. Шустер, 2010. 518 с.
12. Сластенин В. А. Педагогика: инновационная деятельность. М. : Магистр, 1997. 224 с.
13. Ярославова Е. Н. Формирование готовности выпускника национального исследовательского университета к инновационной деятельности в процессе иноязычной подготовки. Вестник ПНИПУ. Проблемы языкознания и педагогики (НИУ). 2016. № 2. С.92-102.
14. Фіцула М. М. Педагогіка. К. : Видавничий центр «Академія», 2001. 528 с.

РОЗДІЛ II

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

2.1

ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ ЯК ФАКТОР ПОРУШЕННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ (НА ПРИКЛАДІ «СТАДІЇ ДЗЕРКАЛА» Ж. ЛАКАНА)

Вертель А. В., Кузікова С. Б.

Своєрідним маніфестом психоаналізу Ж. Лакана є доповідь на Римському конгресі, прочитана в Інституті психології Римського університету 26 і 27 вересня 1953 року. В основу концепції французького психоаналітика покладено дві тези: 1) несвідоме структуроване як мова; 2) несвідоме – це мова «Іншого».

Спираючись на ці тези, Ж. Лакан стверджував, що тільки лінгвістичний аналіз мови і її механізмів може адекватно розкрити структуру несвідомих і, відповідно, свідомих процесів. Відповідно до його точки зору, чисте домовне несвідоме нам не дане, про нього можна розмірковувати тільки на підставі розповіді іншої людини. Отже, несвідоме – це мова «Іншого». Це поняття не однозначне, найчастіше воно пов'язується з батьком, законом і порядком.

Ж. Лакан відіграв суттєву роль у теоретичному обґрунтуванні текстуалізації свідомості, висунувши ідею текстуалізації несвідомого, яке традиційно пов'язувалося передусім зі сновидіннями. Таким чином, це стало дуже важливим моментом в оформленні нового уявлення про свідомість людини, оскільки на той час уже було зрозуміло, що своїм раціонально аргументованим дискурсивним полем вона не вичерпується. Теза Ж. Лакана про те, що сновидіння структуроване як текст і, більше того, що «сон уже є текстом», була використана і розвинена в працях постструктуралістів і постмодерністів.

Одним із фундаментальних понять, введених Ж. Лаканом, є «стадія дзеркала». У віці від півроку до півтора років у дитини виникає перша самоідентифікація; саме в цей час вона починає впізнавати своє

відображення в дзеркалі. Ж. Лакан пише: «Важливо [...] зрозуміти те, що відбувається на стадії дзеркала, як ідентифікацію в усій повноті того розуміння, яке несе цей термін у психоаналізі, тобто як трансформацію, що відбувається із суб'єктом при асиміляції ним свого образу» [6, с. 509]. Розробка і введення в психоаналітичну мову цієї стадії розвитку дозволили Ж. Лакану переглянути і суттєво доповнити уявлення класичного психоаналізу про свідомість і несвідоме.

У доповіді «Стадія дзеркала і її роль у формуванні функції Я в тому вигляді, в якому вона з'являється нам в психоаналітичному досвіді», прочитаній на XVI Міжнародному конгресі з психоаналізу в Цюріху 17 липня 1949 р., Ж. Лакан формулює основні положення цієї стадії. Він, зокрема, пише: «Стадія дзеркала [...] є драмою, чий внутрішній імпульс спрямовує її від неспроможності до випередження, – драмою, яка фабрикує для суб'єкта, котрий піддався на приманку просторової ідентифікації, чергу фантазмів, що відкривається розмежованим образом тіла, а завершується його цілісністю, яку ми назвемо ортопедичною, і вбирається, нарешті, в ту броню відстороненої ідентичності, жорстка структура якої і зумовить весь подальший його розумовий розвиток» [6, с. 512].

Джерелом уявлень Ж. Лакана про «стадію дзеркала» були класичні експерименти Г. Геллапа з шимпанзе. Суть експерименту полягала в тому, що мавпі під анестезією наносили фарбу на деякі частини тіла, недоступні її безпосередньому спостереженню, – на вуха і брови. Після закінчення наркозу шимпанзе надавалася можливість розглянути себе в дзеркалі. Якщо тварина намагалася усунути позначки, вважалося, що вона розпізнає дзеркальний образ як свій власний. Таким чином, це свідчило про проходження «тесту позначки». У результаті аналогічних експериментів з дітьми (без використання анестезії, коли позначки наносилися в умовах відволікання уваги) встановлено, що діти (в межах норми) проходять тест зазвичай у віці від 12 до 22 місяців, з невеликим успіхом до 15 місяців і з переважним – з 18 місяців. За результатами дослідження було зроблено висновки, що між проходженням тесту позначки і впізнаванням себе в дзеркалі є відношення тотожності: якщо істота здатна впізнавати себе, то вона проходить тест позначки, а це означає, що в неї наявна здатність до впізнавання себе. Таким чином, була запропонована гіпотеза про те, що

розпізнавання себе в дзеркалі свідчить про сформованість *Ego*-позиції і про наявність самосвідомості [1, с. 71-72].

Фундаментальний вплив на формування «стадії дзеркала» справив А. Валлон, видавши книгу про експерименти з дзеркалами, у якій він сформулював поняття «власного тіла» (*corps propre*) і заклав фундамент для лаканівського вчення про *Уявне і Символічне*. Як не дивно, Ж. Лакан ніколи не буде посилається та цитувати А. Валлона, намагаючись забути про те, кому він багато чим зобов'язаний [2].

А. Валлон розпочав з експериментів на тваринах. Качка-самець, поміщена в дзеркальний ящик, сприймає власне відображення як самку. Собака не реагує на своє відображення. Мавпа намагається схопити відображення і несамовито шаленіє, коли це не вдається. У людини реакція на відображення змінюється залежно від віку. До трьох місяців дитина ніяк не реагує на дзеркало, а на четвертому місяці починає посміхатися своєму відображенню і відображенню батька. Однак, коли дитина чує голос у себе за спиною, вона обертається і виявляє здивування: вона ще не здатна поєднувати в часі і просторі відображення і реальну присутність. Вона вловлює співіснування моделі і віддзеркалення, але не встановлює зв'язок між ними, вважаючи їх незалежними одне від одного. На десятому місяці дитина простягає руки до відображення і дивиться на нього, коли її називають на ім'я.

Із цього моменту вона уявляє собі фрагменти власного тіла, які доповнюють одне одного. Щоб об'єднати їх, їй потрібно:

- 1) допустити існування образів, які є лише видимістю;
- 2) переконатися в реальності того, що не дано в образі.

Перед дитиною два протиріччя: з одного боку, вона має справу з образами, які чуттєво сприймаються, але не є реальними образами, з іншого – стикається з реальністю, яка не виражена в чуттєвих образах. Щоб прийняти факт свого просторово-часового існування, дитина повинна підпорядкувати все, що вона отримує з безпосереднього чуттєвого досвіду.

Так формується уявлення про власне тіло, що веде до переживання єдності власного *Ego*. Спочатку цей досвід розташовується в спекулятивній сфері, де не встановлено відносини між рефлексивним образом і образом реальним. Потім формується можливість для конституювання Я, що досягає єдності в уявному просторі. Наступний етап – *Символічний* (організація чуттєвого досвіду). У віці одного року дитина отримує можливість розрізняти

просторові об'єкти, і ця символічна функція надає можливість для розрізнення суб'єктивної і об'єктивної реальності. Дитина заново переосмислює досвід шостого місяця: тепер вона не розділяє відображення і реальну фігуру, але помічає, що одне підпорядковується іншому. У такий спосіб дитина досягає символічного розуміння того символічного простору, в якому розташовуються об'єкти. У віці п'ятнадцяти місяців дитина, якій говорять про матір, спершу вказує на її відображення в дзеркалі, а потім із посмішкою повертається до неї. Таким чином, можна говорити про те, що дитина опанувала амбівалентність символічного простору [2].

На концептуальну експлікацію стадії дзеркала суттєво вплинули методологічні суперечки між прихильниками М. Кляйн і прихильниками А. Фройд. Ж. Лакан, вільно чи мимоволі, опинився на боці кляйніфістів.

М. Кляйн запропонувала цікаву концепцію психічної еволюції дитини: перші чотири місяці відносини немовляти з матір'ю опосередковані материнською груддю, яка сприймається дитиною як неповний об'єкт. М. Кляйн назвала цей період «параноїдальним зміщенням». У віці восьми місяців воно змінюється депресивною позицією, коли розрив поступово долається і дитина отримує можливість уявити собі матір як цілісний об'єкт. Таким чином, у М. Кляйн нормальне і патологічне розрізняються лише організацією. Ідея *Уявного* вже була закладена в цій концепції, однак Ж. Лакан розвинув її в іншій площині. М. Кляйн вибудовувала свою концепцію зсередини самої фрейдівської думки – і з концептуальним інструментарієм, запропонованим З. Фройдом [4]. Ж. Лакан незмінно спирався на міждисциплінарне знання – психіатрію, сюрреалізм, філософію. Він віднайшов у стадії дзеркала вихідний пункт становлення суб'єкта – той пункт, у якому формується *Его-ідеал*.

Ж. Лакан переосмислив валлонівські дослідження з дзеркалами. Перш за все, психологічний досвід А. Валлона у Ж. Лакана став теорією уявної організації суб'єкта. А. Валлон був прихильником класичної системи Г. Гегеля, а не трансформованої версії гегельянства А. Кожева. Становлення індивіда суб'єктом, вважав він, має характер «природної діалектики», що становить собою розв'язання суперечностей і конфліктів. Для А. Валлона визначальною була гегелівська категорія свідомості, у той час як французька традиція розглядала свідомість статично, як «видиму» частину несвідомого. Досвід із дзеркалом, за А. Валлоном, демонстрував

діалектичний перехід від видимого до *Уявного*, а потім від уявного до *Символічного*. Ж. Лакан розглядав цей перехід під кутом несвідомого і свідомості, стверджуючи, що видимий світ, де конститується первинна самототожність Я, не містить іншого. Він зберіг валлонівське поняття *Уявного*, але став розуміти його у світлі гегелівської категорії негативності, а «природну діалектику» замінив негативістською версією боротьби за визнання, у якій тільки й може виникнути категорія *Іншого*.

У цій трансформації валлонівського вчення можна вбачати відмову від позитивності на користь негативності: за А. Кожевим, природна істота, тобто людина як тварина, є цілком позитивною. Негативність виникає разом із людською історією. Таким чином, лаканівська відмова від позитивності на користь негативності означає відмову від біологізму і звернення до дослідження психічних структур незалежно від органічних функцій. У Ж. Лакана валлонізм реінтерпретується з точки зору фрейдизму, переробленого в термінах А. Кожева. З. Фройд тут абсолютно ні при чому, оскільки така реінтерпретація цілком і повністю залежала від гегельянства А. Кожева [5].

Его, що формується «на стадії дзеркала», виявляється не чим іншим, як уявною конструкцією, що виникає в психіці дитини. З одного боку, це призводить до того, що, на відміну від тварини, у людини стає дієвою гра уяви, дозволяючи їй не тільки у своєрідній формі осягати реальний світ, а й творити щось нове, у тому числі власне *Его*. З іншого боку, створене власне *Его* носить відсторонений характер дзеркального відображення, тому власний дзеркальний образ стає не просто уявним, а й ілюзорним.

У процесі подальшого розвитку дитини розуміння навколишнього світу і самої себе відбувається завдяки найменуванню тих чи інших об'єктів, тобто дієвості символічної функції мови, що надає створеним уявою конструкціям певної цілісності. Шляхом символічного порівняння тієї чи іншої речі діяльність та інтереси дитини стають предметом її фантазій, а символізм як такий – основою її ставлення до зовнішнього світу, об'єктивно існуючої реальності.

При нормальному розвитку людини опосередковане символічною функцією *Уявне* сприяє досягненню *Реального*. Але можливий і такий результат, коли людина зростається з уявною конструкцією самої себе, в результаті чого *Уявне* не стикується із *Символічним*, відчужене *Его*

сприймається за єдину реальність, а психіка заповнюється ілюзорними уявленнями як про навколишній світ, так і про саму себе [9, с. 95].

На «стадії дзеркала», за Ж. Лаканом, дитина встановлює зв'язки між своїм організмом і реальністю через засвоєння образу свого тіла. Цей процес стає початком відчуження суб'єкта від себе самого, тобто суб'єкт пізнає себе не зсередини, а через зовнішній образ. Вимовивши «Це Я», дитина показує не на себе, а звертається в бік дзеркального двійника. У даному випадку цей двійник є Іншим (із прописної літери).

Що ж впливає зі «стадії дзеркала»? На думку Ж. Лакана, формування психіки здійснюється через перехід від «стадії дзеркала» до «едіпальної стадії», що відповідає перетворенню уявного на символічне. Відмовляючись від уявного злиття з матір'ю, дитина допускає в ці стосунки батька (третя особа), розуміючи, що його ставлення до матері опосередковане ставленням її до батька. Будь-які стосунки між дитиною і матір'ю відзначені тією чи іншою мірою стилем *Уявного*. Щоб стосунки набули символічного наповнення, необхідне посередництво третього персонажа, який відіграв би стосовно суб'єкта роль трансцендентального елемента, завдяки чому той міг би підтримувати об'єкт на певній відстані [7]. Таким чином, замість уявного ототожнення з матір'ю виникає закон, який це забороняє. Ж. Лакан назвав його «Ім'я-Батька». Замість уявного володіння об'єктом відбувається розрив із ним, неможливість його досягнення і володіння ним. Реальна потреба, як і уявне прагнення до ідентифікації з *Іншим*, підпорядковується обмежувачому впливу цього закону.

Ж. Лакан розглядав Едипів комплекс як поворотний пункт у гуманізації людства, як перехід від природного реєстру життя до культурного, до мови законів та організації. Едипів комплекс для Ж. Лакана – це передусім той момент, коли дитина починає усвідомлювати свою відмінність від зовнішнього світу та інших людей, насамперед від матері і батька. Іншою специфічною рисою розуміння Ж. Лаканом сутності Едипова комплексу в дусі все тієї ж лінгвістичної дебіологізації теорії З. Фрейда є те, що він відмовляється від його буквальної інтерпретації. Якщо у З. Фрейда батько виступає в ролі реального біологічного батька, то у Ж. Лакана він заміщається символом – «Іменем-Батька», тобто Ж. Лакан прагне вивести його за межі фрейдівського психосексуалізму. Таким чином, він переводить

проблему в поле мови, підкреслюючи при цьому, що символ «Імені-Батька» набуває значення закону, оскільки при засвоєнні імені (прізвища) батька, у дитини нібито закінчується період невпевненості в особистості свого батька. Важливо відзначити, що Ж. Лакан концептуалізує Едипів комплекс як лінгвістичну трансакцію, стверджуючи, що табу, яке накладається на інцест, може бути закріплене і відповідно виражене тільки лише через лінгвістичні категорії «батько» і «мати». Звідси випливає і те значення, якого у нього набуває «Ім'я-Батька», і отримане ним значення не тільки для становлення людини як суб'єкта, але і як головного організуючого принципу символічного порядку [8].

Сучасні інформаційно-комунікаційні технології вносять свої корективи у встановлення відносин між *Уявним*, *Символічним* і *Реальним*. Із формальної точки зору в організації цих відносин немає принципових відмінностей, оскільки віртуальний простір користувача Інтернету нагадує собою потенційний простір між дитиною і матір'ю. На символічному рівні це знаходить відображення в найменуванні однієї з важливих частин персонального комп'ютера – материнська плата. Екран комп'ютера виступає тим дзеркалом, за допомогою якого той, хто спілкується у віртуальному просторі, знаходить у візуальних образах і в тій інформації, яку він про себе повідомляє, відображення власних бажань, у силу тих чи інших причин не задоволених у реальному світі. Якщо раніше його віддзеркалені первинні інфантильні образи супроводжувалися такою фантазійною діяльністю, завдяки якій створювався психічний світ *Ego*, що характеризується ілюзорністю і розколотістю між внутрішнім і зовнішнім, то у віртуальному просторі завдяки технічним можливостям спілкування людина втрачає відчуття відокремленості від навколишнього світу. Ілюзорність і розколотість власного внутрішнього світу зникають у міру того, як перебування у віртуальному просторі стає повсякденною і невідкладною потребою людини [9, с. 99].

Нині в кінематографі відбувається осмислення відносин між образом та ідентичністю, образом та ідентифікацією, конструювання уявного порядку на основі «стадії дзеркала». Яскравим представником даного напрямку є К. Метц, який намагається створити наукову теорію кіно і звертається до семіотики Ч. Пірса, Ф. де Соссюра і до психоаналізу Ж. Лакана. На цій «стадії дзеркала» відбувається проекція себе на своє власне відображення і ідентифікація з

ним: немає дзеркала – немає ідентичності. Ця перша, уявна ідентифікація – основа для наступної ідентифікації, символічної. Ідентичність приходить ззовні. К. Метц ототожнює дзеркало з екраном – «фільм подібний до дзеркала». Але треба зазначити, що між дзеркалом і кіноекраном є досить суттєва відмінність: образ глядача на екрані не відображається. Тому ідентифікація в кіно не зовсім те ж саме, що ідентифікація з відображенням у дзеркалі. Глядач ототожнюється не з власним образом, а з актом досягнення цього образу: «глядач ідентифікується з собою як з чистим актом сприйняття», тобто, в підсумку, він ідентифікується з камерою, яка все бачить. Цей процес К. Метц і називає первинною кінематографічною ідентифікацією. Вторинна кінематографічна ідентифікація здійснюється через візуальний контакт із його поглядом [11, с. 42].

Отже, упродовж свого розвитку людина створює себе перед дзеркалом, приміряючи на себе різні ролі, бачить у собі різних людей і погоджується виконувати ці ролі, інтегруючи в собі їх різноманітність, і звикається з ними. У міру проходження людиною самоідентифікації в процесі свого історичного розвитку і в процесі набуття знань про своє тіло дзеркало було для неї засобом і способом визначати свої кордони, окреслюючи свої контури, стаючи у такий спосіб видимим і відмінним від інших. Ясність і чіткість відображення як фізичного явища, так само як і наявність певної дистанції між віддзеркаленим «оригіналом» і його зображенням у дзеркалі, дають можливість створення ілюзії та обману. Дзеркало змушує забути про те, що його поверхня – це перешкода, яка заважає бачити і сприймати реальність. Той, хто дивиться на себе, не може створити себе як «чисте, абсолютне видовище», оскільки він є одночасно і суб'єктом і об'єктом, що розривається між тим, ким він є насправді, і тим, що він знає про себе. Людина усвідомлює, що між нею і її відображенням існує певна дистанція, але в той самий час продовжує ототожнювати себе зі своїм зображенням. Саме ця подвійна позиція призводить до внутрішнього конфлікту [12, с. 407].

Таким чином, суб'єкт, за Ж. Лаканом, розгойдується між двома полюсами: відчуженим образом і реальним тілом – те, що З. Фройд називав «справжнім *Ego*», розколотим на частини. Згідно із З. Фройдом, це тіло, розколоте на частини, або аутоеротичне тіло, інтегрується за рахунок генітальної центрації сексуального інтересу дитини, яка відбувається під час проходження едіпальної стадії.

Саме стадія дзеркала породжує фантазм розщепленого тіла. Роздроблене тіло – ось що чекає на людину по той бік ілюзорної єдності. Однак породжується воно заднім числом. До образу цілісного тіла не було ніякого розщепленого тіла. Для того щоб щось могло розділитись, повинен існувати цілісний стан. Саме тому розщеплюваному тілу ретроспективно передує цілісний стан. А власне *Ego* є неаутентичною інстанцією, яка функціонує заради того, щоб приховати відсутність єдності, – це ілюзія цілісності.

Відчуженість власного образу потребує постійного перепривласнення. Ототожнюючи себе з образом, який надходить ззовні, дитина робить перший крок до визнання себе – власного *Ego*. Це визнання приходить від *Іншого*, і воно завжди повинно буде поновлюватися. Цілісність Власного *Ego* носитиме відбиток уявної, ілюзорної цілісності, яка буде підтримувати людину протягом усього життя, але, визнаючи себе в *Інших*, в цій ситуації ідентифікації суб'єкт буде радикально відчужений від себе – від істинного суб'єкта, від свого бажання. У пошуку свого власного *Ego* він змушений змагатися зі своїм власним образом.

З позицій структурного психоаналізу завершеного і цілісного образу як тіла та *Ego* не існує; незважаючи на ілюзорну повноту, яку дзеркальний образ повертає суб'єкту, завжди залишається щось невидиме, те, що випало із суб'єкта, – його нестача.

Ж. Лакан робить остаточні висновки щодо впливу «стадії дзеркала» на роль свідомості. Будь-яке послідовне і зв'язне уявлення про власне *Ego* обов'язково передбачає чітке уявлення про уявну функцію власного *Ego* як єдності відчуженого від себе суб'єкта. Власне *Ego* – це те, у чому суб'єкт не може визнати себе, не відмовившись від себе відчуженого. Він не може знайти себе, не скасувавши *Alter Ego* власного *Ego* [8, с. 28].

Досвід суб'єкта завжди відділений від нього в часі, що і створює можливість для нескінченної гри його присвоєння та відчуження, для переінтерпретації власного *Ego*. *Ego* мінливе, *Ego* змушене щоразу інтегрувати себе в часі. Засоби, якими *Ego* заявляє про себе, цілком штучні. Отже, можна говорити, що *Ego* – це ілюзія [3, с. 82]. Довіряючи «власному *Ego*», ми помиляємося. Йдеться про помилку, яка носить структурний характер і зумовлена тим, що сам акт ідентифікації, який, здавалося б, виходить із суб'єкта, в певному сенсі суб'єкту не належить, оскільки

несвідомо структурований «мовою Іншого». Вважаючи, що *Ego*, яке генетично виникло як відповідь на запит *Іншого*, є його власним, суб'єкт робить помилку, а це призводить до того, що він плутає своє справжнє бажання з бажанням Іншого. Цей незбіг утворює тріщину в суб'єкті.

Услід за Ж. Лаканом про наявність у системі «власного *Ego*» тріщини так чи інакше буде говорити вся постмодерністська філософія. Якщо класична метафізика, як «метафізика тотожностей» (Ж. Дельоз) [18] або «метафізика субстанцій» (М. Фуко), конструювала *Ego*-ідентичність, виходячи з передумови субстанційної тотожності суб'єкта, що дозволяло розглядати «власне *Ego*» як об'єкт додатка раціональних процедур, то в постмодерністському дискурсі воно виявляється розколотим у серії парадоксів. І якщо філософія трансцендентальної суб'єктивності виходила з презумпції привілейованого доступу суб'єкта до своїх власних станів, то постструктуралістська «метафізика фантазму» (М. Фуко) усуває суб'єкт саме в якості чіткої, зрозумілої умови самої цієї можливості.

Ще в 1974 році нью-йоркський психоаналітик Г. Фрейденбергер увів поняття «професійне вигорання» як психологічний конструкт. Це явище характеризується виснаженням і супроводжується дистресом, почуттям зниження ефективності, зниженням мотивації та розвитком дисфункціональних установок і поведінки на роботі.

Хоча психоаналітик визначив вигорання в його психологічному смислі, поняття вигорання рідко досліджувалося з психоаналітичної точки зору. Психологічні дослідження феномену вигорання в основному були зосереджені в галузі організаційної та соціальної психології і носили кількісний характер. Ці дослідження дають обмежене уявлення про динаміку вигорання і особистісних смислах, пов'язаних із ним.

Психоаналітичні концепції, засновані на якісному підході, можуть потенційно подолати цей недолік, але ці дослідження нечисленні і мають розрізнений характер. У них виділяються два основні аспекти, на яких зосереджуються вчені:

- 1) вигорання тягне за собою порушення професійної ідентичності;
- 2) вигорання тісно пов'язане з труднощами на інтрасуб'єктивному рівні.

Наприклад, перший аспект можна проілюструвати дослідженнями Л. Холлстена, який дійшов висновку, що «згорілі» професіонали високо

цінують позитивні результати власної діяльності, оскільки пов'язують власну ідентичність зі своєю компетентністю, виражену через досягнення [25]. Крім того, вони відчують себе зобов'язаними допомагати іншим. Схожі результати простежуються і в інших дослідженнях.

Інший аспект пов'язаний із проблемними відносинами з колегами, керівництвом, клієнтами. К. Чернісс показує, що «вигорілі» працівники страждають від того, що вони отримують недостатнє, на їх погляд, визнання [16]. Дж. Фірз зазначає, що у професіоналів, схильних до вигорання, наявна думка, що їх люблять тільки за їх досягнення [20]. Вони переконані, що повинні подібати іншим, і їм не вистачає впевненості у своїй професійній компетентності.

Отже, порушення ідентичності і труднощі в інтерсуб'єктивних взаєминах тісно пов'язані. Сильне, але незадоволене бажання визнання і підтримки від інших призводить до того, що особистість знаходиться в небезпеці, і послаблюється почуття самоєфективності.

Ці висновки конвергують із точкою зору Ж. Лакана, який вважає, що бажання бути визнаним є найбільш фундаментальним, оскільки воно функціонує як засіб для набуття більшого суб'єктивного завершення. Рушійною силою формування суб'єктності Ж. Лакан вважає бажання, яке народжується внаслідок нестачі, «пустоти», «відсутності буття», що характеризують людську суб'єктність. Ця відсутність порушує всі уявлення людей про себе, що породжує розколоту ідентичність.

Фундаментальним наслідком цього недоліку, який неможливо заповнити, є те, що він мобілізує суб'єкта. Він створює бажання і мотивує суб'єкта до бажання знайти, заповнити порожнечу в своїй внутрішній ідентичності. Ж. Лакан говорить, що відсутність буття фактично функціонує як «хочу бути». Люди зазвичай прагнуть подолати внутрішню «відсутність», звернувшись до інших. У результаті такого звернення неявно передбачається, що в діалектичному зв'язку з іншими бонус буття буде реалізований. За допомогою соціальних зв'язків суб'єкт може, принаймні, отримати уявлення про те, ким він є стосовно інших [15].

Функціонування психічних інстанцій *Его*, ідеального *Его* (уявна ідентифікація), *Его*-ідеалу (символічна ідентифікація) і *Супер-Его* в процесі формування суб'єктності в ході інтерсуб'єктивності взаємодій Ж. Лакан ілюструє схемою «із двох дзеркал».

Уявна ідентифікація пов'язана з підлаштуванням *Ego* до ідеалу *Ego*. Свій бажаний образ суб'єкт проектує на *Іншого* і після цього може його розпізнати і побачити цілісним. Суб'єкт прагне опанувати ідеал *Ego*, щоб стати таким, як «хочу бути», і знайти бажану ідентичність.

Підтвердженням досягнення ідеалу *Ego* є здійснення *Ego*-ідеалу, що породжує відчуття задоволення і впевненості. Здійснення *Ego*-ідеалу відбувається в процесі інтерсуб'єктивності взаємодій і пов'язане із символічною ідентифікацією. *Інший* має владу підтвердити ідеальний образ, надати йому легітимності або зруйнувати його. Тому *Ego*-ідеал є направляючою інстанцією і задає сценарій ставлення до *Іншого*.

Успішна ідентифікація приводить до збільшення суб'єктності, зниження напруження і гармонізації інтерсуб'єктивності відносин. Професійну діяльність можна розглядати як культурно і суб'єктивно важливий канал, через який визнання може бути досягнуто.

Ж. Лакан, спираючись на схему із «двох дзеркал», запропонував тристоронню концептуальну модель, якій відповідають три різні динамічні процеси, які призводять до руйнування ідентичності в інтерсуб'єктивних взаємодіях, що зумовлює ефект вигорання [30]. Теоретичні конструкти моделі також спираються на феноменологію дискурсу «вигорілих» працівників, відповідного різним динамічним процесам, що відображає зв'язок між інтерсуб'єктивними переживаннями і суб'єктивною ідентичністю. Наведемо опис цих процесів.

У першому динамічному процесі «Тріщини в дзеркалі» подана уявна ідентифікація, що характеризується напруженням між *Ego* і ідеалом *Ego*, природа якого з плином часу кардинально змінюється. Перший період напруження пов'язаний із передбаченням оволодіння ідеалом *Ego*, що надає напруженню мотивуючого характеру. Передбачення пов'язане з безмежною самовіддачею і необґрунтованим бажанням догодити *Іншим* у контексті роботи і спирається на ідею про персональне служіння по відношенню до роботи та *Інших*. Обов'язки видаються самі по собі зрозумілими як умова відповідності бажаному образу.

У цьому періоді «вигорілі» працівники повністю присвячують себе *Іншим* і роботі. Однак усе, що робиться, ніколи не сприймається як задовільне для них самих. Наслідком цього є криза служіння заповітним

ідеалам, що сприймається як невідповідність *Его* ідеалу *Его* і образно характеризується психоаналітиками як «Тріщини в дзеркалі». Ця невідповідність збільшує строгість оцінки *Супер-Его*, яка породжує напруження іншої природи, що проявляється як диспропорція до витрачених зусиль і призводить до дисфорії. І чим сильніша й інтенсивніша рання віра в ідеал і залученість *Его*, тим сильніше засудження *Супер-Его*.

Феноменологічно це об'єктивується як скарги, невдоволення на тлі виснаження, нездужання. Наростає відчуття неефективності, спустошеності, виникають проблеми розмежування особистого життя і роботи. Поглинання роботою призводить до стирання кордонів між собою та *Іншими*. Виконання робочих обов'язків сприймається як величезна праця, що потребує великих зусиль [29].

Другий динамічний процес «Дзеркало падає» відображає проблеми символічної ідентифікації, пов'язані із втратою *Его*-ідеалу через те, що *Інший*, від якого очікується визнання, виступає ворожим і знецінює *Его*-ідеал. Втрата елемента символічної ідентифікації позбавляє стійкості суб'єкта уявної ідентифікації. З одного боку, зникає частина суб'єктивного знання про те, як суб'єкт співвідноситься з іншими, і, як наслідок, зникає частина ідентичності, яка визначає особу в інтерсуб'єктивності взаємодії. З іншого боку, зникає і частина ідентичності, атрибутована в Іншому, тому що *Інший*, раніше сприятливий, сприймається ворожим і незрозумілим. У дискурсах «вигорілих» професіоналів це фігурує як втрата бажання що-небудь вкладати в роботу через конфронтацію, відмова від благих намірів у зв'язку з агресивними інцидентами, розчарування, сумніви, відчуття безнадійності і безглуздості в роботі, підозрілість і навіть параноїдальні фантазії.

«Відхід від дзеркала» характеризує третій динамічний процес, коли в результаті хворобливих сутичок з *Іншими* відбувається не відмова від *Его*-ідеалу, а відмова від взаємодії з *Іншими*. У такому випадку *Его* уникає конфліктів, але його функціонування стає обмеженим. Конструкція ідеального *Его* не може матеріалізуватися: уявна ідентифікація руйнується, і суб'єкт може опинитися в порожнечі. З одного боку, роботу не вибирають як середовище, на яке можуть бути спроектовані ідеали, страждають аспекти відносин, робоче функціонування погіршується, обмежується або навіть зупиняється. З іншого боку, цей процес передбачає збіднення

суб'єктивного рівня, в результаті чого нівелюється процес присвоєння суб'єктивного смислу подій, що проявляється в дискурсах у труднощах вираження своїх думок і убозстві відповідей про проблеми на роботі [28].

Таким чином, можна зробити висновок про те, що процес уникнення може бути пов'язаний з уникненням хворобливих сутичок із власними амбівалентними почуттями, тобто з внутрішнім конфліктом.

В оповіданнях «вигорілих» фахівців відчуття труднощів на роботі зміщується в бік організаційних питань, а амбівалентні і суб'єктивно недоречні почуття виражаються опосередковано, через нестиковки в сюжетній лінії та суперечливі деталі.

Більшість теоретичних моделей починається з унітарного пояснення, згідно з яким постулюється єдиний фундаментальний механізм вигорання. Модель емоційного вигорання Ж. Лакана дозволяє зробити важливий висновок про те, що існують різні динамічні процеси, які призводять до вигорання, і що схожі скарги на вигорання можуть належати до різних динамічних процесів.

З іншого боку, дана теоретична структура може бути розглянута як інтегруюча, у рамках якої представлені динамічні процеси можуть пояснюватися альтернативно іншими психоаналітичними моделями або існуючими пояснювальними концепціями в інших напрямках психології.

В обох аспектах першого динамічного процесу ключовими є зацікавленість «вигорілих» осіб моделюванням *Ego* до ідеалу *Ego* і їх схильність до підпорядкування для злиття з ідеалом *Ego*, що, незважаючи на всі зусилля, призводить не до бажаного результату, а до відчуття особистісної неефективності. Перший динамічний процес можна інтерпретувати в термінах класичного уявлення про прагнення «вигорілих» людей до нарцисичної грандіозності, якої вони не досягають. Нарцисичні потреби в досягненні ідеалу, отриманні визнання і відчутті власної значущості виступають факторами, що сприяють розвитку емоційного вигорання [17].

Х. Фішер розглядає так званий «грандіозний нарцисизм», який проявляється в нарцисичній потребі у збереженні «грандіозного об'єкта Я», в підтвердженні «ілюзії величчя», яка змушує всі зусилля спрямовувати на досягнення ідеалу в роботі, незважаючи на розчарування. Зусилля, які витрачаються, не призводять до бажаного результату через його нереалістичність, у результаті чого розвивається вигорання [21].

Г. Фрейденбергер також вважає, що страх бути гіршим за інших є базовою основою вигорання людей, які прагнуть до досконалості. Люди вичерпали себе в запереченні власних слабкостей і багато вкладають у роботу, щоб віднайти почуття ідентичності [22].

В. Грош, Д. Ольсен вказують, що до вигорання схильні люди, які дивляться на свою роботу з точки зору нарцисичного бажання отримати схвалення *Інших*. Вони, як правило, ставляться до колег або клієнтів як до *Self-об'єктів*, за допомогою яких вони намагаються задовольнити одну з основних потреб – таких, як потреба в любові і захопленні [24].

Ч. Гликоф-Хьюс, Е. Мехельманн розглядають «депресивний нарцисизм», який розвивається в результаті взаємодії з нарцисичними значущими *Іншими*. Він характеризується нестійкою самооцінкою, яка залежить в основному від зворотного емоційного підживлення інших, а не від автентичності власних почуттів, що призводить до підвищеної чутливості, яка є не лише позитивним фактором, а й показником їх слабкості. Нестійка самооцінка спричиняє нестійку самоповагу, що змушує знецінювати досягнення і призводить до відчуття неможливості задоволення нарцисичної потреби в повазі і визнанні [23].

Другий динамічний процес альтернативно можна представити з позиції класичного психоаналізу З. Фрейда в термінах «втрати об'єкта», коли в результаті травмуючих переживань *Его-ідеал* втрачається для *Его*, що, згідно з З. Фрейдом, переживається як скорбота [14].

Відображення цього процесу можна простежити і в інших дослідженнях емоційного вигорання. К. Чернісс, наприклад, описує, як у вигоранні втрачається аспект людського натхнення і ідеалів, який протистоїть професійній нудзі і безглуздості [16]. У цій втраті можуть звинувачувати як себе, так і інших [19]. В результаті цієї втрати фундаментально змінюється сприйняття *Інших*: *Інші* більше не ті, визнання яких можна очікувати, вони сприймаються як загрозливі і тривожні об'єкти.

Третій динамічний процес може альтернативно інтерпретуватися в термінах захисту від тривожності у формі заперечення або придушення неприйнятних імпульсів [27]. Процес уникнення *Іншого* може бути також описаний як уникнення усвідомленого психічного інвестування у відносини. Щоб зберегти усталене почуття ідентичності, люди займають позицію неусвідомлення стосовно індивідів на роботі.

Підводячи підсумки цього далеко не вичерпного огляду психоаналітичних концепцій емоційного вигорання, слід зазначити, що основними факторами емоційного вигорання із цих позицій розглядаються проблеми формування суб'єктності. Вони породжують кризу в інтерсуб'єктивних взаємодіях, яка призводить до порушення цілісності, відчуження суб'єкта від фундаментальних аспектів свого буття. Таким чином, психоаналітичні моделі, не претендуючи на вичерпність пояснення феномену емоційного вигорання, відображають глибинний аспект цього явища, пов'язаний із конфліктом між усвідомлюваними прагненнями і несвідомими потребами.

Крім того, результати, отримані в ході досліджень у рамках психоаналітичних теорій, співвідносяться з результатами існуючих пояснювальних концепцій в інших напрямках психології, тому можна вважати їх взаємодоповнюючими.

З екзистенціальних позицій А. Ленгле визначає емоційне вигорання як особливу форму екзистенціального вакууму, зумовленого дефіцитом істинного, екзистенціального смислу, який приводить до переживання екзистенціальної сповненості, що виражається у відчутті цілісності, співвіднесеності із самим собою. Екзистенціальний дефіцит (суб'єктивна потреба), на думку екзистенціалістів, породжуючи хибні смисли, спричиняє виснаження і відчуття порожнечі [10].

У даному випадку простежується певна аналогія з «неповнотою буття» Ж. Лакана. Отже, постає питання, як виникає суб'єктивний дефіцит з точки зору екзистенціалістів. На думку А. Ленгле, суб'єктивний дефіцит розвивається з чотирьох фундаментальних мотивацій, які пов'язані з довірою до себе і до світу, якістю життя, відчуттям власної унікальності і розумінням того, заради чого варто жити.

Відчуття екзистенціальної порожнечі можна вважати крайньою межею, на якій у результаті суб'єктивної потреби розвивається відчуження людини від самої себе, що призводить до емоційного виснаження. А. Ленгле звертає увагу на те, що емоційне вигорання розвивається не тільки в результаті суб'єктивного дефіциту, а й тоді, коли немає внутрішньої згоди на діяльність, займатися якою змушують обставини. Крім того, помилкові ідеалістичні установки, що призводять до емоційного вигорання при зіткненні з реальністю, можуть бути наслідком не суб'єктивного дефіциту, а установок,

віри, переконань, перейнятих від інших людей [10]. Тобто порушення фундаментальних мотивацій і самовідчуження можна розглядати не тільки як особистісну проблему, а й з позицій впливу соціальних факторів.

У межах соціального підходу в цьому відношенні показовою є теорія емоційної праці А. Р. Хохшильд, яка розглядає управління професіоналами своїми емоціями з метою підвищення ефективності роботи і отримання винагороди [26]. А. Р. Хохшильд розрізняє поверхове виконання емоційної праці, коли зображуються емоції, які відповідають нормативним очікуванням, і глибоке виконання, коли професіонал намагається реально випробувати очікувані в даній ситуації емоції, що спричиняє перетворення почуттів. На думку А. Р. Хохшильд, поверхове виконання призводить до відчуження від справжнього «Его», а глибоке – до зміни «Его» індивіда, в результаті чого ймовірними стають «самовідчуження», втрата почуття «Его», «емоційний дисонанс», який провокує емоційне вигорання. Таким чином, представлена теорія емоційного вигорання конвергує з проблемою ідентичності в розумінні Ж. Лакана [13].

Зазначене вище співвідношення, яке так чи інакше простежується в різних концепціях емоційного вигорання, дозволяє атрибутувати це явище як загальнопсихологічний феномен. Розгляд вигорання в рамках тільки однієї з моделей може привести до помилкової інтерпретації і не дозволить розпізнати справжню причину вигорання суб'єкта. Можна припустити, що виникнення емоційного вигорання пов'язане з певним поєднанням зовнішніх і внутрішніх умов, яке є не типовим, а унікальним для кожного конкретного індивідуума. Ключовим моментом у розумінні природи вигорання є виявлення і аналіз протиріч, що призводять до напруження і стагнації. Емоційне вигорання як самовідчуження може мати кілька причин виникнення – дезінтеграцію і втрату ідентичності та зміцнення помилкової ідентичності, заснованої на ілюзорних уявленнях.

Список використаних джерел

1. Бескова И. А. Самость и самоосознание в когнитивном развитии человека / И. А. Бескова // Эволюция. Мышление. Сознание. (Когнитивный подход). – М. : Канон+, 2004. – С. 65–168.
2. Валлон А. От действия к мысли: очерк сравнительной психологии / Анри Валлон; [пер. с фр. Е. К. Андреевой и Ю. В. Жуковой]; [общ. ред. и вступ. ст. проф. А. Н. Леонтьева]. – М. : Иностранная литература, 1956. – 238 с.

3. Ганоцкая Н. В. Я и время. Основания темпоральной концепции Я / Н. В. Ганоцкая // Вопросы философии. – 2010. – № 2. – С. 73-83.
4. Кляйн М. «Эдипов комплекс в свете ранних тревог» и другие работы 1945-1952 гг. / Мелани Кляйн // Собр. соч в 7 т. – Ижевск : ERGO, 2007. – 312 с.
5. Кожев А. Введение в чтение Гегеля (Лекции по Феноменологии духа, читавшиеся с 1933 по 1939 г. в Высшей практической школе) / Александр Кожев; [пер. с фр. А. Г. Погоняйло]. – СПб. : Наука, 2003. – 792 с.
6. Лакан Ж. Стадия зеркала и ее роль в формировании функции Я в том виде, в котором она предстает нам в психоаналитическом опыте / Жак Лакан // «Я» в теории Фрейда и в технике психоанализа. – М. : Издательство «Гносис», Издательство «Логос». – С. 508-516.
7. Лакан Ж. «Я» в теории Фрейда и в технике психоанализа. Семинары. Книга 2 (1954/55) / Жак Лакан; [пер. с фр. А. К. Черноглазова]. – М. : Издательство «Гносис», Издательство «Логос», 1999. – 520 с.
8. Лакан Ж. Имена-Отца / Жак Лакан; [пер. с фр. А. К. Черноглазова]. – М. : Издательство «Гнозис», Издательство «Логос», 2006. – 160 с.
9. Лейбин В. М. Роль информационно-коммуникационных технологий в изменении отношений между воображаемым, символическим и реальным / Валерий Моисеевич Лейбин // Вопросы философии. – 2011. – № 6. – С. 93-102.
10. Лэнгле А. Эмоциональное выгорание с позиции экзистенциального анализа / Альфред Лэнгле // Вопросы психологии. – 2008. – № 2. – С. 3-16.
11. Мазин В. А. Сновидения кино и психоанализа / В. А. Мазин. – СПб. : Скифия-принт, 2012. – 256 с.
12. Мельшиор-Бонне С. История зеркала / Сабин Мельшиор-Бонне; [пер. с фр. Ю. М. Розенберг]. – М. : Новое литературное обозрение, 2006. – 456 с.
13. Симонова О. А. Эмоциональный труд в современном обществе: научные дискуссии и дальнейшая концептуализация идей А. Р. Хохшильд / О. А. Симонова // Журнал исследований социальной политики. – 2013. – Т. 11. – № 3. – С. 329–354.
14. Фрейд З. Печаль и меланхолия / Зигмунд Фрейд // Основные психологические теории в психоанализе : [Сборник]. – СПб. : Алетейя, 1998. – С. 211-231.
15. Apollon W. After Lacan: clinical practice and subject of the unconscious / by Willy Apollon, Danielle Bergeron, and Lucie Cantin; edited and introduced by Robert Hughes and Kareen Ror Malone. – Albany: State University of New York Press, 2002. – 197 p. cm. – (Sunny series in psychoanalysis and culture).
16. Cherniss C. Beyond burnout / C. Cherniss. – New York : Routledge, 1995. – 325 p.

17. Chiesa L. Subjectivity and others: a philosophical reading of Lacan / Lorenzo Chiesa. – Cambridge: Massachusetts Institute of Technology Press, 2007. – 235 p. – (Short circuits).
18. Deleuze and psychoanalysis. Philosophical essays on Deleuze's debate with psychoanalysis [edited by Leen de Bolle]. – Leuven: Leuven University Press, 2010. – 160 p.
19. Farber B. A. Treatment strategies for different types of teacher burnout / B. A. Farber // Journal of Clinical Psychology. – 2000. – Vol. 56. – P. 675-689.
20. Firth J. Personal meanings of occupational stress: cases from the clinic / J. Firth // Journal of occupational psychology. – 1985. – Vol. 58. – P. 139-148.
21. Fischer H. J. A psychoanalytic view on burnout / H. J. Fischer, B. A. Farber // Stress and burnout in the human service professions. – New York : Pergamon Press, 1983. – P. 40-46.
22. Freudenberger H. J. Bum-out: How to beat the high cost of success / H. J. Freudenberger, G. Richelson. – New York : Bantam Books, 1980. – 259 p.
23. Glikauf-Hughes Ch. Non-borderline patients with mothers who manifest borderline pathology / Ch. Glikauf-Hughes, E. Mehlmann // British Journal of Psychotherapy. – 1998. – Vol. 14. – № 3. – P. 294-302.
24. Grosch W. N. When helping starts to hurt / W. N. Grosch, D. C. Olsen. – New York : Norton, 1994. – 221 p.
25. Hallsten L. Burning out: a framework / L. Hallsten // Professional burnout : recent developments in theory and research. – Washington, 1993. – P. 95-114.
26. Hochschild A. R. The managed heart: commercialization of human feeling / Arlie Russell Hochschild. – Berkeley: University of California Press, 2003. – 327 p.
27. Socarides C. W. Work and its inhibitions / C. W. Socarides, S. K. Kramer. – Madison : International Universities Press, 1997. – 177 p.
28. The later Lacan: an introduction / edited by Veronique Voruz, Bogdan Wolf. – Albany : State University of New York Press, 2007. – 275 p. cm. – (Sunny series, alternatives in psychology). – (Sunny series in psychoanalysis and culture).
29. The subject of Lacan: Lacanian reader for psychologists / edited by Kareen Ror Malone and Stephen R. Friedlander. – Albany: State University of New York Press, 2000. – 388 p. cm. – (Sunny series, alternatives in psychology). – (Sunny series in psychoanalysis and culture).
30. Vanheule S. Powerlessness and impossibility in special education: a qualitative study on professional burnout from a lacanian perspective / S. Vanheule, P. Verhaeghe // Human relations. – 2004. – Vol. 57. – P. 497-519.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ СОЦІАЛЬНОЇ МОБІЛЬНОСТІ СУЧАСНОЇ МОЛОДІ

Єрмакова Н. О.

Основні соціокультурні та особистісні механізми соціальної мобільності в контексті сучасних психологічних досліджень.

Сучасне суспільство – надзвичайно динамічне. Глобалізація світу неодмінно пов'язується з процесами мобільності, яка стала фактом повсякденності. Кожна людина впродовж свого життя рухається у соціальному просторі – змінюються її дохід, культурний та освітній рівні, статус, психологічні риси та релігійні переконання. Соціальна мобільність означає переміщення індивідів між різними рівнями соціальної ієрархії в соціальному неоднорідному, диференційованому суспільстві. Ступінь соціальної мобільності використовується як показник рівня відкритості і рухомості суспільства, або навпаки, його закритості і консервативності.

Механізми соціальної мобільності умовно можна розподілити на дві великі групи – соціокультурні та особистісні. До соціокультурної групи відносять ті, що виникають безпосередньо в процесі соціалізації, навчання та виховання людини і формують ядро особистості, а також продукують умови для відтворення цінностей. Зокрема, традиційно до механізмів відносять економічну активність, підвищення освітнього рівня, політичну приналежність шлюбне партнерство (Б. Бергер та П. Бергер [5]). У суспільній свідомості соціокультурні механізми ніколи не втратять своєї значущості, проте вміла й ефективна самоорганізація діяльності самої особистості, що відповідає вимогам сучасного швидко змінюваного життя, підсилює їх дієвість стосовно покращення рівня соціального добробуту не тільки певного суспільства в цілому, а і окремої особистості зокрема.

У сучасному українському суспільстві, центральною віссю якого є приватна власність, саме економічні організації відіграють першорядну роль. Стосовно шлюбного партнерства, воно є більш значущим особистісним механізмом соціальної мобільності для жіночої половини населення, що концентрує свою увагу на пошуках заможного партнера,

зокрема, посилюється інтерес до іноземців. Важливим соціокультурним механізмом соціальної мобільності є освіта як засіб отримання майбутньої престижної та високо оплачуваної роботи. Зростає відсоток тих, хто бажає підвищити свій соціальний статус за допомогою політики, оскільки він відкриває безліч можливостей для отримання високого прибутку.

Однак, на сучасному етапі вивчення даної проблеми, перелік *соціокультурних* механізмів, які є ключовими інструментами управління соціальною мобільністю, зазнав змін у порівнянні з традиційною схемою і, солідаризуючись із С. Просольченком [26], їх класифікація за ступенем значущості має наступний вигляд: основні (система освіти, власність, політичні партії), допоміжні (збройні сили і сукупність загальних організацій держави), базові (посадова ієрархія і розподіл праці). Важливе місце в цій класифікації посідають ще два механізми – подвійний (інститут сім'ї) і такий, що формується (засоби масової інформації).

До основних *особистісних* механізмів, що детермінують розвиток якостей мобільної особистості, відносять мотиваційну сферу та систему цінностей людини, її спрямованість, самовизначення, наявність різноманітних здібностей та вмінь. Розвиток цих механізмів розуміється як спеціально спроектований та спрогнозований процес послідовної прогресивної зміни психіки людини, завдяки чому відбувається адекватна зміна особистості в цілому (її психічні процеси, стани та властивості), що детермінується сукупною єдністю біологічної, соціальної та особистісної складових, характеризується наявністю стадій. Результатом розвитку особистісних механізмів соціальної мобільності є закріплення новоутворень, що визначають поведінку людини як поведінку соціально-мобільної особистості. Таким чином, розвиток соціальної мобільності, та мобільності взагалі, передбачає як розвиток прагнень особистості бути активною, будувати власні відносини зі світом, так і наявність знань про цей світ, розуміння його закономірностей, уміння адаптуватися до його умов, що змінюються, бути готовими до їх сприйняття й переживання, прагнення впливати на навколишню дійсність з метою її перетворення. Розкриємо більш детально зміст основних особистісних соціально-психологічних механізмів соціальної мобільності.

Соціальний інтелект. Соціальний інтелект розуміють як властивість, що визначає здатність людини до ефективного спілкування й розуміння себе та інших, успішність в соціальній адаптації, її розуміння й

прогнозування результатів власної поведінки та поведінки партнерів у міжособистісних відносинах. Прихильниками зарубіжних психологічних шкіл саме поняття трактується по різному: як здібність мудро поступати в людських відносинах (Е. Торндайк [30]); як особливе вміння вірно судити про людей, прогнозувати їх поведінку і забезпечувати адекватне пристосування в міжособистісних взаємодіях (Г. Оллпорт [23]).

У вітчизняній літературі також існує безліч визначень сутності поняття «соціальний інтелект». Так, Ю. Ємельянов [11] вважає його вмінням особистості розуміти себе та інших людей, їх взаємини, прогнозувати міжособистісні події, засновані на специфіці розумових процесів афективного реагування і соціального досвіду. М. Бобньова [6] визначає соціальний інтелект як здібність вбачати і вловлювати складні стосунки і залежності в соціальній сфері, яка формується в процесі діяльності в сфері соціальних взаємодій. М. Кубишкіна [17] вказує, що зазначений феномен є компонентом соціально значущої діяльності, спрямованої на досягнення високих результатів.

С. Космітській і О. Джон [28] запропонували концепцію соціального інтелекту, що включає в себе сім складових, розподілених між двома відносно самостійними групами – «когнітивні» і «поведінкові». До когнітивних елементів соціального інтелекту ними були віднесені: оцінка перспективи, розуміння людей, знання спеціальних правил, відкритість у відносинах до оточуючих. До елементів поведінкових: здатність мати справу з людьми, соціальна пристосовність, теплота в міжособистісних стосунках. Стає зрозумілим, що особливості розвитку соціального інтелекту та рівень розвитку показників даного феномену тісно взаємодіє з соціометричною позицією особистості в соціальній структурі суспільства.

Тісно взаємопов'язана з соціальною мобільністю **соціальна активність особистості**. Л. Орбан-Лембрик розуміє соціальну активність як «глибинні, різнобічні зв'язки особистості із соціумом, рівень реалізації як суб'єкта суспільних відносин» [24]. Дослідниця простежує залежність соціальної активності й особистості, вказуючи, що рівень соціальної активності визначає міру реалізації особистості в соціумі.

С. Грабовська та С. Чолій [9] соціальну активність розглядають як особистісну якість, важливу інтеграційну характеристику самоорганізації

та мотиваційно-ціннісної орієнтації людини, її соціально спрямованої діяльності та поведінки, взаємодію із членами колективу й соціальним середовищем при виконанні соціально значущої діяльності.

Соціальна активність, на думку О. Безпалько [4], виявляється в здатності особистості до свідомого пристосування до зовнішнього середовища, а також його цілеспрямованої зміни. У повсякденному житті соціальна активність проявляється у вигляді діяльності в організації та координації активності індивідів, в освоєнні ними зовнішнього середовища. Отже, використовуючи силу активності, яка закладена в потребах та спонуканнях людини, індивід надає своїй життєдіяльності певну спрямованість, реалізуючи тим самим вищі цілі особистості, пов'язані з її внутрішнім ростом. Мобільність не може проявлятися без активного реагування особистості на життєву ситуацію, але це свідомий вибір життєво важливих рішень, спрямований на раціональну зміну ситуації, статус-позиції, орієнтацій людини в суспільстві і здатність людини організувати процес зміни життєвого шляху. При цьому, солідаризуючись із С. Чарнетою [32], людина проявляє підвищену цілеспрямовану активність, оцінюючи ситуацію, співвідносить її зі своїми можливостями, ціннісними орієнтаціями, мотивами й потребами й планує стратегію діяльності, самореалізації, саморозвитку, просування, проявивши вольові якості.

Ідентичність. Молодіжне середовище особливо швидко піддається впливу соціуму, що робить його схильним до інтенсивних змін. На прикладі молоді достатньо яскраво простежується процес становлення соціальної ідентичності, а процес накопичення об'ємного соціального досвіду сприяє становленню зрілої ідентичності. Від того, як цей процес реалізується, залежить наскільки комфортно почувають себе молоді люди, наскільки їх покоління інтегроване у суспільство. Значний внесок у розвиток цього поняття зробив Е. Еріксон [12], розробивши концепцію психосоціальної ідентичності. Ідентичність визначається ним як особистісний конструкт, що відображає внутрішню солідарність людини із соціальними ідеалами, цінностями та нормами. Схожим є визначення Г. Андрєєвої [1]: «інструмент соціальної орієнтації особистості, у результаті якого особистість будує не просто свій власний образ, а образ групи, до якої вона належить».

Особистісна і соціальна ідентичності являють собою складові Я-концепції. Щодо їхнього співвідношення серед науковців існують істотні суперечності. Наприклад, одні розглядають особистісну та соціальну ідентичності як взаємозалежні елементи одного цілого (Е. Еріксон [12]), при цьому деякі дослідники підкреслюють первинність соціальної ідентичності (Р. Дженкінс [39]), інші вбачають у них два полярні конструкти, що в разі актуалізації одного з них веде до деактуалізації іншого (В. Павленко [25]). Ми схильні підтримувати думку про первинність соціальної ідентичності і взаємодоповнюваність цих двох компонентів одного цілого.

Близьким, але не тотожним до поняття ідентичності є ідентифікація. У широкому значенні ідентифікація особистості визначається як процес становлення, функціонування і розвитку ідентичності суб'єкта. Ідентифікація охоплює динамічні, процесуальні аспекти формування ідентичності. Поняття «ідентифікація» трактується як центр, механізм, що забезпечує здатність «Я» до саморозвитку, прийняття індивідом соціальних ролей, засвоєння соціокультурних зразків і моделей поведінки.

В ідеалі кожна людина прагне до позитивної ідентичності – являє собою внутрішньо несуперечливу інтеріоризацію соціокультурних нормативів навколишнього світу, яка передбачає психологічну впевненість в собі. Як зазначає Т. Титаренко, позитивна ідентичність досягається за допомогою соціальної мобільності як спроби змінити групу, соціальної творчості як намагання перетворити вимір, цінність чи фокус порівняння себе з іншими та соціальної конкуренції як виклику іншим, конфронтації з більшістю [29]. В іншому випадку особистості загрожує криза ідентичності – особлива ситуація свідомості, коли більшість соціальних категорій, за допомогою яких людина визначає себе і своє місце у суспільстві, здаються такими, що втратили свої межі і свою цінність. Пов'язують цей процес і зі зміною ролі референтної групи.

Розрив між групою членства та референтною групою стає основою для включення у процес ідентифікації проблеми цінностей: чужа група виявляється більш позитивною, зокрема тому, що її система цінностей виглядає більш привабливою. У процесі глобалізації очевидним стає злиття численних підсистем і сфер соціального життя, національних традицій і культур. Саме такі суттєві трансформації соціальних процесів та інститутів

спричиняють кризу ідентичності. Все це стає причиною частоті зміни соціальних ролей, різких переміщень у соціальному просторі – зростання соціальної мобільності, як висхідної, так і спадної. З. Бауман [3], у свою чергу, наголошує, що раніше пріоритетом для людини було формування стійкої ідентичності та її підтримка, а сьогодні вона ставить перед собою завдання уникнути скам'янілості ідентичності та не перетворитися в щось раз і назавжди фіксоване.

Тісно пов'язаний з соціальною мобільністю процес *маргінальності*, під яким розуміють пограничний, проміжний, структурно невизначений стан соціального суб'єкта. До маргіналів відносяться індивіди та групи виключені з системи звичних соціальних зв'язків і такі, що знаходяться на межі соціальних прошарків та структур. В цілому маргінали відчувають велику психологічну напругу і переживають своєрідну кризу самосвідомості, пов'язану з втратою ідентичності. В соціальній психології механізм маргінальності досліджувався Т. Шибутані [35], який розглядав це явище в контексті соціалізації особистості у сучасному трансформаційному суспільстві. Центральним моментом в його розумінні маргінальності є домінування соціальних змін, трансформації соціальної структури, що призводять до тимчасового руйнування узгодженості. В результаті людина потрапляє у ситуацію, коли вимоги декількох еталонних для неї груп суперечать одна одній, і задовольнити їх одночасно неможливо, на відміну від ситуації у стабільному суспільстві, коли еталонні групи в житті особистості підкріплюють одна одну.

М. Черниш [33] провів дослідження щодо близькості до тих чи інших груп у зв'язку з висхідною і спадною соціальною мобільністю. Факторний аналіз відповідей показав: серед тих, хто піднявся вгору по соціальних сходах, соціальна ідентичність виражена яскравіше і потреба в ній сильніше, ніж в групах зі спадною мобільністю. Особливістю висхідної соціальної мобільності є активний пошук ідентичності в рамках «середніх соціальних груп», родинних зв'язків, професійної спільності тощо.

Отже, зміна ідентичності або ж криза призводить до переміщення особистості в соціальному просторі, пов'язана зі зміною способу життя, думок, звичок, норм, прагнень до іншого соціального статусу, актуалізуються потреби індивіда пов'язаних з якістю та потребами життя.

Мотивація. Соціальна мобільність передбачає відхилення від усталеної системи взаємодій, норм поведінки чи навіть повну зміну способу життя. Важливим при цьому є специфіка протікання процесів адаптації індивіда чи групи людей до нових умов: пристосування психіки людини до зовнішнього середовища, що якісно змінюється. Це вимагає мобілізації внутрішніх ресурсів індивіда, вимагає перебудови систем його ціннісних настанов, оцінних уявлень, сталих форм поведінки. Тому соціальна мобільність – системне явище, що відображає об’єктивну сторону процесу соціалізації особистості та суб’єктивну, які знаходяться у постійній взаємодії. Результатом такої взаємодії і є горизонтальна та вертикальна мобільність людей в суспільстві.

Солідаризуючись із І. Шпекторенко [37] зауважимо, що соціальне середовище, з яким кожен індивід знаходиться у постійній складній системі комунікацій та взаємодій, не просто «формує» особистість у процесі діяльності. З притаманною йому активністю, воно впливає на людину, орієнтує її, мотивує, адаптує, навчає, регулює, підчиняє соціальному контролю, «заражає» відповідними «моделями» поведінки, спонукаючи до певної спрямованості соціальної поведінки та діяльності. Отже, індивідуальні якості індивіда, впродовж всього життя, визначаються дією об’єктивних факторів зовнішнього середовища. Однією зі структур такого комплексу якостей є ціннісно-орієнтовні – внутрішня орієнтація та внутрішня мотивація особистості на соціальну мобільність.

Численні експериментальні дослідження науковців дозволили їм зробити висновок про те, що стрижневими структурними утвореннями особистості є потреби й прагнення – її мотиваційна основа. Вона є одним з основних чинників, що спричиняє певну систему відносин людини до себе та соціального середовища. Мотивацію прийнято розглядати як складну систему відносин, потреб, інтересів, ідеалів, прагнень, спонук і мотивів, що зумовлюють спрямованість активності особистості. Також іноді її трактують як внутрішню причину дії, рушійні сили поведінки, що пронизують усю структуру особистості. І. Джідар’ян [10] зазначає, що мотивація впливає на поведінку особистості як у теперішньому так і в майбутньому, оскільки у дію вступають мета діяльності й засоби її досягнення, забезпечується доцільність і свідомість цілісного поведінкового акту особистості. Внутрішню мотивацію особистості складають наявні

потреби та характер мотиву досягнення, разом вони утворюють внутрішню позицію й є активним стимулом в соціальній спрямованості особистості. Мотив формується на основі актуальних потреб і особливостей ситуації, він зумовлює внутрішній стан особистості й забезпечує спрямованість її дій. Досить часто, за певних умов, вплив ситуації на формування мотиву стає вирішальним. Мотиви є предметно зорієнтованими й окрім збуджувальної функції, виконують регулятивну – мотив може стати самоцінним, виступити як метою, так і бути засобом досягнення мети. Таким чином, особистість, яка прагне до висхідної соціальної мобільності, у процесі задоволення цієї потреби регулюється даним мотивом як засобом активності. Мотивація тут виступає як спонукальний процес і реалізація в дії.

Як зазначає Дж. Уррі [31], в одному з досліджень Кессіді та Лінн відслідковували життєві досягнення людей віком від 16 до 25 років й виявили, що готовність до самоосвіти, саморозвитку та мотивації досягнення передбачає підвищення соціальної мобільності. Це свідчить, що проблема мобільності дуже тісно пов'язана з мотивами та метою діяльності як основних психологічних механізмів прояву соціальної мобільності. Мотиваційна сфера особистості обумовлює цілеспрямований, свідомий характер дій людини й визначає потенційні можливості особистості, створює індивідуальне поле готовності до переміщення по соціальному просторі в суспільстві.

Воля. В демократичному суспільстві соціальна мобільність проявляється особливо яскраво, надаючи можливість людині переміщатися з однієї верстви чи страти в іншу, причому можливість переходу людини з однієї соціальної позиції до іншої не визначається лише родовими ознаками, а багато в чому залежить від самої людини, її активності, творчих здібностей, таланта і вольових якостей.

Часто людина усвідомлює необхідність діяти та приймати відповідні рішення, але не завжди переходить до їх реалізації. Однією мотивацією цей перехід пояснити не можна. В таких ситуаціях активізується вольовий потенціал особистості. Воля – це свідоме регулювання людиною своєї поведінки і діяльності, яке виражається в умінні долати внутрішні і зовнішні труднощі при здійсненні цілеспрямованих дій і вчинків. Однак, спланована дія не реалізується автоматично: щоб рішення перейшло в дію, необхідно усвідомлене вольове зусилля. В даний час під вольовим зусиллям розуміють

форму емоційного стресу, що мобілізує внутрішні ресурси людини і створює додаткові мотиви до дії по досягненню мети. Як зазначав С. Рубінштейн [27], головна психологічна функція волі – посилення мотивації і вдосконалення на цій основі свідомої регуляції дій.

Єдність мотивації, інтелектуальних здібностей та вольових якостей людини становлять внутрішній потенціал особистості, що лежить в основі гнучкої орієнтації і діяльнісного реагування в динамічних соціальних і професійних умовах у відповідності з власними життєвими позиціями, забезпечує готовність до змін і реалізацію цієї готовності у своїй життєдіяльності – готовність особистості до сучасного життя з його багатоаспектними чинниками вибору. Є. Нікітіна [22] пов'язала дані механізми особистості з мобільністю: динамічний розвиток мотиваційно-інтелектуально-вольового потенціалу сприяє успішній адаптації індивіда до швидко змінюваних умов соціального та професійного середовища.

Ризик. Сучасне суспільство – це система, яка динамічно розвивається й перебуває на постійних етапах модернізації. Усі сфери суспільного життя сповнені інноваціями, а значить, містять в собі елементи невизначеності, непередбачуваності і ризику. Проникаючи в механізм їх соціального розвитку, ризик детермінує спрямованість і інтенсивність цього процесу. Це сприяє як розвитку молоді, так і суспільства в цілому. В соціальному плані названий процес постає як зміна молоддю свого місця в соціальній структурі, тобто як певна спрямованість її соціальної мобільності. Особистість в цей час постає суб'єктом суспільного відтворення, критерієм якого є придбання і зміна молодими людьми власного соціального статусу і формування громадянських ідентичностей в процесі досягнення молодими людьми соціальної зрілості і соціальної суб'єктності.

Ю. Зубок [13] вважає, що досягнення соціальної зрілості, а згодом переміщення особистості в соціальному просторі є періодом проб і помилок в процесі вибору життєвого шляху, способів самореалізації, іманентно пов'язаного з ризиком. По-перше, молоді, як носіям інноваційної функції, ризик притаманний іманентно і може бути визнаний її своєрідним об'єднуючим фактором. По-друге, через активну і часто ризикову діяльність реалізуються особисті амбіції, що сприяє придбанню і зміні, спочатку професійного, та надалі соціального статусу в ході

інтеграції молоді в структури суспільства. Вибір ідентифікаційних зразків і стратегій поведінки є невід'ємною частиною реалізації молоддю самостійного життєвого шляху, значущим фактором соціального розвитку і цей процес супроводжується почуттям ризику.

Схожої думки дотримується А. Яхнібаш [38]: статус і потреби індивіда впливають на його схильність до ризикованої поведінки. Чим вище рівень потреб індивіда, тим вище ймовірність того, що індивід віддасть перевагу ризикованому способу їх досягнення. Отже, більш високого статусу в соціальній та інших сферах життєдіяльності суспільства гідні індивіди, які володіють більш сформованим комплексом соціально-психологічних важливих мобільних якостей, ніж ті, кому ці якості притаманні в меншій мірі.

Ресурси. Особливу увагу на взаємозв'язок ресурсів особистості та соціальної мобільності звернула А. Козельська [15]. Ресурси особистості – це всі ті життєві структури, що дозволяють людині забезпечувати власні потреби та своє оптимальне функціонування. Життєві ресурси визначаються як своєрідне психологічне утворення, що інтегрує в собі різні за рівнем складності феномени, які дозволяють йому досягати життєвого успіху і долати життєві труднощі й екстремальні ситуації. До їх числа віднесені наступні феномени психологічного світу особистості: самоприйняття, прийняття інших, емоційна комфортність, ціннісні орієнтації, гнучкість поведінки, сенситивність до себе, спонтанність, самоповага, уявлення про природу людини, креативність, загальна інтернальність, стресостійкість, напруженість психологічних захистів, життєві цілі, інтерес та емоційна насиченість життя, задоволеність самореалізацією, локус контролю – Я, локус контролю – життя, рівень емпатії.

А. Козельською було визначено, що за рівнем прояву життєві ресурси особистості диференціюються наступним чином: до першої групи віднесено поєднання пізнавально-інтелектуальних і емоційних компонентів життєвих ресурсів, до другої – ціннісно-сміслові компоненти, до третьої – соціально-психологічні компоненти життєвих ресурсів. Домінанти даних груп життєвих ресурсів лежать в основі міжсуб'єктної диференціації, що відбиває типологічну своєрідність людини. На емпіричній основі дослідницею було встановлено, що найбільшою соціальною мобільністю володіють особи з домінантою соціально-психологічних компонентів в

структурі їх життєвих ресурсів. Свої сили вони черпають в позитивній взаємодії з оточуючими, прийнятті всіх людей на позитивному емоційному, емпатійному рівні, безумовно позитивному ставленні до кожної людини, побудові гнучкої взаємодії з соціумом. Це говорить про те, що особи, які володіють життєвими ресурсами з переважанням соціально-психологічного компонента, мають в своєму арсеналі більше соціальних ролей. Їх вищу статусну мобільність підтверджує і те, що вони більш легко переходять з однієї соціальної ролі в іншу і в більшій мірі, ніж інші, готові прийняти на себе нові соціальні ролі.

До проблеми соціальної мобільності й життєвих ресурсів також зверталися Г. Андрєєва [2] та П. Шихірев [36], які визначали феномен соціальної мобільності як здатність людини довільно змінювати свої соціальні характеристики з використанням наявних у неї життєвих ресурсів. В основі соціальної мобільності лежить орієнтація на успіх у конкретній життєдіяльності, що робить актуальним вивчення її ресурсних складових та індексу ресурсності – чим вище показник, тим вищими є адаптаційні можливості людини.

Саморозвиток. С. Рубінштейн [27] свого часу висунув ідею розуміння життєвого шляху як ряду якісно визначених етапів, кожен з яких, завдяки активності особистості, може стати поворотним, таким, що радикально змінює життя. З цієї точки зору, категорія «життєвого шляху» розглядається у прямій взаємозалежності з особистістю: її рівня активності, свідомості, особистісної зрілості, здатності приймати рішення тощо. Особистість самостійно обирає напрям життєвого шляху, змінює його спрямованість, організовує та координує його події і ситуації. С. Рубінштейн розробив поняття «суб'єкта життєвого шляху», в якості якого (тільки за певних обставин) виступає особистість. Здатність до узгодженості внутрішньої організації і умов, вимог, обставин життя – є критеріями особистості як суб'єкта життєвого шляху. Це спосіб життя, який виробляється суб'єктом у відповідності до його індивідуально-типологічних особливостей, до його рішень щодо життєвих суперечностей та саморозвитку як результату цих рішень, що призводить до просування по життєвому шляху «по висхідній».

В ідеалі, у суспільстві необхідно створювати умови, які забезпечували б саморозвиток та самовдосконалення, що роблять людину

діючою, оскільки така особистість стає здатною до творчої та «надситуативної активності». Цього досягти можливо за допомогою постійної адаптації до нових умов, що і сприяє висхідній вертикальній мобільності, оскільки «надситуативна активність» – це здатність суб'єкта підійматися над рівнем вимог ситуації, ризикувати, прямуючи до мети, долати зовнішні та внутрішні бар'єри діяльності, задовольняти потреби в самоорганізації, саморозвитку, самовизначення.

Значне зростання уваги до проблеми соціальної мобільності сучасними науковцями пов'язано із швидкими соціальними змінами, що змушують особистість постійно перебудовувати свої життєві відносини і перетворювати саму себе. Важливим у цьому питанні є поняття самоактуалізації особистості, її мотивації, розвитку особистісних якостей, які у своїй сукупності забезпечують переміщення людини в соціальному просторі. С. Кузікова [18] розглядає процес саморозвитку особистості як самостійне визначення життєвої стратегії особистістю, перетворення її на суб'єкта саморозвитку, під час якого людина як особистість стає творцем, автором свого життя, власної життєвої стратегії.

Велику увагу щодо взаємозв'язку саморозвитку особистості та соціальної мобільності приділили І. та В. Василенки [7]. Дослідники розглядають мобільність як один із способів саморегуляції людини, що сприяє її самоактуалізації, саморозвитку, здійсненню самостійного вибору, адекватного потребам рівня життєзабезпечення, демократичності, соціальній відповідальності та моральності. Саморозвиток, самоактуалізація передбачають динаміку власної «самості», власного «Я», що завжди є унікальним і неповторним. Ці процеси пов'язані з розкриттям особистістю свого внутрішнього потенціалу, з усвідомленим прагненням до самовираження закладених у ній потенцій.

Рушійними силами саморозвитку є внутрішні протиріччя особистості як суб'єкта діяльності, що виникають між цілями, завданнями і наявними для його досягнення засобами, між прагненнями і можливостями для їхнього задоволення, між тенденціями до мінливості та сформованих стереотипів, між старим і новим у житті людини. Саморозвиток – це процес, у рамках якого людина здобуває здатність управляти поточними діями, формувати добрі і відкриті стосунки з іншими людьми, послідовно захищати свої

погляди, сприймати життя у всій його повноті. Даний розвиток – це боротьба із труднощами і прийняття ризику бути більш відкритим і правдивим у всіх сферах життєдіяльності. Саморозвиток передбачає збільшення сприйнятливості до будь-яких змін у житті людини, де відкритість та гнучкість є ключовими якостями особистісного зростання.

Отже, механізми соціальної мобільності умовно розподіляються на соціальні (зовнішні) та особистісні (внутрішні, такі, що залежать безпосередньо від самої людини). До перших традиційно відносять економічну активність, шлюбне партнерство, підвищення освітнього рівня та політичну приналежність. До другої групи зазвичай відносять мотиваційну сферу та систему цінностей людини, її спрямованість, самовизначення, наявність різноманітних здібностей та вмінь. Більш широкий зміст соціально-психологічних механізмів соціальної мобільності включає в себе соціальний інтелект, соціальну та особистісну ідентичність, мотивацію особистості, вольовий потенціал, здатність до ризику, ресурси та саморозвиток особистості.

Емпіричне вивчення прояву соціально-психологічних механізмів соціальної мобільності сучасної молоді.

Для експериментального вивчення проблеми соціально-психологічних механізмів соціальної мобільності сучасної молоді ми використали комплекс взаємодоповнюючих методик до яких увійшли тест «Соціальний інтелект» Дж. Гілфорда [34], методика діагностики особистості на мотивацію до успіху Т. Елерса [20], тест «Самооцінка сили волі» (М. Обозов) [14], опитувальник «Недоліки та переваги персональних ресурсів» Н. Водоп'янової, М. Штейн [8], Диспозиційна характеристика саморозвитку особистості (ДХСО) С. Кузікової [19], методика «Особистісна та соціальна ідентичність» (А. Урбанович) [21] та опитувальник «Особистісні фактори прийняття рішень» (ЛФР-25) Т. Корнілової [16].

Вибіркову сукупність склали дві групи молодих людей (18-25 років), жителів міст Суми та Київ, які навчаються у різних ЗВО або працюють, по 30 респондентів кожна (по 15 студентів та 15 працевлаштованих). Загальна кількість досліджуваних – 60 осіб.

Ми визначили, що рівень прояву *соціального інтелекту* у молоді Сумщини є вищим, ніж у молоді Київщини. Домінуючим є нижчий за середній рівень прояву даного явища (молодь Сумщини – 50%, молодь

Київщини – 80%), який сприяє соціальній дезадаптації та не дозволяє респондентам бути гнучкими в міжособистісних відносинах.

Аналіз результатів емпіричного дослідження щодо прояву молоддю *мотивації на успіх* показав, що у обох груп домінуючим виявився середній рівень розвитку феномену – 53% та 43% відповідно – який відрізняється відносною сформованістю усіх компонентів мотивації.

Вивчаючи *вольовий потенціал* молодих людей, ми визначили, що молодь обох груп схильна демонструвати середній рівень прояву сили волі (Сумчани – 73%, Кияни – 63%). Середній рівень характеризується певною двоїстістю – у респондентів виявляються почуття поступливості й поблажливості та, у той же час, наполегливості й завзятості. Стикаючись з труднощами у досягненні поставленої мети, молоді люди намагаються їх долати.

Оцінюючи отримані результати щодо *схильності молоді до ризикованої поведінки*, ми отримали середньо статичні індивідуальні показники. Серед опитаної молоді Сумщини такий рівень притаманний 67%, серед молоді Київщини – 63%. Середні показники свідчать про задоволеність досліджених місцем у соціальному просторі. В той же час наявною є готовність до ризику у виборі зразків та стратегій поведінки, які є невід’ємною частиною реалізації молоддю самостійного життєвого шляху та значущим фактором майбутнього соціального розвитку.

Дослідження *ресурсних складових та індексу ресурсності* (чим вище показник, тим вищими є адаптаційні можливості людини) показало, що опитаним обох міст властиве домінування високого рівня прояву феномену: молодь Сумщини – у 60%, молодь Київщини – у 73% респондентів. З ресурсними складовими тісно пов’язаний саморозвиток особистості. Проведене нами емпіричне дослідження визначення *рівня саморозвитку* показало, що молоді Сумщини властивий переважно середній рівень саморозвитку, тоді як 97% досліджених Київщини притаманний низький рівень саморозвитку. Для середнього рівня саморозвитку характерними є наявність як внутрішньої, так і зовнішньої мотивації для здійснення соціальної мобільності. Досліджуванам властива переконаність у значимості даного процесу, але нерозуміння шляхів його здійснення та досягнення. Низький рівень саморозвитку опитаних респондентів характеризується такими особливостями як: ситуативна мотивація щодо соціальних рухів угору чи вниз у соціальній ієрархії.

Аналізуючи отримані результати у дослідженні *соціальної та особистісної ідентичності* серед респондентів, виявилось, що найбільш актуальним в питанні ідентичності є їх майбутнє (для респондентів прагнення до досягнення своїх життєвих цілей є важливою складовою їх життєдіяльності), найменш – суспільство, в якому опитані проживають (незадоволеність досліджених соціальною дійсністю та супротив тим цінностям, на яких базується й розвивається сучасний соціум).

Зважаючи на соціальну різноманітність вибірки, ми виявили наступні відмінності у рівнях прояву соціально-психологічних механізмів соціальної мобільності: корінним жителям (місцевим) та тим, що мають місце роботи (працюючим) властивий вищий рівень розвитку соціального інтелекту, мотивації до успіху, саморозвитку та здатності до ризику. Вищий рівень розвитку сили волі властивий приїжджим жителям до міст (немісцевим) та студентам. У розвитку рівня забезпеченості ресурсами значних відмінностей не виявлено.

Надійність і достовірність результатів емпіричного дослідження забезпечувалася використанням коефіцієнту кореляції Пірсона. Результати кореляційного аналізу представлені у таблицях 1 і 2.

Таблиця 1

Кореляційний розподіл результатів дослідження механізмів соціальної мобільності у вибірці молоді Сумщини

Шкали	Показник коефіцієнту кореляції <i>r</i> Пірсона
Розуміння невербальної поведінки та здатність передбачати наслідки поведінки	0, 563**
Розуміння вербальної поведінки та здатність передбачати наслідки поведінки	0, 364*
Розуміння вербальної поведінки та розуміння невербальної поведінки	0, 531**
Вміння розбиратися в загальній картині міжособистісної взаємодії та розуміння вербальної поведінки	0, 388*
Соціальний інтелект та здатність передбачати наслідки поведінки	0, 696**
Соціальний інтелект та розуміння невербальної поведінки	0, 812**
Соціальний інтелект та розуміння невербальної поведінки	0, 818**
Соціальний інтелект та вміння розбиратися в загальній картині міжособистісної взаємодії	0, 639**

Продовження таблиці 1

Умови саморозвитку та вміння розбиратися в загальній картині міжособистісної взаємодії	0, 403*
Механізми саморозвитку та здатність передбачати наслідки поведінки	-0, 393*
Саморозвиток та потреби саморозвитку	0, 587**
Саморозвиток та умови саморозвитку	0, 502**
Саморозвиток та механізми саморозвитку	0, 670**
Позиція «робота» в структурі соціальної ідентичності та вміння розбиратися в загальній картині міжособистісної взаємодії	0, 404*
Позиція «робота» в структурі соціальної ідентичності та умови саморозвитку	0, 543**
Позиція «внутрішній світ» в структурі особистісної ідентичності та воля	0, 366*
Позиція «внутрішній світ» в структурі особистісної ідентичності та умови саморозвитку	0, 404*
Позиція «внутрішній світ» в структурі особистісної ідентичності та позиція «матеріальне становище» в структурі соціальної ідентичності	0, 412*
Позиція «оточуюче середовище» в структурі соціальної ідентичності та мотивація до успіху	-0, 386*
Позиція «оточуюче середовище» в структурі соціальної ідентичності та воля	-0, 458*
Позиція «оточуюче середовище» в структурі соціальної ідентичності та потреби в саморозвитку	0, 375*
Позиція «оточуюче середовище» в структурі соціальної ідентичності та механізми саморозвитку	0, 383*
Позиція «майбутнє» в структурі соціальної ідентичності та механізми саморозвитку	0, 464**
Позиція «майбутнє» в структурі соціальної ідентичності та саморозвиток	0, 512**
Позиція «я та суспільство в якому проживаю» в структурі соціальної ідентичності та позиція «матеріальне становище» в структурі соціальної ідентичності	0, 368*
Ризикована поведінка та позиція «оточуюче середовище» в структурі соціальної ідентичності	-0, 380*

Примітка. * $p \leq 0, 05$; ** $p \leq 0, 01$.

Виходячи з отриманих результатів респондентів обох вибірок, нами були виявлені зв'язки ($p = 0, 01$) між загальним рівнем соціального інтелекту і окремими його складовими: здатністю передбачати наслідки поведінки, розуміти невербальну поведінку, розбиратися в загальній картині міжособистісної взаємодії; між загальним показником саморозвитку (й

Таблиця 2

Кореляційний розподіл результатів дослідження механізмів соціальної мобільності у вибірці молоді Київщини

Шкали	Показник коефіцієнту кореляції r Пірсона
Соціальний інтелект та здатність передбачати наслідки поведінки	0,525**
Соціальний інтелект та розуміння невербальної поведінки	0,594**
Соціальний інтелект та розуміння невербальної поведінки	0,435*
Соціальний інтелект та вміння розбиратися в загальній картині міжособистісної взаємодії	0,651**
Воля та мотивація до успіху	0,462*
Ресурси та вміння розбиратися в загальній картині міжособистісної взаємодії	-0,407*
Ресурси та воля	0,410*
Умови саморозвитку та розуміння невербальної поведінки	-0,454*
Умови саморозвитку та воля	0,518**
Умови саморозвитку та ресурси	0,485**
Механізми саморозвитку та ресурси	0,555**
Механізми саморозвитку та умови саморозвитку	0,439*
Саморозвиток та вміння розбиратися в загальній картині міжособистісної взаємодії	-0,480**
Саморозвиток та ресурси	0,499**
Саморозвиток та потреби саморозвитку	0,521**
Саморозвиток та умови саморозвитку	0,715**
Саморозвиток та механізми саморозвитку	0,656**
Позиція «робота» в структурі соціальної ідентичності та воля	0,728**
Позиція «матеріальне становище» в структурі соціальної ідентичності та мотивація до успіху	0,433*
Позиція «матеріальне становище» в структурі соціальної ідентичності та ресурси	0,393*
Позиція «матеріальне становище» в структурі соціальної ідентичності та механізми саморозвитку	0,389*
Позиція «внутрішній світ» в структурі особистісної ідентичності та мотивація до успіху	0,404*
Позиція «внутрішній світ» в структурі особистісної ідентичності та воля	0,557**
Позиція «внутрішній світ» в структурі особистісної ідентичності та позиція «робота» в структурі соціальної ідентичності	0,679**
Позиція «здоров'я» в структурі особистісної ідентичності та ресурси	0,528**

Продовження таблиці 2

Позиція «здоров'я» в структурі особистісної ідентичності та позиція «матеріальне становище» в структурі соціальної ідентичності	0, 397*
Позиція «сім'я» в структурі особистісної ідентичності та воля	0, 672**
Позиція «сім'я» в структурі особистісної ідентичності та позиція «робота» в структурі соціальної ідентичності	0, 588**
Позиція «сім'я» в структурі особистісної ідентичності та позиція «внутрішній світ» в структурі особистісної ідентичності	0, 456*
Позиція «оточуюче середовище» в структурі соціальної ідентичності та ресурси	0, 394*
Позиція «оточуюче середовище» в структурі соціальної ідентичності та позиція «здоров'я» в структурі особистісної ідентичності	0, 496**
Позиція «майбутнє» в структурі соціальної ідентичності та позиція «робота» в структурі соціальної ідентичності	0, 487**
Позиція «майбутнє» в структурі соціальної ідентичності та позиція «внутрішній світ» в структурі особистісної ідентичності	0, 442*
Позиція «майбутнє» в структурі соціальної ідентичності та позиція «сім'я» в структурі особистісної ідентичності	0, 376*
Ризикована поведінка та мотивація до успіху	0, 368*
Ризикована поведінка та позиція «матеріальне становище» в структурі соціальної ідентичності	0, 450*

Примітка. * $p \leq 0, 05$; ** $p \leq 0, 01$.

механізмами саморозвитку та умовами) з силою волі та позицією «робота» й «майбутнє» структурі соціальної та особистісної ідентичності відповідно.

Обернено-пропорційні зв'язки у респондентів Сумщини виявлено між механізмами саморозвитку та здатністю передбачати наслідки поведінки, самооцінкою у відносинах з оточуючими з силою волі й мотивацією зростання особистості. Високий рівень оберненої кореляції ($p = 0, 05$) у опитаних Київщини зареєстровано між рівнем забезпеченості ресурсами та здатністю передбачати наслідки поведінки, між умовами саморозвитку та здатністю розуміти невербальну поведінку.

Отже, нами було виявлено реальні кореляційні зв'язки як між соціально-психологічними механізмами соціальної мобільності, так і в середині самих механізмів на досить високих рівнях. Більша кількість зв'язків між досліджуваними феноменами, що свідчить про вищий рівень розвитку соціально-психологічних механізмів соціальної мобільності, виявлена у молоді Київщини.

Результати нашого теоретико-емпіричного вивчення феномену соціально-психологічних механізмів соціальної мобільності особистості дозволяють констатувати недостатню їх сформованість у молоді, переважання середнього та нижчого за середній рівнів їх прояву у респондентів. Причинами низького рівня висхідних переміщень молоді у соціальному просторі, на нашу думку, є недостатня сформованість необхідних соціально-психологічних механізмів соціальної мобільності. З метою оптимізації соціально-психологічних механізмів соціальної мобільності у молоді пропонуємо запроваджувати профілактичну та корекційну роботу, спрямовану на активізацію саморозвитку й усвідомлення його ресурсів, підсилення вольового потенціалу й мотивації, розвиток соціального інтелекту й соціальної та особистісної ідентичності за допомогою використання методів та методик з різних напрямків практичної психології, зокрема: арттерапії, психосинтезу, поведінкової, гуманістичної психотерапії на індивідуальних та групових заняттях.

Список використаних джерел

1. Андреева Г. М. Социальное познание. Психология социального познания: учеб. пособ. / Г. М. Андреева. – М.: Наука, 2000. – 288 с.
2. Андреева Г. М. Социальная психология сегодня: поиск и размышления / Г. М. Андреева. – М.: НОУ ВПО МПСИ, 2009. – 160 с.
3. Бауман З. Глобализация. Последствия для человека и общества / З. Бауман. – М.: Весь мир, 2004. – 68 с.
4. Безпалько О. В. Розвиток соціальної активності особистості у дитячому об'єднанні [Електронний ресурс] / О. В. Безпалько // Вісник психології і педагогіки: зб. наук. пр. – 2012. – Вип. 8. – Режим доступу: <http://www.psych.kiev.ua>
5. Бергер П. Личностно-ориентированная психология / П. Бергер, Б. Бергер, Б. Коллинз. – М.: Академический Проект, 2004. – 608 с.
6. Бобнёва М. И. Социальные нормы и регуляция поведения / М. И. Бобнёва, Е. В. Шорохова. – М.: Наука, 1978. – 312 с.
7. Василенко Л. Психолого-педагогічні умови активізації особистісно-професійного саморозвитку майбутнього педагога [Електронний ресурс] / Л. Василенко, І. Василенко // Освіта регіону. Політологія, психологія, комунікації. – 2011. – №2. – Режим доступу: <http://social-science.com.ua/article/505>
8. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 225 с.

9. Грабовська С. Соціальна активність в процесі соціалізації особистості / С. Грабовська, С. Чолій // Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. пр. Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка. – К.: [б. в.], 2010. – Т. XII, ч. 1. – С. 171-181.
10. Джидарьян И. А. О месте потребностей, эмоций и чувств в мотивации личности / И. А. Джидарьян // Теоретические проблемы психологии личности. – М.: Наука, 1974. – 175 с.
11. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение / Ю. Н. Емельянов. – Л.: ЛГУ, 1985. – 167 с.
12. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон; [пер. с англ. А. В. Толстых]. – М.: Флинта; МПСИ; Прогресс, 2006. – 341 с.
13. Зубок Ю. А. Методология рискованного подхода в социологии молодежи [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://www.socyouthran.ru/bookview.php?file=12>
14. Ильин Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2000. – 288 с.
15. Козельська А. В. Психология жизненных ресурсов личности: опыт экспериментального исследования / А. В. Козельська // Российский психологический журнал. – 2008. – Т. 5., № 3. – С. 81-89.
16. Корнилова Т. В. Опросник Личностные факторы принятия решений (ЛФР) / Под. ред. А. А. Бодалева // Психология общения. Энциклопедический словарь. – М.: Когито Центр, 2011. – С. 463-463.
17. Кубышкина М. Л. Психологические особенности мотивации социального успеха: автореф. дис. на соиск. уч. ст. к. психол. наук: 19.00.05. «Социальная психология» / М. Л. Кубышкина. – СПб., 1997. – 222 с.
18. Кузікова С. Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці. Монографія. / С. Б. Кузікова. – Суми: Вид-во «МакДен», 2012. – 410 с.
19. Кузікова С. Б. Розробка діагностичного інструментарію вивчення особливостей саморозвитку особистості / С. Б. Кузікова // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського: збірник наукових праць / за ред. С. Д. Максименка, Н. О. Євдокимової. – Т. 2. Вип. 6. – Миколаїв: МДУ імені В. О. Сухомлинського, 2011. – С. 159-164.
20. Литвинюк А. А. Организационное поведение: учебник для бакалавров / А. А. Литвинюк. – М.: Юрайт, 2013. – 505 с.
21. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации / И. Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2005. – 960 с.
22. Никитина Е. А. Формирование позитивной Я-концепции студентов: от теории

- к практике / Е. А. Никитина, А. А. Кузнецова. – Курск: ЮЗГУ, 2014. – 107 с.
23. Олпорт Г. Становление личности: Избранные труды / [Пер. с англ. Л. В. Трубицыной и Д. А. Леонтьева]; под общ. ред. Д. А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2002. – С. 166-216.
 24. Орбан-Лембрик Л. Е. Психологія управління / Л. Е. Орбан-Лембрик. – К.: Академвидав, 2003. – 568 с.
 25. Павленко В. И. Представления о соотношении социальной и личностной идентичности в современной западной психологии / В. И. Павленко // Вопросы психологии. – 2002. – № 1. – С. 135–142
 26. Просольченко С. А. Социальная мобильность, ее каналы и механизмы. Социальные институты как инструменты управления социальной мобильностью / С. А. Просольченко // Научные проблемы гуманитарных исследований. – Пятигорск: ПГТУ, 2010. – №7. – С. 242-252.
 27. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2001. – 720 с.
 28. Савенко А. И. Социальный интеллект как проблема психологии одаренности и творчества / А. И. Савенко// Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2005. – Т.2, №4. – С. 94-101.
 29. Титаренко Т. М. Сучасна психологія особистості / Т. М. Титаренко. – К.: Марич, 2009. – 232 с.
 30. Торндайк Э. Бихевиоризм. Принципы обучения, основанные на психологии. Психология как наука о поведении / Э. Торндайк, Дж. Уотсон. – М.: АСТ-ЛТД, 1998. – 704 с.
 31. Урри Дж. Мобильности. – М.: Праксис, 2012. – 576 с.
 32. Чернета С. Соціальна активність особистості як умова розвитку сучасного українського суспільства [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://esnuir.eenu.edu.ua/bitstream/123456789/6576/1/37.pdf>
 33. Черныш М. Ф. Социальная идентификация претерпевающих восходящую и нисходящую социальную мобильность / Под ред. В. А. Ядова. //Социальная идентификация личности. – М: Институт социологии, 2004. – 460 с.
 34. Шалаева Т. И. Использование методики исследования социального интеллекта в профконсультировании [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://window.edu.ru/resource/264/50264/files/49.pdf>
 35. Шибутани Т. Социальная психология / Т. Шабутани. – М.: Прогресс, 1969. – 475с.
 36. Шихирев П. Н. Современная социальная психология / П. Н. Шихирев. – М.: Наука, 1999. – 448 с.

37. Шпекторенко И. В. Социальные лифты в структуре социальной мобильности индивида / И. В. Шпекторенко. // Управленческое консультирование. – Общество и реформы. – №6. – 2013. – С. 93-103.
38. Яныхбаш А. В. Взаимосвязь рискованного поведения с психологическими характеристиками личности: автореф. дис. на соискание уч. ст. к. психол. наук: 19.00.01. «Общая психология, психология личности, история психологии» / А. В. Яныхбаш. – Москва, 2013. – 20 с.
39. Jenkins R. Social identity / R. Jenkins. – London; New York: Routledge, 1996. – 206 p.

2.3

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ АНТИЦИПАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ЖИТТЄВИХ ЗМІН

Завацька Н. Є., Завацький В. Ю.

У зв'язку з прискоренням темпу життя, швидкості соціально-економічних та політичних змін, а також зростанням емоційних, інформаційних навантажень і вимог до адаптаційних ресурсів особистості гостро постає проблема розвитку її здатності до антиципації. Антиципаційні здібності є невід'ємною характеристикою і відображають гнучкість й відносну стійкість біопсихосоціальної системи людини. Проте, дія стресогенних чинників, зокрема в умовах життєвих змін, може привести до спотворення антиципаційної спроможності особистості і, як наслідок, до порушень у складній багаторівневій системі організації її життєдіяльності та до розвитку психосоматичних декомпенсацій різного ступеня вираженості.

Проблема антиципації в психології наразі є відносно маловивченою. У роботах найбільш авторитетних дослідників психології антиципації (І. Батраченко, А. Брушлинський, Д. Гібсон, Б. Ломов, В. Менделевич, У. Найссер, Л. Регуш, О. Сергієнко, Є. Сурков, І. Фейгенберг та ін.) реалізовані різні підходи до визначення і класифікації процесів антиципації і прогнозування, місця антиципації серед інших психічних процесів та у структурі діяльності людини [1; 5; 7; 10].

Констатовано, що недостатньо сформовану здатність особистості передбачати хід подій і власну поведінку в різних життєвих ситуаціях вважають антиципаційною неспроможністю. При цьому з можливістю ймовірнісного прогнозування нерозривно пов'язують процес успішної

соціальної адаптації особистості. Наголошується, що при низькому рівні антиципаційної спроможності людина виключає з антиципаційної діяльності небажані події і вчинки, орієнтуючись лише на бажані, демонструє моноваріантний тип прогнозування та стає непередбаченою до складних життєвих ситуацій. У зв'язку з цим актуальним вбачається визначення основних діагностичних маркерів і результативно-змістовних характеристик антиципації особистості в умовах життєвих змін та розкриття соціально-психологічних засад оптимізації її розвитку [1; 11].

Проблема антиципації є актуальною в межах всієї психологічної науки. Поза вивчення передбачення, прогнозування, екстраполяції, випереджаючого відображення не розглядаються такі проблеми, як психологія сприйняття, творчості, мислення, діяльності. Саме в діяльності, як специфічній формі активності особистості, спостерігається зростання значення не тільки ціннісних установок, орієнтацій, мотивів, а й очікувань, домагань і, як наслідок, антиципації [2; 9].

Фундаментальність поняття антиципації у психології є добре усвідомленою (Т. Базилевич, І. Батраченко, Б. Ломов, В. Менделевич, Г. Міськов, Л. Регуш, І. Савчин, О. Сергієнко, Є. Сурков та ін.). Розвитком генетичного (З. Ковальчук, С. Максименко) та системно-інтегративного підходів в психології (Г. Балл, І. Данилюк, А. Коваленко, Л.Найдьонова); концепціями самосвідомості як чинника розвитку особистості (М. Боришевський, А. Кононенко, Ю. Швалб), адаптивності (І. Аршава, Ю. Бохонкова, Н. Завацька, Е. Носенко), теоріями вчинку (В. Роменець), суб'єктності (І. Попович, В. Татенко), життєвого вибору та життєтворчої активності особистості (О. Бершанська, Т. Титаренко, В. Ямницький) створені умови для подальшого вивчення цього феномену [1; 2; 3; 4; 5; 6; 8].

У науці докладно досліджені нейрофізіологічні, психофізіологічні основи антиципації (П. Анохін, І. Павлов, В. Русалов та ін.), роль антиципації у забезпеченні пізнавальних психічних процесів (А. Брушлинський, С. Рубінштейн, О. Тихомиров, І. Фейгенберг та ін.), значення антиципації у різних видах діяльності (В. Плохих, В. Русалов, Н. Смирнова та ін.), її зв'язок з життєвою компетентністю особистості (О. Рихальська, К. Шестопалова).

Найбільш ґрунтовною роботою в межах загальної психології та історії психології є праця відомого українського вченого І. Батраченка

щодо визначення загально-психологічних закономірностей розвитку антиципації людини [1].

Вчені все більше звертаються до визначення особливостей антиципації як у нормі, так і у патології. Є дослідження, присвячені вивченню впливу ймовірного прогнозування на етіопатогенез деяких нервовопсихічних порушень (І. Абітов, Л. Ахмадуліна, Ч. Громова, В. Менделевич, С. Соловійова), прогностичних здібностей при органічних розладах (Т. Скиданенко), розладах особистості (Г. Узелевська), зокрема у осіб з різними рівнями схильності до ризикованої поведінки (А. Бунас).

Проте, незважаючи на досить широкий спектр робіт в даній проблемній області, питання онто-, соціо- та патогенетичних аспектів вивчення антиципації особистості, зокрема в умовах життєвих змін, та розробки концептуальних засад її розвитку потребують ґрунтовного наукового аналізу у соціально-психологічному вимірі.

Аналіз розвитку підходів до феномену антиципації у соціально-історичному вимірі показав, що перший, історично найдавніший з них, полягає у тлумаченні антиципації як апріорної ідеї та знання про певні об'єкти, події й явища, що передують процесу їх пізнання. На наступному етапі (В. Вундт, З. Фрейд та ін.) антиципація розглядається як очікування певних об'єктів, подій, явищ, власних дій та їх результатів, а також превентивні, підготовчі і, частково антиципуючі мету, дії. Третій підхід (Б. Ломов, Є. Сурков та ін.) надає визначення антиципації як психічної форми випереджаючого відображення, просторово-часового упередження подій в контексті всіх психічних процесів, станів, психофізіологічних функцій, настанов, переднастройок, рухів, дій, діяльності та спілкування. У наступному підході антиципація починає розумітися як двоєдиний процес випереджального відображення, а саме прогнозування й упередження та творення майбутнього, як-то: проектування (цілепокладання й планування) і опредметнення, в єдності з темпорально-альтернативними феноменами (психічного моделювання минулого, теперішнього, екстратемпоральною формою психічного), та визначається її історико-культурна гетерогенність з елементами неологічного антиципування (І. Батраченко) [1].

Визначено основні підходи до вивчення змістовного наповнення феномену антиципації особистості: структурно-рівневий (Б. Ломов, Є. Сурков

та ін.), психофізіологічний (П. Анохін, Т. Базилевич, М. Бернштейн, Л. Переслені, В. Русалов, Н. Рябчикова, Д. Ширяєв та ін.), когнітивно-поведінковий (Дж. Брунер, Ю. Галантер, Г. Журавльов, Д. Міллер, У. Найссер, К. Прібрам, І. Фейгенберг та ін.), генетичний (С. Максименко, З. Ковальчук та ін.), клінічний (О. Ахметязанова, Л. Бурлачук, О. Гончарова, О. Демакіна, О. Кочарян, К. Максименко, В. Менделевич, В. Павленко, Т. Скиданенко, О. Тихомиров, Г. Узелевська, І. Фейгенберг та ін.), діяльнісний (О. Асмолов, А. Брушлинський, Б. Ломов, О. Осницький, Л. Регуш, Є. Сурков та ін.), ситуаційний (Р. Нісбетт, Л. Росс та ін.), акмеологічний (К. Абульханова-Славська, Л. Анциферова та ін.) [1; 8].

Аналіз еволюції наукової думки в галузі вивчення феномену антиципації дозволив визначити ряд загальних положень: антиципація є системним психофізіологічним утворенням, здатністю на різних рівнях передбачити майбутні події; завдяки передбаченню вся поведінка стає активною, мотивованою, цілеспрямованою; в антиципації завжди присутня раніше засвоєна і нова інформація, зіставлення якої й стає однією зі значущих умов вибору стратегії і тактики протікання майбутньої діяльності; антиципація на вербально-логічному рівні дозволяє у схематичній формі вирішити проблемну ситуацію задовго до її настання і безпосереднього вирішення (І. Батраченко, А. Брушлинський, Д. Гібсон, Б. Ломов, В. Менделевич, У. Найссер, Л. Регуш, О. Сергієнко, Є. Сурков, І. Фейгенберг та ін.).

Наголошується, що логіка розвитку психологічної науки, потреба у систематизації й концептуалізації даних, накопичених у психології щодо феномену антиципації надали можливість стати терміну «антиципація» системно-інтегративним поняттям (І. Батраченко) [1].

Показано, що під антиципацією розуміється здатність особистості передбачати хід подій, власних дій і вчинків оточуючих, будувати діяльність на підставі адекватного імовірнісного прогнозу (А. Петровський, М. Ярошевський), що збігається з розумінням антиципації Б. Ломовим як здатності суб'єкта діяти і приймати рішення з певним часово-просторовим випередженням щодо очікуваних, майбутніх подій. При цьому наголошується, що антиципаційна діяльність проявляється в реалізації когнітивної, регулятивної і комунікативної функцій психіки (Б. Ломов, Є. Сурков) [5]. І. Батраченко розглядає антиципацію як темпорально зорієнтовану форму

організації психічного, що призначена для відображення, проектування, упередження та опредметнення майбутнього. Саме таке тлумачення поняття антиципації є засадничим в контексті запропонованого дослідження [1].

Дослідниками виокремлено різні рівні антиципації у міру її ускладнення: субсенсорний, сенсомоторний, перцептивний, уявний, вербально-логічний (Б. Ломов, Є. Сурков) [5]. Встановлено, що критеріями класифікації видів антиципації є усвідомленість (свідома/несвідома), форма існування (реакції, які випереджають дії, образи, умовиводи, плани, гіпотези, висновки), рівень психічного відображення.

Констатовано, що антиципація, яка існує як випереджаюче відображення на всіх рівнях психіки, забезпечує адаптацію до змін середовища. Підкреслюється інтегруюча роль ймовірносно-прогностичної діяльності у поведінці (Б. Ананьєв, Т. Базилевич та ін.). Явище антиципації розуміється як здатність планування, переднастройок перцептивної діяльності в рамках когнітивної психології (Д. Гібсон, У. Найссер, Ж. Піаже, К. Прібрам); розглядається як інтелектуальна (пізнавальна) здатність людини (А. Брушлинський, Л. Регуш).

Доведено, що крім генетичних передумов на формування антиципаційних здібностей впливає діяльність, в яку включений індивід (І. Батраченко, Л. Регуш та ін.) [1; 10], а також особливості суспільства, культури і характер сімейного виховання (В. Менделевич та ін.) [7].

Аналіз теоретичних та методологічних проблем дослідження антиципації особистості в психології показав, що складність її вивчення обумовлена низкою детермінант. Показано, що концептуалізація зазначеного феномену ускладнюється наявною полісемантичністю та міждисциплінарністю досліджень, як-то: шлях екстраполяції в майбутнє (К. Абульханова-Славська, В. Менделевич, Л. Регуш та ін.), побудова ймовірного результату дій (Б. Ананьєв, Р. Берк, К. Купер, Д. Міллер, К. Прібрам, С. Рубінштейн та ін.), здатність підготуватися до реакції на події через активацію механізму акцептора дій (П. Анохін), образ очікуваного майбутнього (М. Бернштейн, О. Вілсон, Р. Ніколас, О. Ухтомський та ін.), образ майбутнього крізь призму часової орієнтації (Дж. Бойд, Дж. Голдберг, Ф. Зімбардо, К. Левін, Ж. Нюттен, Р. Орнстейн, Дж. Хорнік та ін.), генеза здійснення майбутнього (С. Максименко та ін.), усвідомлення перспективної спрямованості структури життя життєвого шляху та здійснення життєвих завдань (Р. Ахмеров,

О. Вессман, Д. Закай, Є. Головаха, Б. Горман, О. Кронік, І. Мартинюк, Л. Сохань, Т. Титаренко та ін.).

Визначено, що антиципація підлягає розвивальному впливу на основі експлікації футурогностичних потреб, формування, корегування і вдосконалення суб'єктних та соцієтальних моделей майбутнього розширення, переструктурування й уточнення арсеналу антиципаційних конструктів, системи антиципаційних схем і процедур (І. Батраченко, К. Шестопалова). Підґрунтям цих феноменів є психічна реальність, що пов'язана з відображенням у часовому аспекті умов життєвих змін людини з її життєвими стратегіями та їх реалізацією.

Показано, що актуальність дослідження особливостей антиципації в її соціально-психологічній зумовленості визначається не лише запитами психологічної практики, але й необхідністю переосмислення проблеми в контексті сучасних теоретико-методологічних позицій соціальної психології.

Проведено соціально-психологічний аналіз умов життєвих змін особистості в контексті проблеми її життєвих перспектив та визначено низку наукових підходів до осмислення поняття життєвої перспективи особистості: мотиваційний (Т. Гісме, К. Левін, В. Ленс, Ж. Нюттен, Л. Франк, Н. Фрезер, П. Фресс та ін.), подієвий (Р. Ахмеров, Є. Головаха, О. Кронік, Д. Леонтьєв, О. Мандрикова, Н. Толстих, В. Хомик, О. Шелобанова та ін.), типологічний (К. Абульханова-Славська, Т. Березіна, В. Ковальов, В. Серенкова та ін.), освітній (М. Гінзбург, І. Дубровіна, Н. Толстих та ін.), прогностичний (П. Анохін, М. Бернштейн, В. Іванніков, Л. Регуш та ін.). Визначено певну схожість у розумінні життєвої перспективи з різних наукових позицій. У фокусі дослідницької уваги розвитку даної проблематики знаходиться лінія антиципування майбутнього особистістю (поряд із лінією ймовірнісної можливості появи в її житті будь-якої події). На основі зазначених наукових підходів до змісту життєвої перспективи з точки зору її антиципування в умовах життєвих змін віднесено життєві цілі, ціннісні орієнтації, плани, програми, засоби реалізації цілей. Провідне місце при цьому відводиться життєвій меті. Показано, що життєву перспективу оцінюють за критеріями узгодженості, реалістичності, тривалості, диференційованості, оптимістичності.

Констатовано, що проблемою у психологічних концепціях і класифікації соціальних ситуацій, зокрема життєвих ситуацій, є термінологічний апарат (Л. Бурлачук, О. Коржова). З'ясовано, що у зв'язку з невизначеністю

понятійного апарату при аналізі зарубіжних і вітчизняних класифікацій ситуацій спостерігається неоднозначність і недостатня обґрунтованість їх диференціації на прості, кризові, екстремальні та катастрофічні; прості, складні й екстремальні; нейтральні і конфліктні; повсякденні та проблемні; конфліктні, ситуації фізичної небезпеки й невідомості; прості і проблемні; інформаційні, ймовірнісні, ситуації когнітивної складності та поведінкові; вільно обрані й нав'язані (Н. Парфьонова).

Встановлено, що в умовах життєвих змін загальноприйнятою є класифікація життєвих ситуацій за рівнем їх узагальнення: виокремлюють загальну життєву ситуацію або життєвий простір і миттєву ситуацію (К. Левін); актуальну ситуацію як частину цілісного оточення, що доступна сенсорному сприйняттю у певний проміжок часу і життєву ситуацію, суттєвим аспектом якої є концепція світу (Д. Магнуссон). З'ясовано, що життєва ситуація в її об'єктивній репрезентації більш тривала за часом і має більшу протяжність у просторі, в порівнянні з актуальною ситуацією. Вона включає безліч конкретних подій і епізодів, що відбуваються як одночасно, так і послідовно. В суб'єктивній інтерпретації життєва ситуація відображає фрагмент загальної картини, або моделі світу, проявляючись у вигляді емоційних переживань, поведінкових установок і інтерпретації зовнішніх подій не тільки актуальних обставин, а й певних аспектів минулого і майбутнього (О. Александрова).

Виявлено, що життєва ситуація визначається як складна, коли система відносин особистості і її самоставлення починають характеризуватися неврівноваженістю, неузгодженістю між прагненнями, цінностями, цілями і можливостями їх антиципування та реалізації (Г. Мартянова). В умовах життєвих змін така ситуація призводить до порушення діяльності, сформованих відносин особистості, породжує негативні емоції і переживання, викликає дискомфорт, що має несприятливі наслідки для її розвитку (М. Магомед-Емінов).

Встановлено, що в якості смислових одиниць ментальної репрезентації життєвої ситуації виокремлені: рівень стресогенності / комфортності; виснаженості / збереження ресурсів; безвихідної невизначеності / обнадійливої визначеності; негативної пасивності / позитивної активності; нерозв'язності / можливості розв'язання ситуації, невключення/включеності у ситуацію. Це дозволяє розглядати ситуацію в умовах життєвих змін як

окремих випадках складної життєвої ситуації за таких умов (О. Александрова, Н. Волкова, Є. Єрьоміна та ін.).

Констатовано, що проблема взаємодії особистості і життєвої ситуації є однією з фундаментальних в психології. Особливо актуальним її аспектом, на наш погляд, виступає проблема вибору стратегій поведінки у складних ситуаціях в умовах життєвих змін. Такі ситуації характеризуються наявністю протиріччя між бажанням досягнення суб'єктивно значимої мети і засобами її досягнення, що супроводжується негативними емоційними станами і високою обумовленістю особистісними особливостями суб'єкта ситуації, який перебуває в умовах життєвих змін, його здатністю до антиципації.

Показано, що диференційно-психологічна класифікація стратегій вирішення складних ситуацій в умовах життєвих змін дозволяє розрізняти стратегії за базовою характеристикою організації поведінки на копінг-стратегії і захисні стратегії. Додаткові підстави класифікації дозволяють диференціювати стратегії за модальністю (когнітивні, емоційні і поведінкові), спрямованістю (інтра-, екстра- та імпульсивні) і інтенсивністю (активні і пасивні).

Визначено концептуальні основи дослідження антиципації особистості в умовах життєвих змін. З'ясовано, що найбільш адекватними завданням дослідження є методологічні засади і теоретичні концепції системно-інтегративного підходу, особистісного розвитку, онтопсихологічних, акмеологічних та соціально-психологічних досліджень, основна увага в яких фокусується на вивченні антиципаційних здібностей комунікативного рівня, в контексті спілкування і взаємодії особистості з об'єктами соціальної дійсності, а також на включеності антиципації в структуру різних видів діяльності. В умовах онтологізації психологічного знання, що супроводжується зростанням впливу ідей системності і самоорганізації, виникає можливість переходу від внутрішньо суперечливих гносеологічних уявлень про антиципацію як випереджаюче відображення до, відповідного сучасним тенденціям розвитку психології, розуміння даного феномену як породження образу майбутнього (О. Сичов) у психологічних системах. При цьому сучасні системно-інтегративні уявлення про особистість не тільки дозволяють подолати розрив когнітивних і особистісних аспектів у дослідженні антиципації, а й уможлиблюють саму постановку проблеми в її

соціально-психологічній обумовленості, методологічно обгрунтоване рішення якої слугувало основою для розробки соціально-психологічної концепції розвитку антиципації особистості в умовах життєвих змін.

Розкрито методичні та процедурні засади дослідження антиципації особистості в умовах життєвих змін. Констатовано, що в сучасній психології існують методи психологічного аналізу антиципації особистості та її уявлень про власне майбутнє: тест антиципаційної спроможності (В. Менделевич) та проєктивна методика В. Менделевича (варіант методики С. Розенцвейга) для дослідження прогностичних здібностей, методики діагностики здатності до прогнозування (Л. Регуш), виразності негативного прогнозу в спілкуванні і діяльності (О. Сичов), прогнозування міжособистісних конфліктів (М. Сиразієв), вивчення граничних смислів (Д. Леонт'єв, В. Бузін), які, зокрема, було покладено в основу проведення емпіричного дослідження антиципації особистості в умовах життєвих змін з урахуванням її онто-, соціо- та патогенезу.

З'ясовано, що вчені по-різному підходять до питання про початок і етапи формування антиципаційних здібностей особистості. Ґрунтовна розробка проблеми з визначенням вікових та гендерних особливостей розвитку антиципації наразі ще не здійснена, до теперішнього часу в цій області є лише окремі дослідження. Наголошується, що рівень розвитку здатності до антиципування відображає загальний рівень інтелектуального розвитку, а в ході психічного розвитку відбувається ускладнення, виникнення нових форм антиципаційних здібностей (А. Акопов, Л. Переслені, Ж. Піаже, Л. Регуш, О. Сергієнко та ін.). Зазначається, що у дитячому віці розвивається сенсомоторна і перцептивна антиципація (О. Сергієнко); у дошкільному дитинстві – відбувається удосконалення сенсорних уявлень і поява прогнозування на інших рівнях пізнавальної діяльності: перцептивному, уявному (О. Запорожець, Ж. Піаже та ін.). При цьому активно досліджуються особливості розвитку антиципації у молодшому шкільному і підлітковому віці (А. Акопов, Л. Ельконінова, І. Кондратьєва, Л. Переслені, Л. Рожнова та ін.). Наголошується, що у підлітковому віці відбувається розвиток антиципації як свідомого прогнозування структури майбутнього, а підлітки здатні розуміти імовірнісний характер своїх прогнозів (Л. Регуш, Г. Ушаков, Т. Чмут та ін.).

Беручі до уваги ступінь розробленості проблеми у зазначені вікові періоди, визначення соціально-психологічних особливостей антиципації особистості в онто- та соціогенезі було проведено нами на вибірці респондентів юнацького віку, ранньої, середньої та пізньої дорослості (за класифікацією Д. Бромлей).

При побудові психологічного дослідження ми слідували його основним принципам: об'єктивності, вивчення психологічних явищ в їх розвитку, аналітико-синтетичного вивчення особистості.

Визначено діагностичні маркери вивчення антиципації особистості (специфіка антиципаційної спроможності (прогностичної компетентності), модальності антиципації у спілкуванні й діяльності, варіативності прогнозу розвитку подій, граничних смислів; особливості життєвих стратегій, локус-контролю, мотивації досягнення, спрямованості та смисложиттєвих орієнтацій, самоставлення особистості; ступінь її самоактуалізації у поєднанні з рівнем особистісної та ситуативної тривожності; специфіка співвідношення цінностей і їх доступності у різних життєвих сферах; показники комунікативної та соціальної компетентності, захисних механізмів й індивідуальних копінг-стратегій; рівень соціальної зрілості), що дозволило виявити соціально-психологічну специфіку антиципації досліджуваних в онто- та соціогенезі і провести диференціацію вибірки.

З'ясовано, що взаємозв'язок антиципування і соціально-психологічних особливостей особистості підкорюється закономірностям, які залежать від віку, статі, рівня розвитку загальної антиципаційної спроможності і окремих її видів (просторової, часової, особистісно-ситуативної, загальної). При цьому, активний розвиток антиципації відбувається поетапно. Зокрема, у юнацькому віці здатність до антиципації вирізняється якісним вдосконаленням мислення, як опосередкованого та узагальненого відображення дійсності; інтенсивним розвитком тих якостей розумової діяльності, які є специфічними саме для антиципування, як-то: перспективність, урахування ймовірнісної природи майбутнього, доказовість прогнозу ($p \leq 0,05$). Встановлено, що у віці ранньої дорослості посилюється взаємовплив загальної антиципаційної спроможності і особистісних властивостей зі значним вдосконаленням рефлексії у процесі антиципації ($p \leq 0,01$). З'ясовано, що у віці середньої та пізньої дорослості антиципація пов'язана з властивостями особистості, які є ознаками її

психологічного здоров'я (емоційна стабільність, низькі тривожність та імпульсивність тощо) ($p \leq 0,05$). Крім того, у віці середньої дорослості виявлені прямі і інтенсивні кореляції з позитивним ставленням до себе і самоповагою. Натомість у віці пізньої дорослості може простежуватися зв'язок загальної антиципаційної неспроможності з низьким самоінтересом, самоприйняття і очікуванням негативного ставлення з боку інших.

Виявлена наявність стійкого взаємозв'язку загального рівня антиципаційних здібностей і типу прогнозування ($\chi^2_{\text{емп}}=17,63$; $p \leq 0,05$) у гендерному вимірі. Кількісний аналіз співвідношення антиципаційної спроможності/неспроможності чоловіків і жінок по вибірці показав, що жінки в цілому краще прогнозують життєві події і ситуації, ніж чоловіки. У жінок відзначаються більш розвинені прогностичні здібності комунікативного рівня, здатність прогнозувати життєві події і ситуації, проявляти поліваріантний тип прогнозування в ситуаціях взаємодії, ніж у чоловіків ($\phi=2,19$; $p \leq 0,01$). При цьому чоловіки демонструють більш розвинені здібності передбачати рух предметів в просторі, упереджувати їх, координувати власні рухи, проявляючи моторну спритність ($\phi=1,56$; $p \leq 0,05$).

Диференційно-психологічний аналіз антиципації та життєвих стратегій досліджуваних показав, що пасивна життєва стратегія проявляється у значному підвищенні рівня особистісної дисгармонії з пограничним профілем СМДО, перерозподілом орієнтації особистості у бік послаблення спрямованості на завдання і її залежністю від ситуативних впливів в умовах життєвих змін, що має прояв у зниженні показників мотивації досягнення та антиципаційної спроможності ($p \leq 0,05$). Визначено, що респондентам з пасивною стратегією в умовах життєвих змін притаманні риси психологічної регресії, які проявляються в незавершеності процесу формування зрілої особистісної спрямованості, наближеності їх особистісного профілю до профілю осіб молодшої вікової групи.

З'ясовано, що інтелектуальний потенціал є одним із чинників, який розширює індивідуальні можливості і обумовлює рівень соціальної відповідальності й здатності до антиципування досліджуваних та використовується механізмами психологічного захисту для зниження рівня когнітивного дисонансу, інтраперсональної напруженості, що дозволяє стабілізувати обраний копінговий стиль. Встановлено, що визначальним фактором для вибору досліджуваними активної або пасивної стратегій в

умовах життєвих змін є такий когнітивний компонент життєвої стратегії, як рівень суб'єктивного контролю, який визначає межі соціальної активності особистості і її антиципації.

Визначено, що результативно-змістовні характеристики антиципації проявляються у позитивній та негативній її модальностях і мають, поряд із просторово-часовими вимірами, ціннісно-сміслові навантаження. З'ясовано, що негативна модальність антиципації респондентів обумовлена наявністю соціально-психологічних та особистісних особливостей, як-то: тривожність, песимізм, мотивація уникнення невдачі, які проявляються у прогнозуванні та визначають високу вираженість, як негативного прогнозу у спілкуванні і діяльності, так і характеризують вибіркову чутливість респондентів до негативних смислів ($p \leq 0,01$). Встановлено, що негативна модальність антиципації пов'язана також з інтенсивністю інтраперсональних конфліктів і дезінтеграцією між цінністю і доступністю в основних життєвих сферах, низьким ступенем осмисленості життя, негативним самоставленням ($p \leq 0,05$). Показано, що респондентам з негативною модальністю антиципації в спілкуванні і діяльності притаманні соціально-психологічні особливості, які ускладнюють процес їх самоактуалізації внаслідок низької компетентності у часі, як нездатності діяти відповідно до вимог і можливостей наявної життєвої ситуації; неохочості прислухатися до себе у ситуації вибору в умовах життєвих змін та недостатнього усвідомлення власних спонукань. Цих досліджуваних відрізняли також низька гнучкість у поведінці, слабка спонтанність і контактність, знижений рівень самоповаги і самоприйняття ($p \leq 0,01$).

Наголошується, що наразі визнається важлива роль соціально-психологічної компетентності, як основи соціальної зрілості особистості, у її здатності до антиципування. У свою чергу підкреслюється, що антиципація, як здатність особистості діяти і приймати ті чи інші рішення та як певна темпорально-орієнтована форма організації психічного, призначена для відображення, проектування, упередження та опредметнення майбутнього, лежить в основі когнітивного компоненту соціальної зрілості. Постановка мети, побудова плану, вибір стратегії спілкування і підбір необхідних комунікативних технік опосередковані антиципаційними здібностями особистості. Разом із тим, особистісно-ситуативний, просторовий, хроноритмологічний види прогнозування забезпечують ефективність побудови комунікативного акту, взаєморозуміння у міжособистісній взаємодії.

Встановлено, що антиципаційно спроможні досліджувані демонстрували більш високий рівень соціальної зрілості та вираженості особистісних факторів, що лежать в основі їх соціальної та комунікативної компетентності, ніж респонденти з недостатнім рівнем розвитку антиципаційних здібностей ($\varphi=2,11$; $p\leq 0,05$). Зокрема, це виражалося у кращому розумінні людей і ситуацій; в адекватному використанні вербальних і невербальних засобів спілкування; в багатому і гнучкому репертуарі соціальних ролей в різних ситуаціях спілкування та у побудові взаємодії; в загальній соціальній орієнтації та обізнаності, високому рівні розвитку антиципаційних здібностей ($p\leq 0,05$).

Результати дисперсійного аналізу дозволили здійснити розподіл респондентів відповідно до їх приналежності до груп із різною антиципаційною спроможністю з урахуванням орієнтації на варіативність прогнозу розвитку подій, рівня здатності до прогнозування, негативної модальності антиципації у спілкуванні та діяльності та визначити суттєві відмінності у виокремлених підгрупах за всіма шкалами, що дозволяє вважати їх належними до різних вибірок. Зокрема, до групи антиципаційно спроможних респондентів (АС) увійшли досліджувані у кількості 562 (74, 3%) осіб, з них 268 (35, 4%) чоловіків та 294 (38, 9%) жінки, в групу антиципаційно неспроможних (АН) – увійшло 194 (25, 7%) респонденти, з них 89 (11, 8%) чоловіків та 105 (13, 9%) жінок. Зауважимо, що серед респондентів групи АС було 159 (21, 0%) осіб з I вікової підгрупи, 191 (25, 3%) респондент – з II та 212 (28, 0%) досліджуваних – з III вікових підгруп. У групу АН увійшло 89 (11, 8%) осіб з I вікової підгрупи, 61 (8, 1%) респондент – з II і 44 (5, 8%) досліджуваних з III вікових підгруп відповідно.

Виявлено, що всі показники антиципаційної спроможності респондентів групи АС перебували у межах норми, зокрема за особистісно-ситуативною антиципаційною спроможністю на рівні 194 ± 17 балів, просторовою – у межах 66 ± 13 балів, хроноритмологічною – 57 ± 14 балів (проти 132 ± 12 балів, 38 ± 11 балів та 33 ± 9 балів відповідно за цими показниками у респондентів групи АН) ($p\leq 0,05$). Зафіксована орієнтація досліджуваних групи АС на поліваріантний прогноз розвитку подій ($\varphi=1,74$; $p\leq 0,04$), з переважанням високого (32 ± 4 балів) та середнього з наближенням до високого (21 ± 4 бала) рівня здатності до прогнозування (за Л. Регуш), проти переважання низького рівня здатності до прогнозування (у межах 5 ± 3 балів) у групі АН ($\varphi=1,81$; $p\leq 0,03$).

Отримані результати свідчать про здатність респондентів групи АС передбачати складні життєві ситуації і планувати свої дії з подолання можливих проблем, з необхідною чіткою координацією і точністю способів їх вирішення у часі. Показники вираженості психологічних захистів, таких як заперечення, проекція і раціоналізація по цій групі респондентів знаходилися у межах середніх значень, в той час як значення вираженості механізмів компенсації, регресії, заміщення, гіперкомпенсації і витіснення нижче за середні значення ($p \leq 0,03$). Виразність психологічних захистів на низькому і середньому рівні шкали свідчить про те, що психологічне навантаження на дані механізми у цій групі респондентів невелика, вони задіюються тільки тоді, коли антиципаційна спроможність і копінг-стратегії недостатні для того, щоб опанувати складну ситуацію в умовах життєвих змін. Респонденти групи АС відрізнялися також сформованістю таких копінг-стратегій, як планування вирішення проблеми, позитивна переоцінка, прийняття відповідальності, самоконтроль ($p \leq 0,05$). Ними достовірно частіше використовується адаптивна копінг-стратегія оптимізму ($\phi = 1,64$; $p \leq 0,05$). Низький рівень напруженості у респондентів групи АС на рівні (4 ± 2 бала) свідчив про адаптивні варіанти їх копіngu; натомість показники досліджуваних групи АН у межах 10 ± 2 бали вказували на високу напруженість копіngu, або свідчили про виражену соціальну дезадаптацію (>12 балів).

Констатовано, що наразі вченими досліджено особливості перебігу пограничних (зокрема, невротичних) та психосоматичних розладів і артикульована важлива роль у їх виникненні та розвитку психотравмуючих ситуацій і особистісних особливостей. Визначено також чинники, що забезпечують успішну адаптацію особистості до мінливих умов життєдіяльності, в тому числі в умовах життєвих змін (адаптаційний потенціал особистості, прогностична компетентність) (В. Бодров, Ю. Бохонкова, Н. Завацька, О. Литвиненко, А. Маклаков, В. Менделевич та ін.). У науковому доробку, присвяченому вивченню взаємозв'язку антиципації та розвитку невротичних розладів розкривається значення таких характеристик, як неконтрольованість ситуації (М. Селігман), неточність когнітивних уявлень (В. Абабков, М. Перре), неможливість прогнозувати ситуацію (В. Менделевич, Г. Носков, В. Соложенкін); наводиться антиципаційна концепція неврозогенезу (В. Менделевич).

Разом із тим, визначення особливостей антиципації у осіб з розладами особистості, соматоформними та органічними психічними розладами потребує поглибленого емпіричного вивчення.

Встановлено, що перебіг розладів особистості та соматоформних розладів має зв'язок з порушенням антиципаційної діяльності. З'ясовано, що у осіб з зазначеними розладами всі показники антиципаційної спроможності мають більш низькі значення, ніж у респондентів контрольної групи ($\varphi=2, 14$; $p \leq 0, 01$), які відрізнялися сформованістю таких копінг-стратегій, як планування вирішення проблеми, позитивна переоцінка ($p \leq 0, 05$); прийняття відповідальності і самоконтроль ($p \leq 0, 01$). Ними достовірно частіше, ніж респондентами експериментальних підгруп з розладами особистості та соматоформними розладами, використовується адаптивна копінг-стратегія оптимізму ($p \leq 0, 05$). Поведінковий, емоційний і когнітивний блоки подолання також виявилися більш інтегрованими у контрольній групі. В цілому респондентам контрольної групи була притаманна адаптивна (функціональна) копінг-поведінка, яка відповідає адаптивним (базовим) копінг-стратегіям, спрямованим на розв'язання проблем. Отримані результати свідчать про те, що досліджувані контрольної групи, на відміну від респондентів з розладами особистості та соматоформними розладами, здатні передбачати складні життєві ситуації, які можуть виникати в умовах життєвих змін, точно і адекватно планувати способи їх вирішення у часі ($p \leq 0, 01$).

Показано, що соціально-психологічні особливості антиципації у осіб з розладами особистості супроводжуються спотвореннями прогностичної компетентності в цілому з порушенням опори на структуру минулого досвіду, моноваріантним типом прогнозування, зниженням антиципаційних здібностей і готовності прогнозувати ймовірність майбутніх подій за особистісно-ситуативним, часовим, просторовим параметрами ($p \leq 0, 01$).

Констатовано, що прояви психологічного неблагополуччя у респондентів з розладами особистості пов'язані з дефіцитом стратегій подолання стресу. Досліджувані були притаманні нестійка (ситуаційно обумовлена) копінг-поведінка, яка проявлялася в дисоціації між окремими особистісно-середовищними копінг-ресурсами, базисними копінг-стратегіями і нездатністю ефективно керувати своєю поведінкою. Виокремлено маркери уразливого стилю копінг-поведінки респондентів з

розладами особистості, які є факторами ризику щодо поглиблення проявів їх соціальної дезадаптації і складають її симптомокомплекс: перевага копінг-стратегій конфронтації, уникнення; підвищений загальний рівень напруженості психологічних захистів; переважання в структурі механізмів психологічних захистів регресії, заміщення, використання яких призводить до ригідності копінг-поведінки, зміщуючи акцент з прогнозування та усвідомленого опанування на автоматизоване, несвідоме і відстрочене у часі реагування, спрямоване на зменшення психічної напруги, викликаной складною життєвою ситуацією в умовах життєвих змін.

Встановлено, що респондентам з соматоформними розладами, на відміну від респондентів з розладами особистості, притаманна схильність до поліваріантного прогнозу, тобто планування певної кількості можливих результатів події ($\varphi=1,59$; $p\leq 0,05$). Проте, вони роблять це неякісно, мало зважаючи на їх дійсну ймовірність, погано прогнозують соціальні ситуації і поведінку інших людей (як наслідок схильність до образ, розчарувань, криз, низька стресостійкість, які підсилюються у період життєвих змін).

Показано, що у досліджуваних з соматоформними розладами виявлено більш високі показники за копінг-стратегією втеча-уникнення ($\varphi=1,61$; $p\leq 0,05$), у порівнянні з контрольною групою респондентів, а також більш високі показники копінг-стратегій розгубленості та емоційної розрядки ($p\leq 0,05$), які вони використовують в якості способу вирішення проблеми; при цьому наявна негативна модальність спрямованості антиципації щодо сприятливого результату розв'язання складної життєвої ситуації ($\varphi=2,25$; $p\leq 0,01$). З'ясовано, що у осіб з зазначеними розладами спостерігається достовірно більш висока, ніж у контрольній групі, вираженість таких видів психологічного захисту, як компенсація, регресія ($p\leq 0,01$), заміщення ($p\leq 0,05$), реактивне утворення та витіснення ($p\leq 0,01$). Показники такого механізму психологічного захисту, як проекція, у респондентів з соматоформними розладами вище середніх значень, їм притаманні підозрілість, висока критичність. Однак, у цій групі зафіксована більша узгодженість між когнітивним, емоційним і поведінковим компонентами копінг-поведінки, а отже вона характеризується більшою адаптивністю і узгодженістю у порівнянні з копінг-поведінкою респондентів з розладами особистості ($\varphi=1,59$; $p\leq 0,05$).

Визначено, що кількість осіб з органічними психічними розладами з моноваріантним типом імовірнісного прогнозування у вікових підгрупах була достовірно вищою ($p \leq 0,01$) у порівнянні з кількістю осіб з іншими типами прогнозування. З'ясовано, що показники загальної, особистісно-ситуаційної і просторової антиципаційної спроможності у осіб з органічними психічними розладами значно нижче за відповідні показники респондентів контрольної групи ($\phi = 2,31$; $p \leq 0,01$), а зі збільшенням віку досліджуваних з зазначеними розладами показники просторової антиципаційної спроможності достовірно знижуються ($p \leq 0,05$). У осіб з органічними психічними розладами відзначається переважання самозахисного типу реагування у складних життєвих ситуаціях з екстрапунітивною спрямованістю реакцій і соціальною дезадаптацією ($p \leq 0,05$). При цьому у віці середньої зрілості самозахисний тип реагування зустрічається достовірно частіше у порівнянні з досліджуваними, які перебувають у віці пізньої дорослості ($p \leq 0,01$). Виявлено достовірний кореляційний зв'язок між самозахисним типом реагування і моноваріантним типом імовірнісного прогнозування ($r = 0,67$; $p \leq 0,05$). Для осіб з органічними психічними розладами була притаманна також пасивна (дисфункціональна) копінг-поведінка, пов'язана з переважанням пасивних копінг-стратегій і копінг-ресурсів ($p \leq 0,01$).

Аналіз результатів дослідження у гендерному вимірі показав, що особливістю граничних смислів жінок з органічними психічними розладами та антиципаційною неспроможністю є тенденція до низьких показників децентрації порівняно з контрольною групою ($\phi = 1,72$; $p \leq 0,04$). Для них характерна також тенденція до низьких значень за індексом негативізму порівняно з результатами контрольної групи ($\phi = 2,07$; $p \leq 0,01$). Контекстуально відповіді за методикою граничних смислів мають зв'язок із їх егоцентричною спрямованістю на отримання переваг від оточення, знецінення пошуку смислу повсякдення, орієнтування на ситуації тут і тепер. Для чоловіків з органічними психічними розладами також характерні граничні смисли з високим індексом негативізму. Для них притаманні й низькі показники децентрації; при цьому контекстуально смисловий ланцюг відповідей чоловіків цієї групи має виражену спрямованість на знецінювання оточення та невдоволення динамікою життя; відповіді майже не містять переживань і смислів інших людей.

Таким чином, осіб з органічними психічними розладами відрізняють як низька антиципаційна спроможність (прогностична некомпетентність), так і зв'язок індексів децентрації граничних смислів з негативізмом як відмовою від активності, гомеостатична орієнтація на особистісному рівні життєдіяльності з негативним прогнозом стосовно очікувань наступності дій оточуючих. Вони відрізняються моторною незручністю і зазнають труднощі екстраполяції конкретного життєвого досвіду; ригідні і малоуспішні у передбаченні комунікативних ситуацій.

Отже, теоретико-методологічний аналіз досліджень феномену антиципації в психології з позицій структурно-рівневого, психофізіологічного, когнітивно-поведінкового, генетичного, клінічного, діяльнісного, ситуаційного та акмеологічного підходів показав, що антиципація є темпорально-орієнтованою формою організації психічного, яка призначена для відображення, проектування, упередження та опредметнення майбутнього. Її виникнення, розвиток та функціонування зумовлені виокремленням у структуруванні психічного підсистем, спеціалізованих на відображенні реальності у рамках часових модусів ретроспекції, презенсспекції, власне модусу антиципації (майбутнього) та екстратемпорального психічного відображення (без локалізації у реальному часі). Найбільш істотною характеристикою антиципації, як процесу, є не тільки її випереджальний ефект, але і максимальне усунення невизначеності в ході прийняття рішень. При цьому когнітивна, афективна, регулятивна, конативна і комунікативна функції антиципації є взаємопов'язаними та представленими на різних її рівнях (у міру ускладнення) – субсенсорному, сенсомоторному, перцептивному, уявному, вербально-логічному, особистісному, зокрема в умовах життєвих змін.

Соціально-психологічний аналіз підходів до проблеми життєвих змін у контексті життєвих перспектив особистості та її життєвих стратегій, дозволив виокремити основні критерії оцінювання таких змін: ціннісно-змістовний, емоційно-оцінний, когнітивний, організаційно-діяльнісний. Ціннісно-змістовний вимір є сукупністю ціннісних та смислових утворень особистості, що визначають індивідуальну специфіку процесу і результату життєздійснення та життєпрогнозування в умовах змін (цінності, ціннісні орієнтації, мотиви, особистісні смисли). Емоційно-оцінний вимір визначено емоційним ставленням особистості до умов життєвих змін (емоції, почуття, що

виникають у зв'язку зі змістовним наповненням таких змін). Когнітивний вимір містить сукупність життєвих ситуацій, що виникають в умовах життєвих змін (антиципування життєвих ситуацій, цілі, засоби реалізації цілей). Організаційно-діяльнісний вимір відображає сукупність стилів, стратегій, форм поведінки особистості, за допомогою яких життєві плани в умовах життєвих змін отримують можливість послідовного втілення в реальність. Єдність вимірювань трактується як їх взаємозв'язок і одночасна присутність в уявленнях про життєві ситуації в умовах життєвих змін, що покладена в основу концепції дослідження антиципації особистості за таких умов.

Виокремлення діагностичних маркерів і результативно-змістовних особливостей антиципації особистості в умовах життєвих змін дозволило визначити її соціально-психологічну специфіку в онто- та соціогенезі. Проведено диференційно-психологічний аналіз антиципації та життєвих стратегій особистості (емоційних, когнітивних, поведінкових).

Показано, що взаємозв'язок антиципування і соціально-психологічних особливостей особистості підкорюється закономірностям, які залежать від віку, статі, рівня розвитку загальної антиципаційної спроможності і окремих її видів (просторової, часової, особистісно-ситуативної). При цьому, активний розвиток антиципації відбувається поетапно. Зокрема, у юнацькому віці здатність до антиципації вирізняється якісним вдосконаленням мислення, як опосередкованого та узагальненого відображення дійсності; інтенсивним розвитком тих якостей розумової діяльності, які є специфічними саме для антиципування, як-то: перспективність, урахування ймовірнісної природи майбутнього, доказовість прогнозу. Встановлено, що у віці ранньої дорослості посилюється взаємовплив загальної антиципаційної спроможності і особистісних властивостей зі значним вдосконаленням рефлексії у процесі антиципації. З'ясовано, що антиципація у період середньої та пізньої дорослості часто пов'язана з властивостями особистості, які є ознаками її психологічного здоров'я (емоційна стабільність, низька тривожність та імпульсивність тощо). Крім того, у період середньої дорослості виявляється більший зв'язок антиципації і позитивного самоставлення.

Визначено соціально-психологічну специфіку антиципації особистості в умовах життєвих змін у патогенезі. З'ясовано, що у осіб з розладами особистості соціально-психологічні особливості антиципації супроводжуються спотвореннями антиципаційної діяльності в цілому, порушенням

опори на структуру минулого досвіду з моноваріантним типом прогнозування, зниженням антиципаційних здібностей і готовності прогнозувати ймовірність майбутніх подій за особистісно-ситуативним, часовим, просторовим параметрами. Встановлено, що схильність до поліваріантного типу прогнозування, тобто планування великої кількості можливих результатів події, найбільш притаманні при пограничних (соматоформних) розладах особистості. При цьому такий прогноз робиться неякісно, без уваги на ймовірність подій, без передбачення і врахування соціальних ситуацій і поведінки інших людей (як наслідок схильність до образ, розчарувань, криз, низька стресостійкість, які підсилюються в умовах життєвих змін). Виявлено, що осіб з органічними психічними розладами відрізняли як низька антиципаційна спроможність (прогностична некомпетентність), так і зв'язок індексів децентрації граничних смислів з негативізмом, як відмовою від активності, гомеостатична орієнтація на особистісний рівень життєдіяльності з негативним прогнозом стосовно очікувань наступності дій оточуючих; моторна незручність і труднощі в екстраполяції конкретного життєвого досвіду; ригідність й малоуспішність у передбаченні комунікативних ситуацій.

Список використаних джерел

1. Батраченко І. Г. Концептуалізація феномена антиципації у психології / І. Г. Батраченко, Н. О. Полякова, А. А. Плошинська // Вісник Дніпропетровського університету. – Серія : Педагогіка і психологія. – 2011. – Т. 19, Вип. 17. – С. 24-30.
2. Бохонкова Ю. О. Психологія випереджальної стратегії особистості в ситуації життєвих змін: дис. ...д-ра психол. наук : 19.00.05 / Юлія Олександрівна Бохонкова. – К., 2013. – 478 с.
3. Ковальчук З. Я. Психологія безпеки: технології конструктивного самозбереження особистості : монографія / З. Я. Ковальчук та ін. – Луцьк : Вежа-Друк, 2015. – 588 с.
4. Кононенко А. О. Індивідуальна соціальна ситуація розвитку особистості та її антиципація в умовах змін життєдіяльності / А. О. Кононенко // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. – № 3 (47). – Т. 3. – Сєверодонецьк : Вид-во СНУ ім. В. Даля, 2018. – С. 142-147.
5. Ломов Б. Ф. Антиципация в структуре деятельности / Б. Ф. Ломов, Е. Н. Сурков. – М. : Наука, 1980. – 280 с.

6. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості / С. Д. Максименко. – К. : Вид-во ТОВ «КММ», 2006. – 240 с.
7. Менделевич В. Д. Антиципационные механизмы неврозогенеза / В. Д. Менделевич // Психол. журн. – 1996. – № 4. – С. 107-114.
8. Міськов Г. В. Підходи до вивчення антиципації в сучасній психології / Г. В. Міськов // Актуальні проблеми розвитку особистості в умовах міжкультурної взаємодії в освітньому просторі. – К. : Інститут психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2017. – Ч. 2. – С. 106-110.
9. Попович І. С. Психологічні виміри соціальних очікувань особистості : монографія / І. С. Попович. – Херсон : ПАТ »ХМД», 2017. – 504 с.
10. Регуш Л. А. Психология прогнозирования: успехи в познании будущего / Л. А. Регуш. – СПб. : Речь, 2003. – 352 с.
11. Рихальська О. Г. Психологічні особливості життєвої антиципації особистості: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / О. Г. Рихальська. – К., 2004. – 20 с.

2.4

СВЯЗЬ РОДИТЕЛЬСКИХ УСТАНОВОК И САМООТНОШЕНИЯ ПОДРОСТКА В ЗАМЕЩАЮЩЕЙ СЕМЬЕ

Карнелович М. М. (Республика Беларусь)

Одной из актуальных проблем современного общества является проблема социально сиротства. До недавнего времени большинство детей-сирот воспитывались в интернатных учреждениях. В конце прошлого столетия был проведен целый ряд отечественных исследований, убедительно показавших негативные последствия интернатного воспитания (М. Лисина, А. Прихожан, Н. Толстых, И. Дубровина, А. Рузская, В. Мухина). Воспитание детей в условиях традиционной модели опеки и попечительства, которой является детский дом, строится без учета адекватных психологических условий, обеспечивающих полноценное развитие детей, и неизбежно включает факторы, тормозящие психическое развитие. К числу таких факторов относят: неправильная организация общения взрослых с детьми, неадекватность тех его форм, которые доминируют в сиротских учреждениях; недостаточная психолого-педагогическая подготовленность воспитателей; издержки программы воспитания и обучения, не компенсирующие дефектов развития, вызванных отсутствием семьи; бедность конкретно чувственного

опыта детей, обусловленная чрезмерной суженностью окружающей их среды; постоянное нахождение детей в условиях коллектива. В заведениях интернатного типа ребенок становится лишь объектом ухода, но не любви и воспитания. Условия воспитания в закрытых учреждениях задают ребенку пассивную тенденцию в общем развитии. Это уже совершенно другой ребенок в отличие от ребенка, который воспитывался в семье.

В последнее десятилетие социальная проблема сиротства получила большой общественный резонанс, государственная политика в Республике Беларусь способствовала увеличению числа устройства детей-сирот в замещающие семьи, главной целью которых является создание благоприятных условий для временного пребывания ребенка. Замещающая семья запрограммирована на сохранение и поддержание контактов ребенка с биологическими родителями, что в полной мере соответствует основному направлению политики в области поддержки и защиты детства, которое заключается в сохранении семьи для ребенка. Эффективность реализации альтернативных форм содержания и воспитания детей, оставшихся без попечения родителей, во многом будет обусловлена организацией адекватной социально-педагогической помощи и поддержки (подбор семьи через тестирование, собеседование, сбор информации; подготовка через систему обучения; социальная, педагогическая, психологическая, медицинская диагностика детей при поступлении в семью; обеспечение условий для реабилитации, адаптации ребенка через его пребывание в замещающей семье).

В связи с явной недостаточностью психологических исследований по проблеме влияния установок замещающих родителей на развитие самосознания приемного ребенка нами предпринято эмпирическое исследование, цель которого – выявить связь родительских установок и самоотношения подростка в замещающей семье.

Родительно-детские отношения – система разнообразных чувств родителей по отношению к ребенку, а также ребенка по отношению к родителям, особенностей восприятия, понимания характера личности и поступков друг друга [6]. Родительно-детские отношения представлены родительскими установками у приёмных родителей. Под родительскими установками понимается система или совокупность родительского

эмоционального отношения к ребенку, восприятие ребенка родителями и способов поведения с ним [4].

Родительские установки можно определить как готовность родителей действовать в определенной ситуации на основе своего эмоционально-ценностного отношения к элементам данной ситуации. Установки – это стереотипные правила поведения, которые могут выражаться в практических действиях, словах, жестах и т.п. Действуя на основе своих сложившихся установок, родители как бы следуют готовым шаблонам [12].

В родительских установках принято выделять три компонента: оценочный, когнитивный и поведенческий [13]. Оценочный компонент – это оценка родителями ребёнка или ситуации воспитания. Когнитивный компонент отражает систему знаний, которые используются для построения стратегии или тактики воспитания ребёнка. Поведенческий компонент заключается в намерении вести себя определённым образом по отношению к ребёнку и отражает конкретную практику его воспитания. Родительские установки выполняют две взаимосвязанные функции.

Первая функция – функция интерпретации – позволяет родителю, опираясь на собственные представления, интерпретировать конкретную ситуацию взаимодействия с ребёнком и всю систему межличностных отношений в семье. Вторая функция – прагматическая – позволяет планировать свои действия относительно ребёнка с учётом родительских представлений. В семейном окружении, в общении, в диалоге разных поколений происходит реальное становление психики детей и одновременно существенно изменяется психическая жизнь родителей [5].

В современном мире семья часто оказывается на перекрестке социальных и экономических проблем общества; она – главный защитник личности, убежище и фундамент, хотя сама при этом испытывает внутренние болезненные противоречия. Связи «родитель-ребенок» имеют важнейшее значение для понимания сложившейся структуры семьи, ее актуального состояния и направлений будущего развития [2].

Общеизвестно, что ребенку для полного и гармоничного развития необходимо расти в семейном окружении, атмосфере счастья, любви и понимания. Каждый ребенок имеет право на уровень жизни, необходимый для физического, умственного, духовного, нравственного и социального развития. Право ребенка жить и воспитываться в семье может быть

реализовано в объеме и на уровне, благоприятном для развития его личности, в двух случаях: если сохраняется благополучная кровная семья и, если в соответствии с законодательно закрепленными социальными стандартами создается новая, замещающая ее, семья [3].

Деятельность приемной семьи предполагает пребывание ребенка в ней до решения его дальнейшей судьбы: возвращения в родную семью, направления в детский дом, интернат или другое учреждение [1]. При возвращении ребенка в родную семью предполагается устранение тех условий, при которых он был оттуда изъят: лечение родителей, реабилитация кризисной семьи и др. Нахождение ребенка в такой приемной семье может колебаться от одного месяца до нескольких лет в зависимости от степени неблагополучия родной семьи.

Кратковременное нахождение означает необходимость срочной помощи в случае кризисной обстановки в родной семье, неожиданной потере родителей и других обстоятельств. Длительное нахождение ребенка в замещающей (приемной) семье может быть обусловлено длительным процессом реабилитации родной семьи ребенка или какими-либо другими причинами. Учитывая сложность контингента детей, поступающих во временную приемную семью (социальная запущенность, болезни, физические или психические недостатки), в ней должны создаваться особые условия для нормального развития ребенка: комфортная психологическая обстановка, заботливое внимательное отношение, позволяющие ребенку выйти из стресса в связи с разлукой с родными или пережитой сложной ситуацией.

Основная цель такой семьи – поддержание контактов с биологическими родителями и возвращение ребенка в родную семью. Если последнее невозможно, тогда он находится в приемной семье до тех пор, пока не состоится решение суда в отношении дальнейшей его судьбы. Фактически замещающая приемная семья выполняет функции «скорой помощи» в случае возникновения в биологической семье каких-либо кризисных условий.

Уже сейчас очевидно, что часть приемных семей в некотором роде обозначила свою «специализацию»: есть семьи, которые берут принципиально только «больших детей» (12-14 лет), есть семьи, где проживают только мальчики (или, наоборот, девочки). Есть семьи, открытые к приему больных детей, например, с органическими поражениями головного мозга, нуждающихся в особом подходе к

воспитанию и обучению. В таких семьях, казалось бы, «безнадежные» дети зачастую дают хорошую компенсацию, показывают хорошую динамику развития, которая невозможна была бы для детского учреждения.

Во время пребывания ребенка в приемной (замещающей) семье приемные родители выполняют по отношению к нему функцию основного воспитателя с учетом проблем ребенка и цели его помещения в приемную семью. При осуществлении своих функций по отношению к ребенку приемные родители стремятся избегать излишних взаимных эмоциональных привязанностей, усложняющих дальнейшее прерывание контакта этих субъектов взаимодействия (возвращение ребенка в биологическую семью).

Приемные родители обязаны осуществлять физическую, психическую и моральную защиту ребенка; предоставлять ребенку в доме соответствующую экологическую среду проживания; создавать условия для развития интеллектуальных способностей ребенка; исключать какие-либо формы насилия по отношению к приемному ребенку; в случае необходимости осуществлять защиту интересов ребенка в суде; обеспечивать обучение ребенка; следить за физическим и психическим здоровьем ребенка; учитывать особенности детской психологии и соответствующего ей поведения ребенка; разъяснять ребенку временный характер пребывания в приемной семье, избегать взаимного эмоционального привыкания; формировать у ребенка установку на возвращение в биологическую семью; поддерживать контакты ребенка с биологическими родителями в соответствии с рекомендациями органов опеки и попечительства; вовлекать всех членов приемной семьи в процесс воспитания приемного ребенка; представлять регулярные отчеты в соответствующие службы о результатах пребывания ребенка в семье; регулярно принимать у себя дома представителей органов опеки и попечительства, контролирующих ситуацию; участвовать в программах по повышению квалификации; сохранять конфиденциальность информации о приемном ребенке [10].

В настоящее время (в случае утраты ребенком, по тем или иным причинам, матери) общество предлагает два основных варианта замещающей заботы: помещение детей в сиротские учреждения и в семьи (профессиональные и непрофессиональные). Наиболее распространен первый из них. Однако, в последние годы, вслед за другими развитыми странами, стали появляться патронатные семьи и даже так называемые

«деревни SOS». Последние представляют собой детские дома семейного типа, а женщины, живущие там с детьми, называют себя «мамами», выполняют материнские функции и воспринимаются детьми как матери.

Большинство психологических исследований, направленных на изучение влияния типа замещающей заботы на состояние ребенка, проводилось с детьми, воспитывающимися в детских домах (Дж. Боулби, А. Прихожан, Н. Толстых, Й. Лангмейер и З. Матейчик и др.). Наиболее патогенным фактором для развития ребенка в этих условиях является то, что в детском доме ему трудно установить интимные, эмоционально-насыщенные и прочные отношения с объектом привязанности, способствующие формированию здоровой, активной и социально адаптированной личности. Й. Лангмейер и З. Матейчик обнаружили недостаточность речевого развития и социализации при нормальном физическом созревании у воспитанников сиротских учреждений. В разных исследованиях было показано, что дети из детских домов имеют в среднем более низкую самооценку, чем их сверстники, живущие в разных семьях. Зарецкий В. с соавторами полагают, что отсутствие в детском доме постоянной заботящейся значимой фигуры, безусловного принятия, необходимость приспособливаться и заслуживать хорошее отношение часто приводят к формированию пассивного отношения к жизни, устойчивому конформизму, ведомости и не позволяют ребенку вырабатывать собственные принципы, ценности и ориентиры [10].

Профессиональные семьи заключают с государством контракт, на основании которого семья обязуется воспитывать ребенка в течение определенного времени и получает за это деньги. В. Ослон, исследуя особенности функционирования таких семей, пришла к выводу, что замещающая профессиональная семья является хорошим решением проблемы интеграции детей-сирот в общество, т.к. профессиональная семейная забота (усыновление) сопряжена с экономическими трудностями. Сторонники нового подхода к профессиональным семьям считают важным психологическое сопровождение этих семей и особое внимание предлагают уделять подготовке родителей-опекунов и детей к осуществлению замещающей заботы такого типа. Надо заметить, что подобная модель имеет ряд недостатков, связанных с тем, что ребенку может быть трудно

воспринять новую семью своей, так как человек, которого он называет «мамой», получает за это зарплату. Кроме того, некоторая неуверенность в семейных отношениях может порождаться опасениями за будущее в связи с возможностью расторжения контракта [11].

Изучение приемных непрофессиональных семей традиционно сопряжено с рядом трудностей в связи с наличием во многих из них тайны усыновления, которая часто раскрывается родителями только под давлением чрезвычайных обстоятельств (например, в случае болезни ребенка). Кроме того, на формирование личности приемного ребенка может оказывать влияние и общая семейная ситуация, в которой он растет. А. Спиваковская обнаружила, что у родителей, воспитывающих приемных детей, часто наблюдается социально-перцептивная неадекватность родительской позиции [13]. Образ ребенка, восприятие присущих ему психологических качеств, характера, темперамента, склонностей и даже физических особенностей «зашумляется», становится неточным, недифференцированным, грубо оценочным под действием сопровождающего родителей страха, что у ребенка плохая наследственность. При этом родители фиксируют любые, даже самые незначительные черты «неправильного» поведения, которые на самом деле могут объясняться естественным ходом взросления ребенка или закономерным возрастным кризисом. Поведение ребенка начинает обосновываться родителями как проявление болезни, а будущее его рисуется в темных тонах всевозможных бед, ограничений, непреодолимых трудностей. Эти социально-перцептивные нарушения приводят к изменениям родительских позиций и при взаимодействии с ребенком. Воспитание начинает все более переосмысливаться как исправление врожденных недостатков. Естественность, непосредственная радость от общения с ребенком сменяется родительским доминированием, подозрительностью, повышенным контролем, а жизнь с ребенком превращается в постоянное тревожное отыскивание всего того в поведении, что, якобы, неправильно, не так, как у других детей.

Представитель современного системного подхода в психологии Б. Хеллингер [14] полагает, что часть проблем приемной семьи будет снята, если придерживаться определенных правил усыновления и воспитания ребенка. Одним из них является требование, чтобы ребенок принадлежал своей семейной системе. По его мнению, это правило должно выполняться с

момента подбора ребенку приемных родителей. Если его не могут воспитывать собственные родители, надо отдать ребенка родственникам и только в случае отказа родственников должен начинаться поиск приемных родителей или опекунов. Б. Хеллингер считает, что приемные родители должны чувствовать себя уверенно, понимая, что они заменяют для ребенка его отца и мать и занимают второе место после родных, какими бы те ни были. Только в этом случае ребенок сможет уважать приемных родителей и принимать от них то, что ему предлагают. Если захватывается место родных родителей, и приемные настаивают на том, что они лучше, ребенок может солидаризироваться с теми, чье значение умаляется в случае, когда ребенок злится на родных родителей за то, что они отказались от него. Негативные чувства могут переноситься и на приемных, если они пытаются занять место родных. Б. Хеллингер полагает, что, усыновляя ребенка ради самих себя, системная пара отбирает его у системы, которой он принадлежит, и им самим приходится чем-то жертвовать. Например, супружескими отношениями или отношениями с собственным ребенком. По мнению Б. Хеллингера, при усыновлении ребенка лучше оставлять ему его фамилию и понимание того, что он приемный. Поэтому Б. Хеллингер является сторонником SOS-деревень, так как мамы там не претендуют на место настоящих матерей, что, впрочем, само по себе, не решает всех существующих проблем [14].

В целом, Б. Хеллингер считает важным, чтобы приемные родители признали права на ребенка родных родителей и других родственников, с одной стороны, и право ребенка знать о них и уважать их, с другой. Место родных родителей должно быть свободно и определено, тогда системное равновесие в приемной семье нарушено не будет.

Таким образом, эффективность замещающей заботы в приемной семье зависит от следующих факторов:

- индивидуальных особенностей ребенка и его жизненного опыта до помещения в приемную семью (травма, связанная с потерей родителей; лишение родных родителей родительских прав; беспризорность; воспитание в детском доме);
- психологических особенностей принимающей семьи как системы (личностные характеристики приемных родителей; характер их взаимоотношений; место ребенка в них и т.д.);
- условий и ситуации.

Воспитывая приёмного ребенка, семьи нередко нуждаются в квалифицированной помощи психологов (а иногда и психиатров) для диагностики и коррекции не только индивидуальных особенностей ребенка, но и внутрисемейных отношений, функционирования приемной семьи в целом. Велика также связь между индивидуальными особенностями ребенка, характером его отношений с приемными родителями и наличием в семье тайны усыновления, а также отношением приемных родителей к родным родителям ребенка. Обязательная проработка мотивов усыновления, значений тайны усыновления, отношений к родным родителям ребенка и повышение гибкости семейной системы будут являться гарантом того, что семья, усыновив ребенка, сделает его счастливым и будет счастлива сама.

Характер детско-родительских отношений в приемных семьях определяется тремя ключевыми факторами: мотивом усыновления; наличием или отсутствием тайны усыновления, степенью гибкости-ригидности семейной системы.

Самоотношение личности понимается как сложное когнитивно-аффективное образование, зрелость которого определяется качеством взаимосвязи и степенью согласованности его составляющих. Его структура рассматривается как состоящая из двух компонентов: рационального отношения к себе как субъекту социальной активности («образ – Я») и эмоционально-ценностного отношения к себе – переживания и оценки собственной значимости как субъекта социальной активности, образующих рефлексивное «Я». В результате взаимодействия указанных компонентов с потребностно – мотивационной сферой личности отношение к себе включается в процесс деятельностной и личностной саморегуляции, стимулирует развитие познавательной и личностной субъектности человека [8].

Позитивное устойчивое самоотношение лежит в основании веры человека в свои возможности, самостоятельность, энергичность, связано с его готовностью к риску, обуславливает оптимизм в отношении ожидания успешности своих действий в ситуации неопределенности.

В исследованиях С. Якобсона и Г. Моровой было установлено, что люди с позитивным самоотношением менее поглощены своими внутренними проблемами, гораздо реже страдают психосоматическими расстройствами. Многими авторами самоотношение рассматривается как фактор психического

здоровья и обращается внимание на то, что сфера самоотношения поражается одной из первых при психических заболеваниях [9].

Негативное самоотношение является источником различных трудностей в общении, поскольку человек с таким отношением к себе заранее уверен в том, что окружающие плохо к нему относятся. Проблема достоинства, ценности своего «Я» почти полностью поглощает его внимание, в связи с чем, уровень активности человека излишне повышается, затрудняя тем самым выбор адекватного способа взаимодействия, его поведение становится ригидным [3].

Самоотношение выполняет следующие функции:

- Функция «зеркала» (отображения себя). Человек со способом своей жизнедеятельности не только отражается в сознании окружающих, но и это «зеркало» переносится вовнутрь, отображая личность как во внешнем (физическое самоотображение), так и во внутреннем плане.
- Функция самовыражения и самореализации. Система самоотношения выполняет главную роль в активности личности, направленной на самовыражение и самореализацию.
- Функция сохранения внутренней стабильности «Я». Эта функция самоотношения осуществляется по мере и в силу той тенденции к внутренней согласованности к конгруэнтности, которая свойственна когнитивным представлениям о себе, эмоциональным реакциям относительно своих проявлений и действий, адресованных себе.
- Функция интракоммуникации. Социальная природа личности заключается не только в том, что она включена в процесс постоянного взаимодействия с социальным миром, но и в том, что для себя самой личность выступает в роли социума, взаимодействуя с самой собой и «разыгрывая» коммуникационные процессы на «сцене» внутренней жизни. Базой для таких интракоммуникационных процессов является система самоотношений.
- Функция саморегуляции и самоконтроля. Лишь имея сложившиеся представления о себе и определенным образом, относясь к себе, личность способна регулировать и контролировать свою деятельность.
- Функция психологической защиты. При получении информации, представляющих угрозу сложившимся представлениям о собственном «Я», и при жизненной неудаче или различающихся по степени интенсивности

психотравмах защитные механизмы личности могут быть направлены на рационализацию, создание образа «фальшивого я» и т. д. [5].

Итак, самоотношение личности является сложно структурированным психическим образованием, отражающим эмоциональную позицию личности по отношению к себе. Анализ психологических исследований самоотношения, выполненных отечественными и зарубежными авторами, показывает, что самоотношение является стержневым психологическим образованием, состоящий из трех компонентов: когнитивного, эмоционального и конативного. Выполняет следующие функции: отображения себя, саморегуляции и самоконтроля, психологической защиты.

Учитывая теоретические положения о том, что установки родителей в семье являются значимым фактором развития самосознания ребенка, а также то, что приемная семья – это новая система родительно-детских отношений, влияющих на становление самоотношения личности, целесообразно эмпирическое изучение связи родительских установок и самоотношения подростков в приемной семье.

Эмпирическое исследование, в котором участвовали родители и подростки из замещающих семей, проводилось в г. Волковыске и Волковыском районе Гродненской области (Республика Беларусь). В исследовании приняли участие 22 взрослых (17 женщин, 5 мужчин) и 43 ребёнка подросткового возраста, из них 29 мальчиков и 14 девочек в возрасте от 13 до 16 лет.

Для сбора эмпирических данных были использованы следующие диагностические методики: тест-опросник PARI для изучения родительских установок (Е. Шефер, Р. Белл, адаптированный Т. Неццет), тест-опросник самоотношения (В. Столин, С. Пантеев). Методами обработки полученных эмпирических данных выступили корреляционный анализ по Спирмену, U-критерий различий Манна-Уитни.

Установки приёмных родителей к подросткам разного пола, выявленные в результате обработки данных, полученных по методике PARI, наглядно представлены на рисунке 1.

Как показано на рис. 1, родительские установки замещающих родителей к приемным подросткам различаются в зависимости от пола ребенка. Так, для замещающих родителей среди возможных родительских установок по

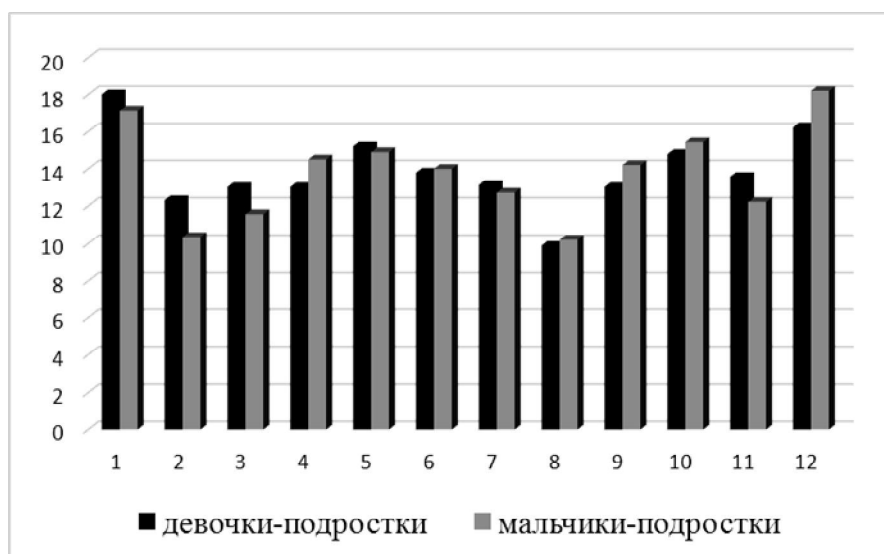


Рис. 1 Установки приёмных родителей к подросткам разного пола

1 – Вербализация; 2 – Чрезмерная забота; 3 – Зависимость от семьи; 4 – Подавление воли; 5 – Ощущение самопожертвования; 6 – Опасение обидеть; 7 – Семейные конфликты; 8 – Раздражительность; 9 – Излишняя строгость; 10 – Исключение внутрисемейных влияний; 11 – Сверхавторитет родителей; 12 – Подавление агрессивности.

отношению к приемному мальчику-подростку наиболее свойственны такие установки, как: «подавление воли», «излишняя строгость», «подавление агрессивности». Приемные родители стремятся установить систему достаточно жестких дисциплинарных мер, норм и санкций, чтобы снизить риск девиантного поведения приемных мальчиков-подростков. Выявленные установки дают право прогнозировать, что замещающие родители, опасаясь риска возникновения отклоняющегося поведения ребенка, могут использовать в отношении приемных мальчиков-подростков моральные способы давления посредством принижения значимости, достоинства, манипуляций на оплошностях и поступках подростка; провоцировать возникновение чувства вины; запугивать риском отказа семьи от ребенка и возвращения его в неблагоприятную социальную среду. С помощью критерия U-Манна–Уитни установлены достоверные различия более сильного проявления установки «излишняя строгость» по отношению к мальчикам – подросткам, чем к девочкам-подросткам ($U=139,5$, $p=0,004$), что связано в стремлении замещающих родителей поддерживать сильный родительский авторитет в глазах мальчика-подростка, создать для него четкие рамки и правила поведения и строго систематично отслеживать их выполнение в целях профилактики девиаций.

Такая родительская установка, как «вербализация», в большей степени направлена в отношении приемных девочек-подростков, чем мальчиков. Психологами подчеркивается, что высокий уровень вербального общения лежит в основе доверительных отношений между подростком и родителем. Очевидно, что замещающий родитель стремится использовать вербальные формы воздействия на приемную девочку-подростка, ориентируясь на гендерные стереотипы о большей коммуникативной направленности девочек и их более эффективное реагирование на полученные аудиальным способом инструкции в сравнении с мальчиками-подростками.

Установки приемных родителей, обозначенные как «зависимость от семьи», «чрезмерная забота», проявляются выше по отношению к приемным девочкам-подросткам, чем к мальчикам-подросткам. Данная установка, на наш взгляд, является отражением потребности родителя установить гиперопеку над девочкой-подростком, удерживая ее неподалеку от себя, контролируя каждый ее шаг. Так как девочки-подростки из неблагополучных семей с высокой вероятностью были подвержены депривации, то установки приёмных родителей направлены на компенсацию неблагоприятных родительско-детских отношений и установление чрезмерно близких отношений с ними в приемной семье с целью усилить ценность и значимость семейных отношений для подростка женского пола.

Из результатов, отображенных на гистограмме рис. 2, видно, что установка замещающих родителей, направленная на «уклонение от контакта с ребёнком», наблюдается большей степени в отношении приемных мальчиков-подростков, чем девочек-подростков (рис. 2).

Родительская установка на «подавление сексуальности» в большей степени направлена в отношении приемных девочек-подростков, чем мальчиков-подростков. Установка замещающего родителя на «подавление сексуальности» в девочке-подростке отражает опасения родителя относительно ранних половых связей приемной девочки-подростка и риска нежелательной беременности в связи с опытом неблагоприятной социализации ребенка в прошлом и возможных ошибок полового воспитания в родной семье.

Таким образом, установки замещающих родителей, отражающие излишнюю концентрацию взрослого на контроле поведения подростка,

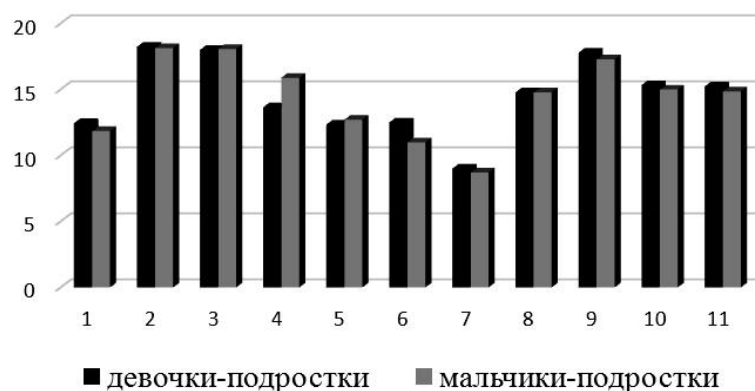


Рис. 2 Установки замещающих родителей к приемным подросткам разного пола

1 – Неудовлетворенность ролью хозяйки; 2 – Партнерские отношения; 3 – Развитие активности ребенка; 4 – Уклонение от конфликта; 5 – Безучастность мужа; 6 – Подавление сексуальности ребенка; 7 – Доминирование матери; 8 – Чрезвычайное вмешательство в мир ребенка; 9 – Уравненные отношения; 10 – Стремление ускорить развитие ребенка; 11 – Несамостоятельность матери.

чрезмерность требований к нему, больше свойственны по отношению к мальчикам-подросткам, а установки, нацеленные на тесный эмоциональный контакт родителя и ребенка, – к девочкам-подросткам.

Особенности установок замещающих родителей разного пола в отношении приемных подростков представлены на рис. 3 и 4.

Установлены достоверные различия в установках между родителями разного пола в отношении приемных подростков. Установку «Чрезмерная забота» приемные отцы склонны проявлять выше, чем женщины-матери ($U = 45,5, p = 0,04$), что отражает особенность их отношения по сравнению с традиционными семьями, где отцы обычно менее заботливы к детям, чем матери. Можно предположить, что приемные отцы стремятся компенсировать недостаток участия родных отцов приемных детей или их отсутствие в случае воспитания ребенка в учреждении интернатного типа.

Приёмные отцы в большей степени, чем приемные матери, реализуют установку «зависимость от семьи» ($U = 2,64, p = 0,008$). Вероятно, мужчины, выполняющие функции замещающего родителя, стремятся сформировать у подростка чувство сильной эмоциональной привязанности к замещающей семье, чтобы приемная семья стала для подростка референтной группой, влияющей на формирование у него норм и правил поведения, задающей определенные ценностные ориентиры.

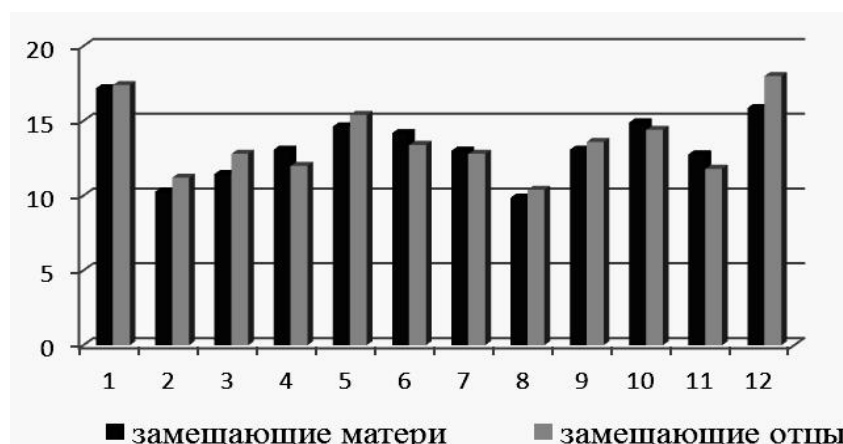


Рис. 3 Установки замещающих родителей разного пола к приёмным подросткам

1 – Вербализация; 2 – Чрезмерная забота; 3 – Зависимость от семьи; 4 – Подавление воли; 5 – Ощущение самопожертвования; 6 – Опасение обидеть; 7 – Семейные конфликты; 8 – Раздражительность; 9 – Излишняя строгость; 10 – Исключение внутрисемейных влияний; 11 – Сверхавторитет родителей; 12 – Подавление агрессивности.

Особенности в установках между родителями разного пола в отношении приемных подростков, касающиеся развития приемных детей, представлены на рисунке 4.

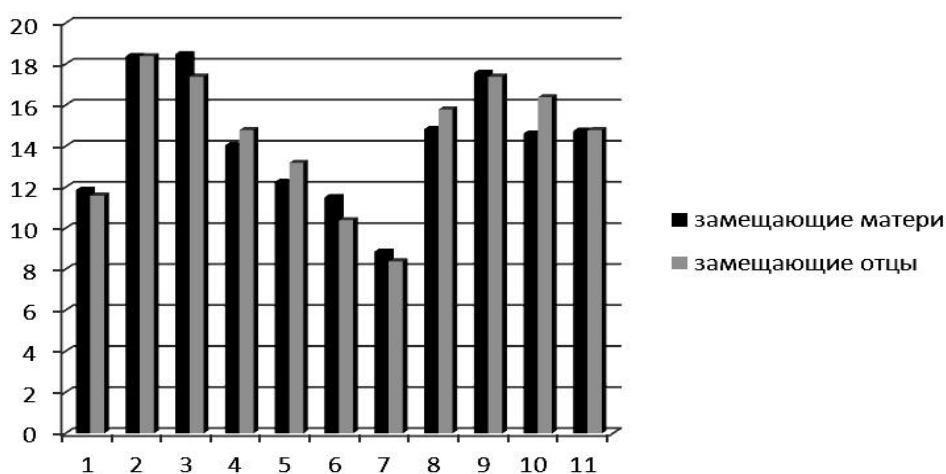


Рис. 4 Установки приёмных родителей разного пола к подросткам

1 – Неудовлетворенность ролью хозяйки; 2 – Партнерские отношения; 3 – Развитие активности ребенка; 4 – Уклонение от конфликта; 5 – Безучастность мужа; 6 – Подавление сексуальности ребенка; 7 – Доминирование матери; 8 – Чрезвычайное вмешательство в мир ребенка; 9 – Уравненные отношения; 10 – Стремление ускорить развитие ребенка; 11 – Несамостоятельность матери.

Как отражено на рисунке 4, установка «стремление ускорить развитие ребёнка» у приемных отцов выше, чем у матерей ($U=0,35$, $p=0,019$). Приёмный отец предпочитает, чтобы подросток как можно раньше научился самостоятельно решать свои проблемы, смог выстраивать товарищеские отношения в новой семье, он стремится включать подростка в домашние работы, ориентирует на выбор профессионального будущего.

Выявлены различия в родительских установках различия к детям в полных и неполных замещающих семьях. Установка «зависимость от семьи» выше у родителей в полных семьях, чем в неполных ($U=2,02$; $p=0,04$). Можно предположить, что данное различие связано с желанием показать подростку «правильную» модель семейных отношений, развить в нем чувство принадлежности к замещающей семье, задающей определенные ценностные ориентиры при построении подростком отношений с другими.

Выявлена тенденция к различию установки «исключение внутрисемейного влияния» у замещающих родителей в полных и неполных семьях ($U=2,6$; $p=0,08$). С увеличением числа испытуемых замещающих родителей мужского пола данная тенденция достигла бы, вероятно, уровня статистической значимости. В полных семьях наблюдается конфликт между супругами, выполняющими роли замещающих родителей, а именно – стремление матери уменьшить влияние отца на развитие и установление жизненных позиций приемного подростка. Выявленная установка указывает на проблему отсутствия интегрированности семьи в процессах семейного воспитания, при котором основную роль на себя берет мать, стремясь свести до минимума влияние на ребенка других членов семьи, в том числе и отца. Замещающая мать создает ситуацию, где она сама зависима от семьи, так как хочет реализовать себя посредством влияния на приемного ребенка и своего супруга, прикладывает много усилий для этого, возводит свою потребность до уровня «смысла жизни».

Выявлены различия в установке «сверхавторитет родителя»: в полных семьях эта установка у приемных родителей ниже, в неполных – выше ($U=18,5$; $Z=-2,33$; $p=0,01$). Установлено также, что такая установка, как «партнёрские отношения» в неполных семьях ниже, чем в полных ($U=22,5$; $Z=-2,14$; $p=0,03$). Это свидетельствует о том, что приёмный родитель берёт на себя роль эмоционального лидера в неполной

замещающей семье в вопросах коррекции психологического климата и регламентации поведения подростка, поддерживает свой авторитет в отношениях с подростком и старается держать с ребенком относительно значительную психологическую дистанцию. В полной семье функции примера и влияния на подростка распределяются на обоих замещающих родителей, что позволяет снизить риски неблагоприятного эффекта формирования из замещающего родителя кумира, эталона для подражания.

В полных семьях установка приемных родителей на «уклонение от конфликтов» ниже, чем в неполных ($U=25,5$; $Z=-1,99$; $p=0,05$). Это можно объяснить наличием в полной семье большего репертуара рычагов регуляции и разрешения возникающих конфликтов, поэтому в условиях полной замещающей семьи родители стремятся выявлять противоречия и разрешать их, а не избегать. В неполной замещающей семье поведение матерей настолько сконцентрировано на интересах приёмного ребёнка, что они скорее склонны игнорировать противоречия и использовать стратегии отрицания существующих проблем во взаимодействии с подростком, избегания и уклонения от возникающих конфликтов.

«Подавление сексуальности» как родительская установка в полных замещающих семьях, проявляется слабее, чем в неполных ($U=14$; $Z=-2,5$; $p=0,01$). Возможно, это связано с социальной установкой приёмной матери в неполной семье, которая таким образом стремится решать вопросы полового воспитания приемных подростков, снизить риски посредством ограничения и контроля его общения со сверстниками противоположного пола. Вероятно, здесь находит отражение собственных неразрешенных внутриличностных конфликтов женщины, выполняющей роль замещающего родителя, в сфере межполовых взаимоотношений.

В неполных семьях установка «чрезмерное вмешательство в мир ребёнка» выше, чем в полных ($U=24,5$; $Z=-2,04$; $p=0,04$). Стремление замещающей матери наладить слишком сильный эмоциональный контакт с приёмным ребёнком переходит на уровень «хочу знать, чтобы контролировать». При таком подходе к взаимодействию с приёмным подростком одинокая мать склонна подавлять его волю, желания, пресекать неправильные на ее взгляд стремления и действия, акцентировать внимание только на семье (особенно и на самой себе –

матери), ограничивает нахождение в социуме, что ведет к утрате подростком самоконтроля и чувства ответственности, может привести к торможению его личностного и социального развития.

Установлено, что установка «стремление ускорить развитие ребёнка» в полных замещающих семьях выше, чем в неполных ($U=14,5$; $Z=2,5$; $p=0,01$). В первом типе семей замещающие родители придерживаются такой установки для создания товарищеских отношений с подростком, более заинтересованы в помощи по хозяйству дома, разделению с подростком различных обязанностей. Подросток в полной замещающей семье не служит средством компенсации и разрешения внутрисемейных конфликтов родителей, их репертуар межличностных ролей более широк, чем у одинокого родителя. В неполной замещающей семье действия и переживания родителя-матери полностью сконцентрированы на приемном ребенке, женщина все более становится зависима от диады «мать-ребенок»; подросток выступает необходимым объектом для подтверждения и укрепления авторитета женщины-родителя в более широком социуме, поэтому она не склонна стремиться поскорее выпустить его из «гнезда».

Основываясь на полученных результатах, можно определить зоны проблемности, напряженности и противоречия в родительско-детских отношениях и оказать необходимую помощь в преодолении возникших проблем в замещающих семьях.

Самоотношение приёмных подростков. Для выявления самоотношения приёмных подростков использовалась тест-опросник самоотношения Столина-Пантилеева. Результаты обработки данных отображены в средних значениях показателей самоотношения подростков разного пола в гистограмме рисунка 5.

Как показано на рисунке 5, глобальное самоотношение у девочек и у мальчиков-подростков приблизительно одинаково. Однако с помощью критерия U-Манна-Уитни установлены достоверные различия отдельных показателей самоотношения у подростков разного пола.

Уровень самоуважения у приемных девочек-подростков ниже, чем у мальчиков-подростков ($U=138,5$; $p=0,047$). То есть отражение субъективной рациональной оценки собственной значимости, отношения к себе на основе анализа своих поступков, качеств и личности в целом у

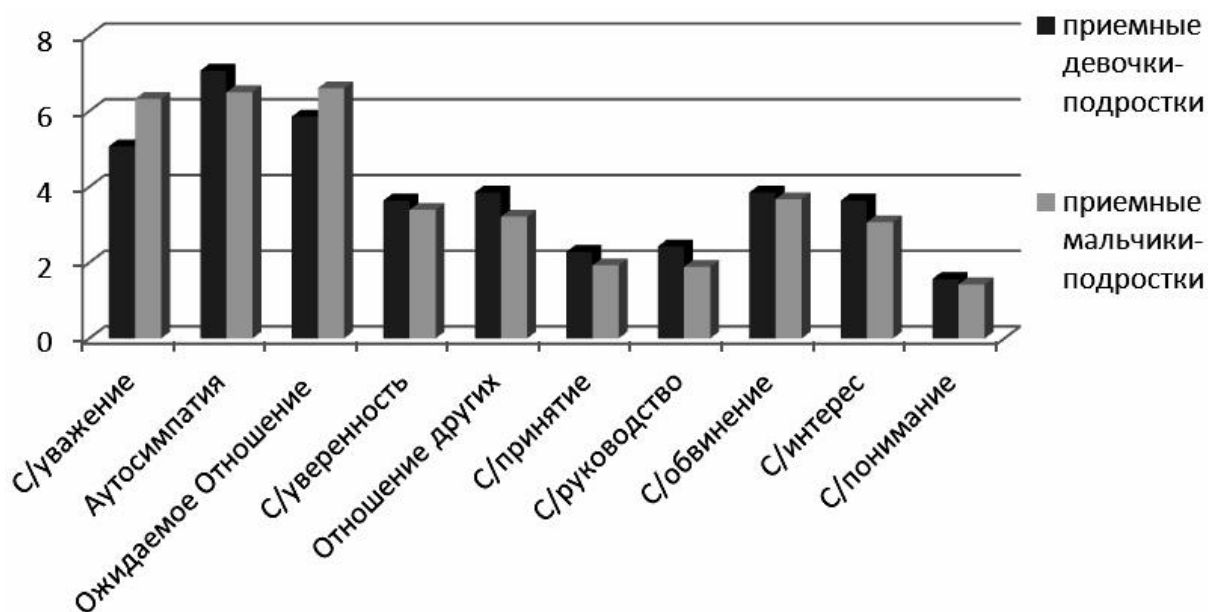


Рис. 5 Средние значения показателей самооотношения подростков разного пола приемных девочек-подростков ниже, чем у мальчиков. По-видимому, девочки-подростки более чувствительны к депривации социальной микросредой, что находит отражение в их самооотношении.

Уровень показателя «ожидаемое отношение от других» у приемных мальчиков-подростков более высокий, чем у приемных девочек-подростков ($U=133, 5; p=0, 044$). Приемные мальчики-подростки более уверены в том, что заслуживают высокого положительного отношения к ним со стороны других, в то время как девочки-подростки менее склонны к демонстративности.

Уровень самоинтереса как направленность на самопознание, получение информации о самом себе, склонность к постоянному изучению своего внутреннего мира, своих воспоминаний, а также к анализу собственных возможностей, личностного и субъектного потенциала, у приемных девочек-подростков выше, чем у мальчиков-подростков. У приемных девочек-подростков также выше, чем у мальчиков-подростков, показатели аутосимпатии, проявляющиеся в одобрении себя в целом и в существенных частностях, в доверии к себе. Однако статистической значимости данные различия не достигли.

Вероятно, что данные различия самооотношения у девочек-подростков и мальчиков-подростков, воспитывающимися в приемных семьях, связаны с установками приёмных родителей в отношении детей разного пола, что было

показано выше. Также имеют значение личностные качества испытуемых подростков, способность принятия или непринятия сложившейся ситуации. Девочки в эмоциональном плане более остро переживают разлуку с родной матерью и сложнее адаптируются к новым условиям в новой семье, поэтому, возможно, отдельные показатели их самоотношения имеют более низкие показатели, чем у мальчиков-подростков.

Проверка гипотезы исследования о наличии-отсутствии связи между родительскими установками и самоотношением подростка осуществлялась с помощью корреляционного анализа по Спирмену. Были выявлены связи между характеристиками самоотношения приемного подростка и характеристиками родительских установок в замещающих семьях.

Показатель «самопринятия» у приёмного подростка имеет положительную умеренную корреляцию с установкой замещающего родителя «опасение обидеть» ($r=0,34$; $p<0,05$), т.е. чем больше приёмный родитель проявляет мягкость к подростку, тем выше будет у последнего самопринятие (эмоциональный комплекс самоотношения у подростков). Можно предполагать, что особая тактичность и эмпатичность замещающего родителя к приемному подростку способствует созданию положительных условий для принятия последним самого себя.

В то же время установка замещающего родителя, обозначенная как «опасение обидеть», имеет отрицательно умеренную корреляцию с такой характеристикой самоотношения приемного подростка, как «самопонимание» ($r=-0,33$; $p<0,05$). Чем лояльнее замещающий родитель относится к приемному ребёнку, чем толерантнее к самым разнообразным проявлениям его поведения и характера, тем более усложнено самопонимание приемным подростком самого себя.

Такая характеристика самоотношения подростка, как «ожидание от других отношения к себе» имеет положительно умеренные связи с показателем «зависимость и несамостоятельность матери» ($r=0,32$; $p<0,05$). То есть чем более замещающая мать переживает чувства собственной зависимости и привязанности к диаде «родитель-ребенок», чем более вся ее деятельность и переживания концентрируются на приемном подростке, тем более подросток заинтересован в оценках со стороны других людей к собственной персоне и, возможно, слишком зависим от них.

Показатель родительского отношения «стремление ускорить развитие ребёнка» имеет положительно умеренную корреляцию с интерпретацией подростком самого себя ($r=0,31$; $p<0,05$), т.е. чем более выражена установка у замещающего родителя на создание условий для формирования зрелого ответственного поведения приемного подростка в разных сферах социальной жизнедеятельности, тем более у последнего развиваются механизмы самопонимания и самопознания через анализ и интерпретацию своих поступков.

Таким образом, в эмпирическом исследовании было установлено, что родительские установки в отношении приёмных детей различаются в замещающих семьях с разным количеством детей; в полных или неполных приёмных семьях; у замещающих родителей разного пола, а также в отношении подростков разного пола. Излишняя строгость, подавление агрессии и воли ребенка как установки свойственны приемным родителям в отношении мальчиков-подростков, а установка на подавление сексуальности ребенка – в отношении девочек-подростков, причем эти установки более выражены в неполных замещающих семьях.

Определены особенности самоотношения приёмных детей. По результатам исследования наблюдается, что уровни самоотношения выше у мальчиков-подростков, чем у девочек-подростков. Уровень самоуважения как отражение субъективной рациональной оценки собственной значимости, отношения к себе на основе анализа своих поступков, качеств у девочек-подростков ниже, чем у мальчиков-подростков.

Выявлены связи между родительскими установками и самоотношением подростка в приёмных семьях. Прослеживаются положительные и отрицательные связи между установками приёмного родителя, такими, как «опасение обидеть», «стремление ускорить развитие ребёнка», «зависимость и несамостоятельность матери» с показателями самопринятия, самопонимания и самоинтерпретации у подростка, взятого под опеку приёмными родителями.

Выявлены различия установок к детям у замещающих родителей разного пола. Мужчины, замещающие отца подростку, склонны проявлять в отношении приемных детей такие установки, как: чрезмерная забота, зависимость от семьи, стремление ускорить развитие ребёнка в большей степени, чем женщины, замещающие мать. Такими способами приемные отцы стремятся компенсировать недостаток участия родных отцов в

воспитании детей или отсутствие отца в случае воспитания ребенка в учреждении интернатного типа, а также стремятся сформировать у подростка чувство сильной эмоциональной привязанности к замещающей семье, чтобы она стала для него референтной группой, влияющей на формирование норм поведения, задающей определенные ценностные ориентиры.

У женщин, выполняющих роль замещающих матерей, имеют место противоречивые установки, связанные с опасениями собственного одиночества и нереализованности в социальной сфере, поэтому приемный ребенок для них нередко служит средством компенсации нереализованных межличностных отношений. В общении с приемным подростком матери склонны реализовывать установки, направленные на чрезмерную опеку, гиперконтроль, вмешательство во внутренний мир ребенка, стимулировать несамостоятельность и зависимость от материнско-детских отношений, тормозить личностное и психосексуальное развитие подростка.

В зависимости от пола приёмного ребёнка наблюдаются различия в установках замещающих родителей к детям. К мальчикам-подросткам в большей степени проявляются такие установки, как: излишняя строгость, подавление агрессии и воли, чем к девочкам-подросткам, воспитывающимся в приёмной семье.

Родительская установка замещающих родителей на подавление сексуальности ребенка в большей степени проявляется при воспитании девочек-подростков, чем мальчиков-подростков. Возможно, это связано с социальной установкой приёмной матери в неполной семье, которая таким образом стремится решать вопросы полового воспитания и исключить риск ранних половых отношений у приемной дочери.

Выявлены различия родительских установок у замещающих родителей в полных и неполных семьях. Установки к детям таких видов, как зависимость от семьи, исключение внесемейного влияния, стремление ускорить развитие ребёнка выше у замещающих родителей в полных семьях, чем в неполных. В то же время в полных семьях установки замещающих родителей на уклонение от конфликтов, подавление сексуальности и чрезмерное вмешательство в мир ребёнка ниже, чем в неполных. Установка замещающих родителей на партнёрские отношения ниже в неполных семьях, чем в полных.

Выявлены корреляции родительских установок приемных родителей и показателей самооотношения подростков в замещающих семьях. Установлена положительная корреляция установки приемного родителя «опасение обидеть» с «самопринятием» подростком самого себя и отрицательная корреляция данной родительской установки с самопониманием подростком самого себя. Это означает, что чем больше приёмный родитель проявляет мягкость, особую тактичность и эмпатичность к подростку, тем выше будет у последнего самопринятие (эмоциональный комплекс самооотношения) и тем более усложнено самопонимание (смысловой комплекс самооотношения) подростком самого себя.

Установка замещающего родителя на стремление ускорить развитие ребёнка имеет положительные умеренные корреляции с интересом подростка к самому себе. Чем более приемные родители используют различные способы развития интеллектуальной, эмоциональной сфер, навыков межличностного общения приемных детей, чем более учитывают необходимость давать право подростку на умеренную независимость и самостоятельность, тем более у подростка развиваются механизмы самопонимания и самопознания через анализ и интерпретацию своих поступков.

Полученные данные могут использоваться психологами и специалистами по социальной работе в процессе социально-психологического сопровождения семей, в которых воспитывается приёмный ребёнок.

Список использованных источников

1. Бобкин А. Е. Приёмная семья: Психологическая диагностика кандидатов в родители / А. Е. Бобкин // Семья в России. – 1998. – №3. – С. 6-10.
2. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей /Дж. Боулби. – М.: Академический проект, 2004. – 232 с.
3. Дементьева И. Ф. Приёмная семья – институт защиты детства: методические рекомендации / И. Ф. Дементьева, Л. Я. Олиференко. – М., 2000. – 55 с.
4. Захарова Ж. А. Воспитание детей в замещающих семьях / Ж. А. Захарова // Социальная работа. – 2005. – № 1. – С. 35-39.
5. Кайгородов Б. В. Психологические особенности развития самопонимания в юношеском возрасте / Б. В. Кайгородов // Мир психологии. – 1999. – №3. – С. 155-159.
6. Калинина Н. В. Формирование социальной компетентности как механизм укрепления психического здоровья подрастающего поколения / Н. В. Калинина // Психологическая наука и образование. – 2001. – № 4. – С. 18-25.

7. Кодекс Республики Беларусь о Браке и Семье. – Статья 170. Приемная семья, детский дом семейного типа.
8. Колышко А. М. Психология самоотношения / А. М. Колышко. – Гродно: ГрГУ, 2004. – 102 с.
9. Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание / И. С. Кон. – М.: Просвещение, 1984. – 151 с.
10. Ослон В. Н. Психологическое сопровождение замещающей профессиональной семьи / В. Н. Ослон // Вопросы психологии. – 2001. – № 4. С. 39-52.
11. Положение о приемной семье. Постановление от 17.07.1996 // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. – 2004. – № 4. – С. 84-91.
12. Семья в психологической консультации: Опыт и проблемы психологического консультирования / Под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина – М.: Педагогика, 1989.
13. Спиваковская А. С. Психотерапия: игра, детство, семья / А. С. Спиваковская. – М.: Изд-во ЭКСМО–Пресс, 2000. – 464 с.
14. Хеллингер Б. Порядки Любви. Разрешение семейно-системных конфликтов и противоречий / Б. Хеллингер. – М.: Изд-во Ин-та Психотерапии, 2001. – 400 с.

2.5

ПСИХОЛОГІЧНА ФЕНОМЕНОЛОГІЯ СУЧАСНОГО ВІЙСЬКОВОГО ПОЛОНУ

Тімченко О. В., Широбоков Ю. М.

Війна – протиприродне людській природі явище, пов'язане зі знищенням людини, позбавленням її найціннішого, що у неї є – здоров'я і життя.

Екстремальні умови війни – величезне випробування для людей, витримати яке вдається не всім. До того ж не все від людини і залежить.

Перемога у війні – результат бойових зусиль усіх, у тому числі і вбитих і полонених! Причому заслуга останніх може виявитися не меншою, а, може бути, і більшою, ніж уцілілих. Полон для солдатів і офіцерів, які не за своєю волею потрапили до рук ворога, ми пропонуємо розглядати крізь призму їхньої особистісної біди, а не провини ...

Етимологічні та асоціативні складові категорії «полон»

Як це не парадоксально, але в одному з найбільш повних словників української мови – «Словнику української мови» Б. Грінченка [1] – визначення терміна «полон» не наведено. Трактуювання цього поняття ми зустрічаємо в

«Словнику-довіднику» В. Жайворонка як «відсутність свободи, неволя, в яку потрапляє хто-небудь, захоплений противником під час воєнних дій» [2].

Найбільш повно, на наш погляд, поняття «полон» розкриває інший словник – «Словник української мови» – як:

– по-перше:

а) відсутність свободи, неволя, в яку потрапляє хто-небудь, захоплений противником під час воєнних дій; перебування в такому стані;

б) перебування в неволі, у рабстві, не на волі.

– по-друге:

а) *перен.* залежність від кого-, чого-небудь, підпорядкованість комусь, чомусь; перебування в такому стані;

б) перебування в такому стані.

– по-третє:

а) *застар.* полонення когось, чогось; завоювання когось, чогось;

б) те, що отримано в результаті перемоги над ворогом».

Синонімами слова «полон» є «неволя» і «рабство» [3].

Попереднє виділення сфер, що найбільш часто пов'язують із полоном, неволею, рабством на підставі звичного слововживання та наукового осмислення, дозволяє побачити головне: ***основою полону є насильство***¹⁰.

Під час роботи зі звільненими військовополоненими нами фіксувалися чотири основні форми жорстокого поводження з ними під час їх перебування у полоні:

Фізичне насильство – навмисне завдання фізичних ушкоджень військовополоненому, а також свідоме позбавлення його свободи, їжі, одягу та інших нормальних умов життя, які можуть призвести до смерті людини, викликати у неї порушення фізичного та психічного здоров'я.

Сексуальне насильство – сексуальні дії по відношенню до військовополонених.

Психологічне (емоційне) насильство – періодичний, тривалий або постійний психічний вплив на військовополоненого, спрямований на навмисне приниження його честі й гідності, що стає причиною страху, невпевненості в собі та призводить до формування патологічних рис характеру.

¹⁰ Насильство – застосування силових методів або психологічного тиску за допомогою погроз, свідомо спрямованих на слабких або тих, хто не може чинити опір. Тобто, будь-яке застосування сили щодо беззахисних [4].

Зневага до потреб військовополоненого – відсутність елементарної турботи про людину, від чого порушується її емоційний стан і з'являється загроза здоров'ю або ризик померти.

Слово «полон» асоціюється і з такими поняттями, як «страх» і «жах». Обставини страху, пригніченості, напруженості навмисно створюються тими, хто утримує полонених, та являють собою об'єктивно сформований соціально-психологічний фактор, що впливає на всіх без винятку військовополонених і змушує їх до здійснення певних дій або до прийняття умов утримання у полоні.

Головне в умовах військового полону – не саме по собі насильство над захопленими військовослужбовцями, а вироблений **психологічний ефект – залякування і створення масового психозу**. У цілому це соціальна ситуація, що тримає всіх у страху і постійній напрузі.

У фізичному плані – це постійна загроза життю і здоров'ю [5].

У соціальному плані – деструкція управління військовими підрозділами, об'єднаними силами, що здійснюють спеціальні операції на сході України, в цілому життєзабезпечення країни.

У психологічному плані результат такої ситуації – втрата впевненості в завтрашньому дні, хаотизація свідомості, ірраціональний стан психіки, деструкція звичної, нормативної «регуляторної» поведінки.

Полон насаджує у свідомості військовослужбовця невпевненість у собі, спровокованої відсутністю почуття перспективи.

Психологи вважають, що людина може впоратися з багатьма труднощами, якщо знає, заради чого вона це робить. А коли у людини немає певної перспективи та конкретної мети, вона є безпорадною під психологічним тиском [6]. Ось чому ми вважаємо, що *сучасний військовий полон – це війна нервів, яка фактично розрахована на перспективу банальної наживи за рахунок здоров'я інших і на глобальні масштаби її здійснення за будь-яку ціну (навіть ціною фізичного знищення певної частини військовополонених)*.

Вплив військового полону викликає набагато більші страхи, ніж реальна загроза, причому очікування нових захоплень полонених з числа військовослужбовців збройних формувань України посилює психологічні наслідки ситуацій, які вже сталися. Психоемоційне включення формує феномен «співучасті» та подальшу ідентифікацію людей, які знаходяться за

сотні і тисячі кілометрів від місця проведення операції об'єднаних сил. Поєднання непередбачуваності сепаратистських атак, почуття не контрольованості українськими військовими власної долі та постійної вразливості дестабілізує українське суспільство та світову спільноту і провокує на асиметричну реакцію.

Жертвами відповідних силових дій можуть стати не стільки незаконні збройні формування ДНР/ЛНР, скільки мирні жителі Донецької та Луганської областей. А це, з одного боку, провокує, як правило, зростання ксенофобії серед населення цього регіону, а з іншого – викликає «почуття їх меншовартості» по відношенню до інших мешканців України і розширює в їхніх рядах число потенційних прихильників та учасників антиконституційної діяльності.

Військовий полон відрізняється від інших злочинів (наприклад, захоплення заручників терористами) тим, що страх сам по собі не розглядається як основна мета діяльності утримувачів полонених. Захоплення українських військових здійснюється представниками незаконних збройних формувань ДНР/ЛНР не заради формування самого страху, а служить лише своєрідним об'єктивним важелем цілеспрямованого впливу на українське суспільство і світове співтовариство з метою «встановлення руського миру», яке неможливо зробити без створення обстановки страху. ***Створення обстановки страху є вираженням початкового етапу військового полону, проявом його суті, а не його кінцевою метою. Сучасний військовий полон – це, перш за все, акт насильства!***

Взагалі сучасний військовий полон в умовах локального збройного конфлікту можна уявити як особливий вид протиправної діяльності, головною об'єктною метою якого є досягнення через залякування інших людей матеріального, політичного, військового та інших видів збагачення.

Наявність такої мети не скасовує безлічі різних суб'єктивних цілей, якими керуються окремі ватажки незаконних збройних формувань. Однак саме чужий страх як знаряддя досягнення мети рухає їхніми діями та надає сенсу існуванню цього ганебного явища.

Для досягнення такої мети, тобто для масового поширення страху серед військовополонених, представники незаконних збройних формувань здійснюють найрізноманітніші дії: брязкають зброєю, приводять її в бойовий стан, роблять постріли, ведуть полонених на розстріл, катують полонених тощо.

Методи здійснення залякування та підкорення волі полонених є дуже різноманітними і залежать, у першу чергу, від того, з яким саме видом незаконного збройного формування доводиться стикатися захопленому у полон українському військовослужбовцю та яка військова спеціальність є у нього (сапер, снайпер, водій тощо).

Усю сукупність методів впливу представників незаконних збройних формувань на військовополонених можливо згрупувати за наступними ознаками:

- за *видами впливу*: а) паралізація діяльності або зміна спрямованості діяльності; б) знищення (вбивство) захоплених у полон;
- за *способами впливу*: а) залякування; б) тиск; в) провокування до дії або бездіяльності.

Проте кінцева мета всіх цих методів – **примус** (вчинення потрібних незаконним збройним формуванням ДНР/ЛНР дій для отримання від українського суспільства (а в деяких випадках і світового співтовариства) політичних або матеріальних бонусів) [7].

Види сучасного військового полону

У сучасних дослідженнях полону розрізняють цілий ряд його видів, виділених на основі таких ознак, як наслідки бойових дій (*військовий полон*) [8], як результат злочинної діяльності терористів (*перебування заручником*) [9], як підсумок ренегатства незаконних збройних формувань на морі (*піратський полон*) [10] та ін. Але у сучасних збройних конфліктах, які мають ознаки «неконвенційної війни» (unconventional warfare), «нерегулярної війни» (irregular warfare) чи «змішаної війни» (compound warfare) [11], у яких «розмиваються» межі військового конфлікту та до бойових дій залучаються невійськові засоби, які у звичному стані не мають прямого відношення до класичного військового протистояння, саме військовий полон набуває нових різноманітних форм, які дають можливість поділити його на різні види.

Опитування 694 військовослужбовців, які під час проведення антитерористичної операції¹¹ на сході країни пережили ситуацію військового

¹¹ 30 квітня 2018 року в Україні офіційно розпочалася операція об'єднаних сил (ООС). Головна відмінність ООС від антитерористичної операції (АТО) полягає у підпорядкованості. Якщо раніше АТО проходила під загальним керівництвом антитерористичного центру СБУ, то зараз операція об'єднаних сил проходить під стратегічним керівництвом Генерального штабу Збройних Сил України (прим. авторів).

полону, дозволило визначити у сучасному військовому полоні три основні типи:

1. *Військовий полон за психологічним типом «військовий підрозділ»* (підрозділ, що укомплектований діючими військовослужбовцями армії іншої країни).

Захоплення полонених проводиться, як правило, з метою припинення спротиву та демонстрації власної сили. Полонені утримуються у таборах для військовополонених.

Перебування у полоні характеризується нанесенням побоїв під час допитів; спробами схилити військовополонених до співробітництва з метою подальшого проведення провокацій після відправки військовослужбовців додому (відзначило 76, 5% від загальної кількості опитаних).

2. *Військовий полон за психологічним типом «підрозділ професійних найманців».*

Захоплення полонених проводиться з метою демонстрації власних сил, майстерності та залякування супротивника. Полонених утримують у ямах, що дозволяє скоротити чисельність охоронців та надає можливість швидкої ліквідації військовополонених.

Допити завжди проводяться з застосуванням тортур, насилля, а іноді – і показових вбивств полонених.

Перед проведенням обміну з метою унеможливити своє викриття, найманці часто наносять тяжкі поранення військовополоненим (відзначило 11, 7% від загальної кількості опитаних).

3. *Військовий полон за психологічним типом «бандформування»* (сформований з числа кримінальних елементів та місцевих жителів регіону).

Захоплення полонених проводиться з метою наживи та отримання інформації. Полонених утримують, в основному, у приміщеннях камерного типу.

У ході допитів використовуються різноманітні методи приниження честі та гідності полонених, фізичне, психологічне, а іноді – і сексуальне насильство над ними, відеозйомка цього процесу з метою подальшого шантажу.

Представникам бандформувань характерна різка зміна у відношенні до військовополонених після отримання гарантій їх викупу або домовленості про їх обмін (відзначило 11, 8% від загальної кількості опитаних).

В умовах полону формуються і особливі специфічні форми

поведінки військовополонених [12-17], в основі яких – *причини захоплення військовослужбовців у полон*: а) захоплення у полон неминуче в наслідок поранення військовослужбовця; б) захоплення у полон є результатом майстерності та кращої підготовки супротивника; в) захоплення у полон є результатом відчаю та зневіри військовослужбовця у власних силах.

Опитування 694 військовослужбовців, які пережили ситуацію військового полону, дозволило визначити мету їх захоплення у полон незаконними збройними формуваннями ДНР/ЛНР (див. табл.1).

Таблиця 1

Характеристика мети захоплення військовослужбовців у полон представниками різних незаконних збройних формувань ДНР/ЛНР

№	Мета захоплення у полон	Військовий підрозділ (у %)	Професійні найманці (у %)	Бандформування (у %)
1	Припинення спротиву	88, 3	20, 2	44, 6
2	Необхідність отримання інформації	93, 6	97, 9	78, 7
3	Залякування супротивника	51, 1	97, 9	13, 8
4	Демонстрація сили і майстерності	62, 8	67	2, 1
5	Обмін на своїх	2, 1	11, 7	59, 6
6	Не бажання вбивати	36, 2	1, 1	41, 4
7	Отримання викупу	2, 1	8, 5	50

Таким чином, захоплення військовослужбовців у полон представниками різних підрозділів характеризується різною метою:

- *для військових підрозділів* це, в основному, необхідність отримання інформації, припинення спротиву ворога, а також демонстрація сили і майстерності та залякування противника;
- *професійні найманці* мають на меті отримання інформації, залякування противника та демонстрацію сили і майстерності;
- *для бандформувань* характерною метою захоплення у полон українських військовослужбовців є отримання інформації, обмін на своїх, отримання викупу та небажання вбивати.

Незважаючи на той чи інший вид незаконного збройного формування, *типологія мотивів захоплення у полон українських військовослужбовців* має такий вигляд:

1. *Меркантильні мотиви.* Для певного кола людей участь у локальному збройному конфлікті – спосіб заробітку. Наприклад, найманці ігнорують будь-які інші інтереси, окрім особистих. Головне – отримати особисту вигоду.

2. *Мотив власної влади над людьми, глибинний мотив.* Він підтримується несвідомими фантазіями про власну всемогутність. Насильство застосовується для утвердження особистої влади. Через насильство деякі представники військової та політичної «еліти» ДНР/ЛНР самостверджуються, набуваючи влади над людьми. В їхніх очах власна особистість стає більш значущою.

Влада над людьми – це своєрідний наркотик, і хто хоча б раз його «покуштував», той знов і знов прагнучиме його. Це засвідчує і вивчення психології найманства осіб, які кочують з одного конфліктного регіону в інший [18]. На певному етапі їх перестають цікавити гроші, невідворотним потягом стає сама можливість убивати.

3. *Мотив інтересу та привабливості війни як сфери діяльності.* Тут наявне не стільки прагнення до вигоди, скільки бажання отримати гострі відчуття. У цьому випадку іноді можна говорити про ігрові мотиви. Для певного (нехай і невеликого) кола людей участь у локальних збройних конфліктах, утримання військовополонених можуть виступати просто новою, незвичною сферою занять.

4. *Мотиви, пов'язані з травматичним досвідом у минулому,* – це програвання пережитих травматичних ситуацій, але з обов'язковою зміною ролей. Для представника незаконного збройного формування, який утримує українських військовополонених і який раніше сам пережив приниження чи жорстоке ставлення, є характерною «ідентифікація з агресором» – прийняття поведінки іншої людини, яка колись заподіяла йому моральних або фізичних страждань, завдала болю. Іншими словами, приймаючи таку поведінку, людина, яка утримує полонених, сама намагається впоратися із травмою, подолати її наслідки, але використовує для цього не найефективніший спосіб.

5. *Мотив заміни,* який має місце в тому випадку, коли досягнення первісної мети за будь-яких причин виявляється неможливим, а тому людина прагне реалізувати її в інших обставинах.

6. *Компенсаторні мотиви* – мотиви, пов'язані з прагненням подолати почуття власної неповноцінності. Людина, переконана у власній неповноцінності, зазвичай, прагне компенсації своїх недоліків, що може

виражатися в посиленому палкому бажанні зайняти високе становище в суспільстві, набути виключних умінь і знань, бути успішною тощо. У подібних випадках ми маємо справу із соціально схвалювальними або допустимими форматами компенсації. Проте, в деяких випадках, почуття неповноцінності може призводити до скоєння необдуманих вчинків, у тому числі – й участі у незаконних збройних формуваннях.

Мотиви захоплення в полон можуть виявлятися так само, як і *потяги* певних категорій членів незаконних збройних формувань до вчинення катувань, убивств, заподіяння мук військовополоненим, знущання над ними тощо. Фахівці відносять імпульсивний невизначений потяг до вчинення певної суспільно небезпечної дії до психічної хвороби – патології потягів. Однак, на наш погляд, цей тип психічних аномалій можна розглядати як повністю неусвідомлений, оскільки представник незаконного збройного формування, який керується імпульсним потягом, здатний втриматися від вчинення подібних дій, якщо ситуація є вочевидь несприятливою і небезпечною для нього за своїми наслідками.

Слід зазначити, що, *по-перше*, мотиви помітно відрізнятимуться в конкретних випадках поведінки різних незаконних збройних формувань ДНР/ЛНР та *по-друге*, навіть у межах однієї і тієї ж ситуації акти захоплення в полон українських військовослужбовців будуть різними (учасники незаконних військових формувань можуть керуватися різними мотивами).

Стадії сучасного військового полону

За свідченнями 694 військовослужбовців, які пережили ситуацію полону, їм довелося послідовно пройти наступні 4 стадії військового полону:

- I. Стадія захоплення у полон та транспортування до місця постійного утримання.
- II. Стадія першого допиту.
- III. Стадія безпосереднього утримання у полоні.
- IV. Стадія обміну полоненими та повернення додому.

Спробуємо надати коротку характеристику виділеним стадіям військового полону, які мають свої відмінності в залежності від збройного формування ДНР/ЛНР, яке захопило наших військових у полон.

Те, що військовослужбовця полонили, ще не означає, що він залишиться живим. Під час *транспортування військовополоненого* його можуть вбити з різних причин:

- полонений може знаходитися у важкому фізичному стані внаслідок поранення або контузії;
- військовослужбовець може робити спробу втечі;
- військовослужбовець може чинити опір тим, хто його утримує;
- з'явилася небезпека викриття та знищення підрозділу та ін.

На думку 68,1% тих, хто пережили ситуацію полону, військові підрозділи ставляться до затриманих як до тягаря через проблеми з харчуванням, медичним обслуговуванням та ін., тому намагаються скоріше переправити їх до місць, підготованих до утримання полонених або передати військовополонених до інших підрозділів.

74,5% свідчать, що представники бандформувань використовують транспортування військовополонених як саморекламу та демонстрацію нової влади та своєї сили. Тому і не випадково, що в більшості випадків представники бандформувань привозили військовополонених до центру населеного пункту, де влаштовували над ними показові знущання, фотографування та ін.

Щодо підрозділів найманців, то 11,7% опитаних нами колишніх бранців показали, що пересування військовополонених з представниками даного незаконного збройного формування відрізняється прихованістю. Відомі непоодинокі випадки, коли захоплених у полон просто відводили неподалік від місця захоплення, жорстоко кували та вбивали, після чого залишали тіла загиблих воїнів так, що б їх обов'язково знайшли. Тим, кому вдалося вижити, свідчили, що їх використовували для допомоги під час транспортування поранених бойовиків або захоплених під час бойових дій зброї та речей українських військових.

Щодо форми транспортування, то тут не існує розмежування за типами незаконних збройних формувань – усі намагаються використовувати автотранспорт, який є в наявності. При відсутності автотранспорту полонених ведуть пішими колонами.

Таким чином, вже на стадії транспортування в залежності від виду незаконного збройного формування ДНР/ЛНР проявляється мета захоплення українських військовослужбовців у полон:

- для військових підрозділів – переправити українських військових до місць утримання (місць, заздалегідь підготованих для полонених);

- представники бандформувань використовують цю стадію для самореклами, демонстрації своєї сили та влади;
- професійні найманці намагаються приховати сам факт захвату та утримання військовополонених.

Наступною стадією військового полону можна вважати *перший допит*. Тут, так само, як і на стадії захоплення та транспортування, військовослужбовець переживає вітальну фазу полону, бо розуміє, що саме його поведінка під час допиту може стати смертним вироком.

Саме під час першого допиту полоненого намагаються психологічно зламати та змусити давати необхідні свідчення, повідомляти певну інформацію або схилити до співробітництва та подальшої провокаційної діяльності.

За свідченнями 45,7% опитаних, яких допитували у військовому підрозділі, при першому допиті їх жорстоко били. Військовослужбовці, які пережили дану ситуацію відмічають, що побиття носило характер безглуздої дії, іноді навіть не супроводжувалось задаванням питань. У більшості випадків це робилося з метою залякування військовополонених та подальшого схиляння їх до колаборації:

- за свідченнями 17% військовослужбовців, які пережили ситуацію військового полону, до них застосовувалися такі способи впливу, як роздягання та проведення допиту без одягу, позбавлення їжі та сну;
- до 1,1% з числа опитаних нами військовослужбовців застосовувалися катування утопленням;
- 6,4% колишніх військовополонених показали, що по відношенню до них було застосовано вогнепальну зброю (кожному було нанесено поранення лівої ноги вище коліна) з метою залякування та запобігання втечі.
- 46,8% опитаних відмітили, що допитували їх професійні найманці, хоча тільки 7,4% показали, що утримувались найманцями, решта були полоненими військового підрозділу¹².

На думку опитаних, допит, який проводився професійними найманцями, так само мав свої характерні відмінності. Основою допиту всі

¹² За свідченнями 39,4% колишніх військовополонених, для проведення допиту представники військових підрозділів, які їх утримували, часто залучали професійних найманців з причини не бажання виступати в ролі ката, не готовності застосовувати тортури, навіть по відношенню до ворога та зняття відповідальності з себе та свого підрозділу за скоєння військового злочину (прим. авторів).

опитані відмічали саме залякування та знущання. Особливо сильно на психіку військовополонених впливали факти зґвалтування, жорстокого катування, ампутації полоненим пальців, цілих кінцівок та навіть кастрації.

На думку колишніх військовополонених, навіть, якщо вони просто були свідками таких знущань, це дуже сильно пригнічувало їх психіку.

26,6% респондентів відмітили, що були свідками вбивства своїх товаришів під час допиту, а в подальшому і самі постійно переживали неодноразові імітації розстрілу перед черговими допитами, коли їх відводили до стіни, оголошували «прийняте рішення про розстріл» і робили постріли в стіну з метою демонстрації своєї повної влади над ними.

На думку 18,1% колишніх військовополонених, яких допитували представники бандформувань, серед характерних особливостей можна виділити наступні:

- по-перше, визначення матеріальних статків сім'ї військовополоненого;
- по-друге, примушення військовослужбовця до повідомлення близьким та рідним, що той знаходиться у полоні, хто і де його утримує (3,2% опитуваних показали, що їх рідним навіть повідомили, хто може бути посередником при обміні полонених);
- по-третє, знущання та насилля над військовополоненим для прискорення викупу (по відношенню до 7,4% опитаних, за їх свідченнями, застосовувалися статеві збочення, примушення до вживання у їжу фекалій тощо. Весь процес записувався на відеокамеру а потім цим шантажували полонених, погрожуючи викласти ці матеріали в Інтернет або відправити рідним та близьким через соціальні мережі).

Таким чином, перший допит має за мету моральний та фізичний тиск на військовополоненого. Для військових підрозділів під час першого допиту характерне побиття полонених та позбавлення їх сну та їжі з метою залякування, запобігання втечі та схиляння до співробітництва. Перший допит, що проводиться професійними найманцями, характеризується жорстоким катуванням, насиллям та вбивствами військовополонених з метою демонстрації власної сили. Характерною особливістю першого допиту, який проводиться представниками бандформувань, є знущання та шантаж військовослужбовців для прискорення їх викупу або обміну з метою наживи.

Утримання військовополонених, на думку опитаних, які пережили дану ситуацію, так само, як і попередні стадії, має свої характерні

особливості в залежності від того, яким підрозділом утримувався полонений (див. табл. 2).

Таблиця 2

**Характеристика способів утримання
військовополонених представниками різних підрозділів**

	Способи впливу	Військовий підрозділ (у %)	Професійні найманці (у %)	Бандформування (у %)
1	Табір для військовополонених	45, 7	–	–
2	Приміщення камерного типу	2, 1	–	11, 7
3	Підвальні приміщення	–	17	2, 1
4	Ями	–	23, 4	5, 3

Так, 45,7 % респондентів показали, що їх утримували військові підрозділи у таборах для військовополонених приблизно від 100 до 300 осіб. Для утримання використовувалися споруди ферм та ангари заводів. Система життєзабезпечення була такою, яка притаманна військовим підрозділам в польових умовах: розпорядок дня, харчування, гігієна, тільки з певними обмеженнями. Для запобігання втеч та бунтів адміністраціями таборів застосовувалися різні заходи: офіцерів відокремлювали від солдат; тих, хто демонстрував приклад мужності, – утримували у приміщеннях камерного типу поодиночці. 2,1% опитаних колишніх військовополонених відзначили, що вони утримувалися окремо від решти, їх позбавляли сну, їжі, засобів гігієни, іноді навіть не давали питної води. У більшості випадків їх просто передали професійним найманцям.

Військовополонені, які проживали у таборах, умовно поділялися на дві групи: тих, хто адаптувалися до табірної життя, і тих, які не пройшли процес адаптації (як правило, щойно прибулі). Саме на другу категорію припадав найбільший відсоток смертності. Крім того, для військовополонених, які утримувалися у таборах, характерною була закономірність, виявлена ще Б. Беттельхаймом: ті, хто тривалий час перебував у полоні, були більш лояльні до табірної адміністрації, ніж ті, які щойно прибули [19].

Обов'язковою умовою утримання полонених військовим підрозділом були господарські роботи: військовополонених возили на прибирання вулиць, розбирання завалів, збирання гільз та ін.

Опитані, яких утримували підрозділи професійних найманців, вказують, що характерною особливістю утримання було їхнє знаходження в ямах (23, 4%) або підвальних приміщеннях (17%).

Військовополонені змушені були відправляти природні потреби в ямах, зберігати власну сечу в пластикових пляшках та вживати її для тамування спраги і запобігання смерті від зневоднення. Вони не мали можливості митися та прасувати одяг, постійно піддавалися знущанням, приниженням, побоям та тортурам.

Військовополонених часто перевозили з місця на місце, пересаджували в інші ями та підвали, кожного разу обіцяли вбити, в ході переміщень не годували, забороняли спати та залучали для транспортування озброєння та боєприпасів, риття траншей та інших робіт. Знущання та катування під час утримання полонених підрозділами найманців були спрямовані на залякування військовослужбовців. Так, деякі з опитаних нами вказували, що до них в яму, в якій вони утримувалися, щоденно кидали артилерійський снаряд (до 17 разів на добу), і полонені повинні були постійно ховатися від снаряду. Як тільки хтось з військовополонених переставав демонструвати страх за власне життя, його починали прилюдно катувати, а іноді і вбивали.

Утримання в ямах дозволяло професійним найманцям скоротити до мінімуму кількість охоронців та створювало додаткові можливості для швидкої ліквідації полонених за допомогою гранати.

Військовополонені, яких утримували у підвальних приміщеннях (17% опитаних), описують проживання в умовах сильного затемнення, без вікон, з поганою циркуляцією повітря. Замість ліжок у кращому випадку були металеві полки, а іноді – просто матраци, розкладені на бетонній підлозі. Відсутність свіжого повітря та сонячного світла призводила до прояву сильних негативних реакцій військовополонених як по відношенню до ворога, так і по відношенню до своїх товаришів.

Такі умови дуже сильно тиснули психологічно на полонених. Крім того, ті, хто утримували військовослужбовців, постійно намагалися схилити їх до співпраці. Так, у своїх спогадах колишній бранець О. М. згадував: «Серед нас в камері були «стукачі», ми потім зрозуміли і вже нічого не говорили зайвого. Слідчі говорили, що «стукачеством» можна заробити бали,

швидше відпустять. Кілька людей їх заробили...» [20].

Представниками бандформувань при утриманні військовополонених найчастіше застосовувалися приміщення камерного типу [21] – споруди, які належали колишнім структурам МВС, СБУ та митниці (відмітили 11, 7% опитаних колишніх військовополонених).

Кількість полонених, які знаходилися в камерах, доходила до 50 осіб. Характерною особливістю проживання військовополонених в таких умовах була ситуація скупчення великої кількості військовослужбовців у невеликому приміщенні. У камерах будівель установ, які донедавна належали силовим структурам України, військовополоненим дозволяли слухати радіо, але українські станції часто глушили. На відміну від підвалів, приміщення камерного типу були обладнані місцями загального користування та мали вікна, а самі споруди містили санітарні частини або лазарети.

Тих, хто демонстрував приклади мужності, бойовики переміщували в одиночні камери та знижували кількість їжі. Характерною особливістю проживання військовополонених у приміщеннях камерного типу було змішане утримання військовослужбовців, цивільних осіб та бойовиків, які, на думку командирів незаконних збройних формувань, були винні у злочинах (зрада, дезертирство, мародерство та ін.).

Крім того, з військовополоненими постійно знаходилися поруч сторонні особи, які спостерігали за їхніми діями та інформували адміністрацію закладу про всі вчинки, а іноді навіть розмови полонених. 4, 3% респондентів відмітили, що військовополонені, які активно спілкувалися з цивільними особами або з бойовиками, які також утримувалися в камерах, могли стати об'єктами тиску та навіть побоїв зі сторони своїх товаришів для покарання за дружні стосунки з ворогом.

5, 3% опитаних відмітили, що їх утримували в ямах біля лінії розмежування ворогуючих сторін.

За свідченнями 2,1% опитаних колишніх військовополонених бандформуваннями також використовувались і підвальні споруди (це залежало від місця дислокації даного підрозділу).

Серед особливостей утримання бандформуваннями усі опитані відмічають різке негативне ставлення до військовополонених

представників підрозділів МВС України (над ними знущались навіть після отримання гарантій викупу).

Останньою важливою стадією полону можна вважати **повернення з полону**, а саме отримання військовослужбовцем повідомлення про його обмін та подальше пересування до лінії розмежування ворогуючих сторін та безпосередньо повернення до свого підрозділу або лікувального закладу. Ця стадія, на думку опитаних, також має свої особливості.

Військовослужбовці, які пережили ситуацію полону та обмінювалися військовими підрозділами, свідчать про те, що під час отримання повідомлення про відправку військовослужбовця до розташування своїх військ кожному пропонували підписати звернення до своїх або визнати власну провину та навіть дати інтерв'ю. До самої відправки військовополонених намагалися схилити до провокацій, співробітництва та навіть пропонували перейти на бік ворогуючої сторони.

Характерною особливістю підрозділу професійних найманців є те, що під час обміну військовополоненими представники цих формувань роблять усе для унеможливлення їх викриття та притягнення у подальшому до відповідальності за військові злочини. З цією метою військовополонених осліпляли, наносили важкі черепно-мозкові травми, проводили ампутацію кінцівок та ін.

Обмін військовополоненими представниками бандформувань характеризувався різкою зміною ставлення до військовослужбовців з моменту повідомлення про обмін. 6,4% опитаних колишніх військовополонених показали, що перед відправкою до розташування своїх сил їх усіх перемістили до окремої камери, припинили побиття та знущання, полоненим пропонували деякий одяг, збільшили норму харчування, під час обміну запрошували після закінчення антитерористичної операції до себе у гості та т. ін.

Фази протікання військового полону

Майже 100% з загальної кількості опитаних нами колишніх бранців показали, що процес перебування в статусі військовополоненого мав свої фази протікання (див. рис. 1).

I фаза – фаза вітальних реакцій, характеризується підпорядкуванням всіх дій військовослужбовця збереженню власного життя з характерним



Рис. 1. Фази військового полону

звуженням свідомості, зміною моральних норм та обмежень, порушеннями сприйняття часових інтервалів та внутрішніх подразників.

Для такої ситуації характерні заціпеніння, порушення раціональної поведінки. Більшість респондентів показали, що сам факт полону є наслідком поранення або контузії, проте 14 % опитаних відзначили, що в полон здавалися, коли не бачили іншого способу врятувати своє життя.

II фаза – фаза шоку з проявами надмобілізації – характеризується загальним психологічним напруженням, мобілізацією психофізіологічних резервів, загостренням сприйняття та збільшенням швидкості розумових процесів, проявами безрозсудної сміливості (особливо під час рятування побратимів) при одночасному зниженні критичної оцінки ситуації, але збереженні здатності до цілеспрямованої діяльності. У цій фазі військовослужбовець «завмирає», оцінюючи поведінку представників ворогуючої сторони та прогножуючи свої подальші дії.

97, 8% військовослужбовців, які пережили ситуацію військового полону, характеризують цю фазу зниженням активності діяльності та спілкування. В емоційному стані, на думку майже 100% опитаних, у цей період переважає

почуття відчаю, що супроводжується запамороченням та головним болем, а також серцебиттям, сухістю в роті та ускладненим диханням.

82, 6% опитаних колишніх військовополонених показали, що поведінка в цей період підпорядкована ідеї героїчного подвигу, самопожертви заради порятунку друзів, виконання професійного та службового обов'язку до кінця.

Однак 15, 2% респондентів відзначили, що саме в цій фазі найбільш імовірні прояви панічних реакцій та зараження ними оточуючих.

III фаза – фаза психофізіологічної демобілізації – в абсолютній більшості випадків пов'язується з розумінням масштабів трагедії («стрес усвідомлення»). Ця фаза, на думку 59, 7% респондентів, характеризується збільшенням інтенсивності тих чи інших проявів спілкування або навіть виникненням форм активного спілкування, невластивих за інших умов для даного військовослужбовця. 76% колишніх військовополонених відзначили, що відчували непереборне бажання відповідати на запитання, розповідати про себе не тільки іншим полоненим, а й представникам ворогуючої сторони. Ця стадія може бути названа так само *стадією особистісної контактності військовополоненого*. Інтенсифікація спілкування, яка характерна для цієї стадії, спрямована на оптимізацію вихідної соціальної позиції для отримання прийнятної соціальної ролі. Однак більшість опитаних показали, що не очікували такої жорстокості та зневаги до себе, яку демонстрували представники незаконних збройних формувань ДНР/ЛНР. На думку 73, 9% колишніх військовополонених, найбільш характерними для цього періоду було різке погіршення самопочуття та психоемоційного стану з переважанням почуття розгубленості (аж до прострації), окремих панічних реакцій, зниження моральної нормативності поведінки, відмови від будь-якої діяльності та мотивації до неї. У 30, 4% військовослужбовців, які потрапили у полон, спостерігалися депресивні тенденції, порушення функцій уваги та пам'яті внаслідок пережитих тортур і знущань.

У *IV фазі – фазі вирішення* – динаміка самопочуття військовополонених багато в чому визначається специфікою впливу екзистенційних факторів, отриманими ураженнями та морально-психологічним тиском ситуації. На думку 59, 7% опитаних, у цей період поступово стабілізується настрій та самопочуття, але зберігається знижений емоційний фон,

обмеження контактів з оточуючими, гипомімія (маскоподібність обличчя) та амімія (відсутність емоцій), зниження інтонаційного забарвлення мови, сповільненість рухів, порушення сну та апетиту. Рольові функції в групі військовополонених стабілізуються як між полоненими, так і у контактах з противником. За даними опитування 71,7% колишніх військовополонених доведено, що стабілізація рольового статусу може проходити емоційно-монотонно та супроводжуватися афективними актами спілкування як з позитивним, так і негативним забарвленням.

Постійний вплив на психіку військовополонених з боку представників ворогуючої сторони супроводжується подальшою зміною активності діяльності, взаємодії та спілкування. 76% респондентів вказали, що це віддзеркалювалося на взаємодії з навколишнім середовищем, з іншими полоненими, з адміністрацією табору для військовополонених.

Соціальна взаємодія в цих умовах помітно змінювалася одночасно у багатьох військовополонених. Як відзначили 30,4% опитаних, особливо цьому сприяв шантаж компрометуючими інтерв'ю, інформацією, виданою на початкових фазах полону, що призводило до спроб військовополонених уникнення контактів як з товаришами, так і з представниками ворогуючої сторони.

Нагадаємо, що сучасна психологічна наука виділяє два підходи в оцінці активності діяльності та спілкування в екстремальних умовах [22-24]. Одні автори (перший підхід) відзначають ті чи інші форми та види зміни активності діяльності та спілкування партнерів в особливих умовах, що позначаються на взаємодії (взаємопротидії) [22]. Інші (другий підхід) – розглядають активність діяльності та спілкування партнерів в екстремальних умовах як власне стрес, тобто як певного роду неспецифічні прояви адаптаційно-захисної активності людської спільноти. Ця активність інтегрується із суспільної поведінки окремих індивідів в особливих та екстремальних умовах діяльності [25].

Ми дотримуємося другого підходу при аналізі спілкування в умовах військового полону, тому що *розглядаємо змінену взаємодію військовополонених як особливу форму стресу*. Однак, більше половини опитаних вказують, що доцільними можуть стати обидва підходи до аналізу специфіки діяльності та спілкування в умовах емоційного напруження. На думку 57,6% опитаних, перший із зазначених підходів може виявитися виправданим, коли основний масив дослідження складається з вивчення таких феноменів, як

діяльність, взаємодія та спілкування в умовах полону, коли військовополонені утримуються у неволі разом з військовослужбовцями свого підрозділу або однієї з ними військової частини, але без докладного аналізу екологічних, ергономічних, соціологічних аспектів адаптації людей до екстремальних факторів середовища. Такі спостереження висловлювали військовослужбовці, які потрапляли в полон цілими підрозділами та які утримувалися у неволі цілими таборами.

Другий підхід більш доцільний при вивченні адаптації військово-службовця в умовах полону [26].

Не треба забувати той факт, що майже 12% колишніх військовополонених знаходилися в полоні в ямах, в приміщеннях, не придатних для життя, в умовах недотримання температурних режимів, без належного годування та питної води. Саме тому ця фаза може бути охарактеризована зниженням психофізіологічних резервів організму військовополоненого, прогресивно наростаючими явищами перевтоми, істотним зменшенням показників фізичної та розумової працездатності.

V фаза – фаза відновлення психофізіологічного стану. На думку 73, 9% військовослужбовців, які пережили ситуацію полону, ця фаза найбільш чітко проявляється у поведінкових реакціях: активізується міжособистісне спілкування, турбота про товаришів, нормалізується емоційне забарвлення мови та мімічних реакцій, спостерігаються прояви гумору та жартів.

В останній, *VI фазі – фазі конфліктогенності* – за твердженнями майже 100% респондентів, у більшості полонених спостерігаються стійкі порушення сну, невмотивовані страхи, кошмарні сновидіння, що перетворюються у нав'язливість; мають місце порушення діяльності шлунково-кишкового тракту та серцево-судинної систем. Під час дії цієї фази наростають внутрішня та зовнішня конфліктогенність. Як відзначають 46, 7% колишніх військовополонених, у них спостерігалася підсвідома «ідентифікація з агресором» (особливо у молодих людей), що призводило до значних проблем в групі військовополонених. 2, 2% респондентів відзначили, що безпосередньо спостерігали акти насильства серед військовополонених, причиною якого ставали міжособистісні конфлікти.

Треба відзначити, що військовий полон створює певний психологічний комплекс, який ще в першу світову війну називали «психозом колючого дроту» (*Stacheldrahtpsychose*) [27]. В умовах військового полону

зменшується активність життєдіяльності у зв'язку зі значним погіршенням функціонального стану та самопочуття військовополонених (особливо, якщо ізолюється від інших полонених людина, яка надавала їм допомогу і підтримку). У результаті таких змін знижується мотивація та здатність до спілкування, що призводить до глибоких внутрішньоособистісних конфліктів.

13% колишніх військовополонених відзначили, що офіцери, яких утримували разом з рядовим та сержантським складом, після тортур, знущань та принижень (особливо, якщо насильство відбувалося на очах у інших), переставали виконувати роль командирів, старших, замикалися в собі, а іноді навіть здійснювали суїцидальні спроби. Вони нехтували своїм зовнішнім виглядом, думкою про себе, інших полонених, гігієною свого тіла, регулярним харчуванням і т. ін. Подібне самовідчуження можна інтерпретувати як форму протесту проти соціального тиску, не завжди повністю усвідомлювану самим суб'єктом.

Конфліктогенна фаза триває найдовше та за твердженням 64,1% колишніх військовополонених має піковий спад соціально-негативного спілкування з моменту повідомлення військовополоненому про рішення обміняти його на бойовиків.

Таким чином, перебування у ситуації військового полону є глибокою психологічною кризою військовослужбовця. Ця криза вже у мирному житті виявлятиметься в осмисленні і переживанні соціальних стереотипів про військовополонених, засвоєнні соціальної стигми бранця, дезгармонізації Я-концепції і порушенні особистісної та соціальної ідентичності. Усе це супроводжуватиметься соціальною дезадаптацією колишнього військовополоненого та потребуватиме довготривалої соціально-психологічної реабілітації.

Список використаних джерел

1. Словник української мови: в 4-х тт. / За ред. Б. Грінченка [Електронний ресурс] // Б. Грінченко. – К., 1907–1909. – Т. 3. – С. 287. – Режим доступу: <http://ukrlit.org/slovnyk/%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%BD>.
2. Жайворонок В. В. Знаки української етнокультури: Словник-довідник [Електронний ресурс] // В. В. Жайворонок. – К.: Довіра, 2006. – С. 466. – Режим доступу: <http://ukrlit.org/slovnyk/%D0%BF%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%BD>.
3. Словник української мови: в 11 тт. [Текст] / АН УРСР. Інститут мовознавства; за ред. І. К. Білодіда. – К.: Наукова думка, 1970–1980. – Т. 8. – С. 93. – Режим доступу: <http://sum.in.ua/s/polon>.

4. Українська психологічна термінологія: словник-довідник. / За ред. М. – А. Чепи. – К.: ДП «Інформаційно–аналітичне агентство», 2010.– 302 с.
5. Никифоров Г. С. Психология здоровья: [учеб. пособие] / под ред. Г. С. Никифорова. – Санкт–Петербург: Речь, 2006. – 479 с.
6. Магомед-Эминов М. Ш. Личность и экстремальная жизненная ситуация / М. Ш. Магомед-Эминов // Вестник Моск. ун–та. Сер. 14, Психология. – 1996. – № 4. – С. 26-35.
7. Потапчук Є. М. Юридичні та психологічні аспекти шантажу / Є.М. Потапчук// Науковий вісник Державної прикордонної служби України / Науково-практичний альманах. – Хмельницький: Видавництво Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького, 2009. – №3. – С. 42–49.
8. Калкутіна Н. В. Міжнародно-правове регулювання військового полону та правовий статус іноземних військовополонених в СРСР на початку ХХ ст. [Електронний ресурс] / Н. В. Калкутіна // Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Серія : Історичні науки. – 2014. – Вип. 3.37. – С. 63–67. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/Nvmdu_2014_3.37_13.pdf.
9. Саїнчин О. С. Міжнародно-правова регламентація боротьби із захопленням та вбивством заручників [Електронний ресурс] / О. С. Саїнчин // Актуальні проблеми держави і права. – 2012. – Вип. 65. – С. 554-559. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/apdp_2012_65_76.pdf.
10. Побідаш А. Ю. Аналіз помилкових дій членів екіпажу морського судна, які призводять до захоплення корабля у полон [Електронний ресурс] / А. Побідаш // Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки. – 2013. – Вип. 31. – С. 30-33. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/j-pdf/VKNU_vsn_2013_31_8.pdf.
11. Горбулін В. «Гібридна війна» як ключовий інструмент російської геостратегії реваншу [Електронний ресурс] / В. Горбулін // Режим доступу: http://www.niss.gov.ua/public/File/2015_book/012315_Gorbulyn.pdf.
12. Галицкий, В.П. Финские военнопленные в лагерях НКВД (1939-1953 гг.) – М.: Грааль, 1997. – 248 с.
13. Leidinger H. Zwischen Kaiserreich und Rätemacht: Die deutschösterreichischen Heimkehrer aus russischer Kriegsgefangenschaft und die Organisation desösterreichischen Kriegsgefangenen und Heimkehrwesens 1917-1920. – Viena: University of Vienna, 1995. – 81 p.
14. Moritz V. Gefangenschaft und Revolution: Deutschösterreichische Kriegsge-

- fangene und Internationalisten in Russland 1914 bis 1920. – Viena: University of Vienna, 1995. – P. 28-42.
15. Nachtigal R. Kriegsgefangenschaft an der Ostfront 1914-1918. Literaturbericht zu einem neuen Forschungsfeld. – Frankfurt am Main, 2005. – 162 p.
 16. Кобза В. Незламні. Спогади полонених / В. Кобза // Військо України. – 2015. – № 09 (179). – С. 12-17.
 17. Нікітін Ю.В. Антитерористична операція як необхідна форма протидії злочинності та забезпечення безпеки суспільства / Ю. В. Нікітін // Держава та регіони. Сер. : Право. – 2014. – № 2. – С. 132-136.
 18. Лепешкин Н. Я. Психологические основы терроризма и антитеррористической деятельности в современных условиях: учебно-методическое пособие / Н. Я. Лепешкин, В. Г. Василин, А. И. Обирин, В. Е. Талынев; под ред. проф. И. Ф. Ярулина. – Хабаровск: Хабаровский пограничный институт Федеральной службы безопасности Российской Федерации, 2008. – 348 с.
 19. Bettelheim B.: Aufstand gegen die Masse. Die Chance des Individuums in der modernen Gesellschaft / Bettelheim B. – Frankfurt a.M. Fischer, 1989. – P. 115.
 20. Маркович В. Русский поп избивал пленных солдат железным крестом – рассказ киборга [Електронний ресурс] / Василь Маркович // Головні новості України. Zoko.net 16 апреля 2015. – Режим доступа: http://www.3oko.net/2015/08/blog-post_77.html.
 21. Шрамович В. Как «Моторола» убил пленного «киборга» – рассказ очевидца [Електронний ресурс] / Вячеслав Шрамович // ВВС Україна. 16 апреля 2015. – Режим доступа: http://www.bbc.com/ukrainian/ukraine_in_russian/2015/04/150416_ru_s_branovytsky_death_witness_sova_interview.
 22. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса [Текст] / Л. А. Китаев-Смык // М.: Наука, 1984. – 360 с.
 23. Шапирштейн Г. Я. Взаимодействие установок личности в общении [Текст] / Г. Я. Шапирштейн // Вопросы психологии. – 1989. – № 5. – С. 144-148.
 24. Bavelas A. Communication patterns in task-oriented groups.– In: Group dynamics [Text] / Ed. D. Cartwright, A. Zander. N.Y.: Row, Peterson, 1960. – P. 12.
 25. Станкин М. И. Психология общения [Текст] / М. И. Станкин // Сред. спец. образование, 1989. – № 10. – С. 39–42.
 26. Маклаков А. Г. Проблемы прогнозирования психологических последствий локальных военных конфликтов [Текст] / А. Г. Маклаков, С. В. Чермянин, Е. Б. Шустов // Психологический журнал. – 1998. – Т. 19. – № 2. – С. 15-25.
 27. Другой военный опыт. Российские военнопленные Первой мировой войны в Германии (1914-1922). [Текст] / О. С. Нагорная – М.: Новый хронограф, 2010. – 441 с.

РОЗДІЛ III

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ І ТЕХНОЛОГІЇ ЕФЕКТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ В ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

3.1

ДОВІРА ДО ОРГАНІЗАЦІЇ: ПСИХОЛОГІЧНІ ІНДИКАТОРИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ І ЗАДОВОЛЕНОСТІ ПРАЦЕЮ ФАХІВЦІВ

Вірна Ж. П.

Трансформаційний характер суспільних процесів спричиняє необхідність вивчення проблеми забезпечення успішного функціонування сучасних організацій. Особливо актуальною є ця проблема для організаційних структур Державної Митної Служби України, діяльність яких має певну специфіку (ризикований характер професійної діяльності; відповідальність за безпомилкове здійснення митних операцій; збереження державної таємниці тощо). Все це зумовлює максимальну концентрацію персоналу на робочому місці та вимагає віддачі зусиль працівників.

Специфіка діяльності співробітників митної служби характеризується численними контактами у соціально невизначених умовах, які пов'язані, насамперед, із контингентом, котрий є неоднорідним за віком, досвідом, віросповіданням, фінансовими можливостями та метою перетинання кордону. Праця співробітників митної служби також пов'язана з емоційною та інтелектуальною напругою, нерегулярною зміною чергувань, підвищеною активністю психічних функцій, а також із проявами несприятливого психологічного мікроклімату у групах, які тривалий час перебувають в умовах підвищеної відповідальності за прийняте рішення. Все це вимагає від співробітника митної служби сформованої стресостійкості, потрібної для його конструктивної поведінки та діяльності. Зрозуміло, що складена довіра до організації, у якій працює фахівець відіграє важливу роль його ефективної професійної реалізації.

Метою презентованого дослідження є визначення змісту і рівня розвитку основних компонентів довіри до організації у персоналу митної служби та специфіки переживання організаційного стресу, що впливає на її становлення.

Для вирішення поставлених завдань була розроблена програма, реалізація якої передбачала застосування комплексу *методів: теоретичні методи* – аналіз, синтез, осмислення та узагальнення положень психологічної, соціально-психологічної, юридичної літератури, класифікація; організаційні методи – *спостереження і опитувальний метод*, що реалізований використанням психодіагностичних тестових методик, серед яких: «Якість організаційної культури - довіра» К. Фрайлінгера та І. Фішера; «Оцінка рівня організаційної культури» І. Ладанова; «Опитувальник відданості організації» Р. Дунхема, Дж. Груб, М. Кастаньєда (в адаптації І. Андрєєвої); опитувальник «Розуміння цілей компанії» Р. Шо; опитувальник «Прояв турботи з боку керівництва» Р. Шо; опитувальник «Оцінка задоволеністю роботою» (В. Розановой); шкала організаційного стресу Н. Водоп'янової. При обробці результатів дослідження використовувалися *методи математичної статистики*: метод визначення середньої величини; критерій Ст'юдента; кореляційний аналіз.

Аналіз проблеми і результати дослідження. Довіра є наслідком і необхідною умовою організаційного розвитку. В ході теоретичного аналізу розглянуто основні наукові позиції інтерпретації цього феномену (соціальний, економічний, соціологічний, психологічний); зазначено основні напрямки його тлумачення (забезпечення економічної безпеки суб'єктів господарської діяльності; та психологічного забезпечення діяльності організації та її персоналу); виокремлено основні підходи до його трактування (дослідження довіри до організації як позитивної емоційної реакції на організацію, її цілі та цінності; дослідження довіри до організації як результату оцінки втрат, які пов'язані із залишенням організації; дослідження довіри до організації, як відчуття зобов'язань перед організацією); деталізовано структурну концепцію «відданості організації» (афективний, тривалий та нормативний компоненти); систематизовано і узагальнено чинники становлення довіри до організації (чинники, пов'язані із особливостями діяльності та стилю керівництва організації; чинники, пов'язані з психологічними особливостями діяльності колективу організації;

чинники, які зумовлені характером взаємодії між керівництвом та персоналом; чинники, зумовлені особливостями організації умов праці в конкретному колективі) та зосереджено увагу на аналізі чинників, які впливають на становлення довіри до організації (чинники *макрорівня* (рівень суспільства), *мезорівня* (рівень організації) і *мікрорівня* (рівень особистості)); розглянуто основні моделі організаційного управління (американська, японська та європейська (Гарцбурська)); підкреслено значення і наслідки формування довіри до організації через модальність почуття захищеності і задоволеністю роботою її працівників [1; 3; 4; 5; 7; 8; 9; 10].

Проведений аналіз дав змогу презентувати визначення *довіри до організації* як стійке емоційне ставлення персоналу до організації, яке характеризується прийняттям організаційних цілей та цінностей, бажанням докладати значних зусиль заради забезпечення ефективності діяльності та розвитку цієї організації, вираженням прагнення якомога довше залишатися членом цієї організації.

На основі узагальнення системно-структурних особливостей організаційного стресу особистості, зазначено, що психологічні характеристики організаційного стресу містять аспекти впливу зовнішніх і внутрішніх факторів професійної соціалізації особистості; виокремлено риси особистості, які впливають на появу психосоматичних захворювань фахівців; зазначено необхідні компенсаторні та захисні механізми, які забезпечують професійну надійність і працездатність за будь-яких умов професійної діяльності особистості. Основний наголос зроблено на важливість адаптаційних можливостей і стресостійкості організму при виконанні професійних обов'язків, а головним показником професійного здоров'я зазначено професійну працездатність, яка вміщує три групи статусів прояву (фізичний, психічний і соціальний). На основі класично визнаних моделей професійного стресу та класифікації найтипівіших стресорів професійної діяльності, описано специфіку переживання організаційного стресу в адаптаційному вимірі особистості, яке стосується основних питань входження працівника в професійне середовище для виконання певних професійних функцій і ролей; конкретизовано значення регуляції та саморегуляції психічних та функціональних станів («адекватної мобілізації», «динамічної неузгодженості», «психологічна ціна діяльності»); зазначено

процесуально-результативні характеристики професійної адаптації особистості та окреслено умови і фактори ефективної професійної адаптації [2; 6; 11].

Щодо специфіки вибірки нашого дослідження, то успішність діяльності співробітників митної служби в межах їх посадових обов'язків переважно визначається здатністю діяти в емоційно-складних ситуаціях, коли невизначеність результату вирішення оперативної задачі досить висока, а імовірність успіху не завжди помітна. Спостерігаються розбіжності у поведінці спеціалістів у таких ситуаціях, що виявляється у виборі відповідної тактики дій, або надмірно обережної або безрозсудної. Відповідність індивідуально-психологічних особливостей суб'єкта праці вимогам конкретної професії зумовлена не лише можливістю зниження її продуктивності, але й віддаленими соціально-психологічними наслідками: дезадаптацією, конфліктністю як на зовнішньому, так і на внутрішньому рівнях, схильністю до адиктивної поведінки тощо. Це зумовлює необхідність врахування й аналізу емоційної напруженості і стресу у роботі особового складу митних підрозділів.

Базуючись та результатах теоретичного аналізу проблеми, нами для констатувального етапу дослідження обрано аналіз ряду чинників, які, на наш погляд, з одного боку, є найбільш суттєвими для визначення довіри до організації у працівників митної служби, а з іншого боку, є не достатньо дослідженими в контексті специфіки переживання організаційного стресу. До них віднесено чинники, які стосуються: 1) *мезорівня* (рівень організації) – розглядається через інформованість персоналу про цілі, цінності організації та способи їх досягнення; турботу про персонал з боку керівництва; 2) *мікрорівня* (рівень персоналу) розглядається через рівень задоволеності роботою та специфіку переживання організаційного стресу.

Змістовний аналіз вище представленого переліку вказує, з одного боку, на необхідність сформованого ставлення довіри до організації, а з другого, – збалансованості та стійкості психіки людини при виконанні посадових обов'язків, регуляції власного стану і контролю поведінки в період робочої зміни та в процесі виникнення соціально-складних ситуацій.

Вибірку дослідження склали 77 співробітників митної служби за такими категоріями персоналу митної структури: інспектори митного сектору ті інспектори пасажирського відділу.

Базовою методикою у визначенні рівня розвитку довіри до організації у працівників митної служби виступила методика «Якість організаційної культури – довіра» К. Фрайлінгера та І. Фішера, за допомогою якою нами було усіх досліджуваних поділено на три групи за рівнем прояву довіри до організації: група 1 – досліджувані, у яких зафіксовано рівень прояву «супердовіри» (n=17); група 2 – досліджувані із середнім рівнем прояву довіри до організації (n=32); та група 3 – досліджувані із низьким рівнем прояву довіри до організації (n=28).

Основним критерієм диференціації досліджуваних працівників митної служби по групах став показник різниці між оцінюванням «середньої людини» (колеги по роботі) і власне «Я»: чим менше різниця балів в оцінюванні, тим вище показник довіри до організації працюючих людей. В результаті аналізу оформлено три групи досліджуваних.

Фіксація сумарних показників за результатами оцінювання своїх колег (як «середня людина») і оцінювання власного Я в групах та визначення статистичних відмінностей між цими показниками (критерій Ст'юдента), показав статистично значущі відмінності (табл. 1).

Таблиця 1

**Статистично значущі показники оцінювання запропонованих
тверджень працівниками митної служби (група 1)**

	Хсер	Хсер	t-value	df	p
Сьогодні оточуючий світ відволікає мене від роботи, мене більш не цікавить, як я проведу вільний час	9, 9411	9, 4705	2, 897	32	0, 006
Так як «середній людині» не вистачає фантазії, сили уявлення і розумових здібностей, то їй не властива творча діяльність	9, 5882	8, 8823	2, 752	32	0, 009
«Середня людина» боїться відповідальності та уникає ризикових ситуацій, так як боїться допустити помилки	9, 4705	8, 4705	2, 234	32	0, 032
Загалом, «середня людина» не хоче кидатися у очі, тому старається себе вести як всі	9, 6470	8, 8823	2, 593	32	0, 014
«Середня людина» думає про власну користь і ставиться до свого оточення з недовірою	9, 5294	8, 5882	4, 416	32	0, 000

У досліджуваних групи 2 (середній рівень прояву довіри) спостерігається завищене ставлення як до себе, так і до колег (за виключенням тверджень 7, 8 і 9, за якими спостерігається вища вимогливість до колег) (табл. 2).

Таблиця 2

**Статистично значущі показники оцінювання запропонованих
тверджень працівниками митної служби (група 2)**

	Хсер	Хсер	t-value	df	p
Сьогодні оточуючий світ відволікає мене від роботи, мене більш не цікавить, як я проведу вільний час	6, 7812	7, 8750	-2, 338	62	0, 0225
Я став ледащий, хочу спокійного життя, тому прагну уникати роботу, яка змушує мене напружуватися	7, 0312	8, 3125	-3, 885	62	0, 0002
«Середньою людиною» можна керувати тільки за принципом схвалення і покарання. Їй потрібно дати відчуття, що можуть бути негативні наслідки і санкції	6, 5312	7, 5937	-3, 195	62	0, 0021
«Середню людину» можна заставити працювати шляхом суворої вказівки, точних інструкцій та суворого контролю	6, 6875	7, 7187	-2, 948	62	0, 0044
Так як «середній людині» не вистачає фантазії, сили уявлення і розумових здібностей, то їй не властива творча діяльність	6, 7187	8, 0625	-3, 083	62	0, 0030
«Середня людина» боїться відповідальності та уникає ризикових ситуацій, так як боїться допустити помилки	7, 2187	8, 7500	-5, 098	62	0, 0000
«Середня людина» потребує опори, тому вона шукає у колег і друзів (могутніх) захисту і допомоги, щоб зорієнтуватися	7, 1875	5, 6250	4, 2773	62	0, 0000
Загалом, «середня людина» не хоче кидатися у очі, тому старається себе вести як всі	7, 8750	6, 1250	4, 2909	62	0, 0000
«Середня людина» не страждає від монотонності, вона скоріше боїться змін і прагне все залишити по-старому	7, 8125	6, 1875	4, 0493	62	0, 0001
«Середня людина» думає про власну користь і ставиться до свого оточення з недовірою	7, 1562	8, 4375	-3, 565	62	0, 0007

Середній рівень довіри у працівників митної служби (група 2) продемонстрував психодіагностичний факт наявності статистично значущих відмінностей за усіма твердженнями (різниця в оцінюванні складає ≤ 60), що дає змогу стверджувати, що реальне оцінювання ставлення до себе та ставлення до колег у цій групі відрізняються з тенденцією заниженого ставлення до себе за показниками відсутності інтересу до оточуючого світу за межами роботи; наявності прагнення уникання напруженої роботи; необхідності впровадження різноманітних санкцій схвалення і покарання, точних інструкцій і контролю; відсутності творчої діяльності; страху відповідальності у ризикованих ситуаціях; і проявами недовіри до свого оточення. В той час як в оцінюванні колег спостерігаємо завищені вимоги щодо їх прагнення пошуку захисту і допомоги з боку могутніх друзів і колег; їх «прихованого» поводження від інших в поведінці; і страху будь-яких змін, які можуть порушити монотонність і звичність роботи.

У досліджуваних групи 3 (низький рівень довіри) за оцінюванням усіх тверджень спостерігається завищене ставлення до колег, ніж до себе. Виявлені особливості аргументовано, тим, що в організації митної системи працюють співробітники, які більшою мірою орієнтовані на контроль і самоконтроль, відповідальність і мобільність. Отже, в таких організаціях, персонал позбавлений можливості орієнтуватися на свої потреби самореалізації, адже емоційно-напружені умови праці переважно ставлять «акцент» на обов'язкове досягнення цілей організації загалом, повністю блокуючи професійну реалізацію фахівців з їх власними цілями та інтересами (табл. 3).

Отримані дані за попередньою методикою суттєво доповнили результати методики *«Оцінка рівня організаційної культури»* І. Ладанова, які аналізувалися за диференціацією досліджуваних за рівнем довіри до організації. Цікавим виявився факт високого рівня організаційної культури у групі досліджуваних працівників митної служби із середнім рівнем прояву організаційної культури, що дає змогу охарактеризувати їх як цілеспрямованих працівників, які готові до чіткого виконання усіх правил і інструкцій, їх діяльність чітко організована, вони вміють оперативно приймати рішення, легко налагоджують систему комунікації з колегами і керівництвом, вміють проявляти ініціативу і демонструють вміння кооперації і взаємоповаги між працівниками. В той же час у досліджуваних групи з вираженою «супердовірою» (група 1) в основному домінує середній рівень

Таблиця 3

**Статистично значущі показники оцінювання запропонованих
тверджень працівниками митної служби (група 3)**

	Хсер	Хсер	t-value	df	p
Сьогодні оточуючий світ відволікає мене від роботи, мене більш не цікавить, як я проведу вільний час	8, 8571	5, 2857	14, 007	54	0, 0000
Я став ледащий, хочу спокійного життя, тому прагну уникати роботи, яка заставляє мене напружуватися	8, 6428	4, 7857	11, 773	54	0, 0000
«Середньою людиною» можна керувати тільки за принципом схвалення і покарання. Їй потрібно дати відчуття, що можуть бути негативні наслідки і санкції	8, 7142	5, 8928	8, 3462	54	0, 0000
«Середню людину» можна заставити працювати шляхом суворої вказівки, точних інструкцій та суворого контролю	8, 8571	6, 0714	8, 1983	54	0, 0000
Так як «середній людині» не вистачає фантазії, сили уявлення і розумових здібностей, то їй не властива творча діяльність	7, 8214	5, 6071	5, 7328	54	0, 0000
«Середня людина» боїться відповідальності та уникає ризикових ситуацій, так як боїться допустити помилки	8, 6071	5, 6785	8, 9587	54	0, 0000
«Середня людина» потребує опори, тому вона шукає у колег і друзів (могутніх) захисту і допомоги, щоб зорієнтуватися	8, 7500	5, 0714	10, 159	54	0, 0000
Загалом, «середня людина» не хоче кидатися у очі, тому старається себе вести як всі	8, 3928	5, 2857	8, 3615	54	0, 0000
«Середня людина» не страждає від монотонності», вона скоріше боїться змін і прагне все залишити по-старому	9, 0714	5, 8928	9, 6199	54	0, 0000
«Середня людина» думає про власну користь і ставиться до свого оточення з недовірою	8, 3571	5, 3214	8, 9727	54	0, 0000

організаційної культури, що може трактуватися як психологічний факт їх резервного розкриття щодо позитивного ставлення до своєї роботи, необхідності адекватного переживання інноваційних форм і методів роботи у власну професійну діяльність і сферу комунікації. Досліджувані групи 3 так само потребують певного посилення у таких компонентах організаційної культури як «робота» і «комунікації», що потребує не тільки освоєння

партнерських принципів професійної діяльності і спілкування, але й постійного удосконалення професійно-важливих навичок в межах професійних інструкцій і вказівок.

Щодо подальшого аналізу результатів, то так звані вузькі місця організаційної культури визначалися за середньогруповими показниками за шкалами в кожній з досліджуваних груп: у досліджуваних групи з вираженою «супердовірою» (група 1) домінує мажорний стан розвитку організаційної культури, а сфері управління – чудовий; у досліджуваних із середнім рівнем довіри до організації (група 2) – заявляє про себе як у попередній групі мажорний стан розвитку організаційної культури у всіх її сферах прояву (робота, комунікації, управління, мотивація і мораль); у досліджуваних із низьким рівнем довіри до організації (група 3) зафіксовано так само мажорний стан розвитку організаційної культури у сферах «робота», «управління» та «мотивація і мораль»; виключення склав стан помірного смутку, зафіксований у сфері «комунікацій» організаційної культури (табл. 4).

Таблиця 4

Статистично значущі відмінності прояву організаційної культури в досліджуваних групах

	Хсер	Хсер	t-value	df	p
робота (гр1) / робота (гр3)	7, 7058	6, 1428	2, 017	43	0, 049
робота (гр2) / робота (гр3)	7, 5000	6, 1428	2, 248	58	0, 028
комунікації (гр1) / комунікації (гр3)	7, 5882	4, 9285	3, 573	43	0, 000
комунікації (гр2) / комунікації (гр3)	6, 2187	4, 9285	2, 037	58	0, 046
управління (гр1) / управління (гр2)	9, 1176	7, 5937	2, 612	47	0, 012
управління (гр2) / управління (гр3)	7, 5937	8, 5714	-1, 955	58	0, 055

Опитувальник відданості організації Р. Дунхема, Дж. Груб, М. Кас-таньєда (в адаптації І. Андрєєвої). є досить інформативним в плані індивідуального ставлення відданості до організації за шкалами емоційної, прагматичної відданості та відданості з почуття обов'язку.

Підрахунок середньогрупових показників основних видів відданості організації працівників митної служби у групах, показав суттєві відмінності у їх розподілі за диференціацією досліджуваних за рівнем довіри до організації: в групі із вираженою «супердовірою» (група 1) до організації домінує відданість із почуття обов'язку; в групі із середнім рівнем довіри до організації – емоційна відданість; а в групі з низьким рівнем довіри – прагматична відданість (табл. 5).

**Статистично значущі відмінності прояву відданості організації
в досліджуваних групах**

	Хсер	Хсер	t-value	df	p
емоційна відданість (гр1) / емоційна відданість (гр2)	20, 70	32, 65	-10, 25	47	0, 000
емоційна відданість (гр2) / емоційна відданість (гр3)	32, 65	18, 89	12, 92	58	0, 000
прагматична відданість (гр1) / прагматична відданість (гр3)	29, 17	24, 75	1, 854	43	0, 070
відданість з почуття обов'язку (гр1) / відданість з почуття обов'язку (гр2)	32, 58	23, 25	4, 314	47	0, 000
відданість з почуття обов'язку (гр1) / відданість з почуття обов'язку (гр3)	32, 58	18, 32	6, 827	43	0, 000
відданість з почуття обов'язку (гр2) / відданість з почуття обов'язку (гр3)	23, 25	18, 32	2, 515	58	0, 014

Аналіз отриманих даних, дає можливість, на наш погляд, констатувати низку проблем у рівні розвитку відданості персоналу митної служби. По-перше, констатовано, що високий рівень розвитку відданості організації щодо різних компонентів відданості розмістився у такій послідовності: на першому місті знаходяться показники за шкалою «відданість з почуття обов'язку» (31, 2 % досліджуваних), на другому – «емоційна відданість» (23, 4%); і на третьому – «прагматична відданість» (10, 4%). По-друге, незначний відсоток персоналу з високим рівнем емоційної відданості організації свідчить, на наш погляд, про наявність певних проблем у взаємостосунках між керівництвом і працівниками та в кадровій політиці митної служби. Все це, скоріше всього, може спричинити високий рівень плинності кадрів. По-третє, встановлено, що більшість з опитаних працівників, які продемонстрували високу відданість організації, залишаються і далі працювати в ній, виходячи з почуття обов'язку. Скоріше всього, можна говорити про те, що в цій «зовнішній» моделі відданого ставлення до організації не задіяні «внутрішні» потребо-мотиваційні механізми.

Наступним етап емпіричного вивчення заявленої проблеми було дослідження чинників мезорівня довіри до організації за допомогою опитувальника «Розуміння цілей компанії» Р. Шо та опитувальника «Прояв турботи з боку керівництва» Р. Шо.

Фіксація середньогрупових показників за опитувальником «Розуміння цілей компанії» Р. Шо в кожній експериментальній групі демонструє певні відмінності їх прояву. Мірою прояву довіри до організації пропорційно знижуються показники рівня інформованості працівників митної служби про цілі організації та способи їх досягнення. При цьому, лише 23, 4 % зазначили, що у їх організації спостерігається високий рівень інформованості персоналу про цілі організації та способи їх досягнення, 42, 8 % вказали, що спостерігається середній рівень інформованості та 33, 8 % відповіли, що їх для організацій характерний низький рівень інформованості. Тобто, можна констатувати, що є певні проблеми у вирішенні цього питання в організації митної служби. Слід зазначити, що рівень інформованості персоналу щодо завдань та цілей організації є певним показником особливостей гармонійних взаємовідносин між керівництвом та персоналом. Високі показники цього конструкту можуть сприяти задоволенню потреб у соціальній значущості та безпеці, що значно підвищує рівень довіри до організації (табл. 6).

Таблиця 6

Статистично значущі відмінності рівня інформованості про цілі організації та способи їх досягнення в досліджуваних групах

	Хсер	Хсер	t-value	df	p
цілі організації (гр1) / цілі організації (гр2)	16, 17	13, 43	2, 2340	47	0, 0302
цілі організації (гр1) / . цілі організації (гр3)	16, 17	9, 321	4, 8555	43	0, 0000
цілі організації (гр2) / цілі організації (гр3)	13, 43	9, 321	4, 2775	58	0, 0000

Фіксація середньогрупових показників за опитувальником «Прояв турботи з боку керівництва» Р. Шо в кожній групі демонструє певні відмінності їх прояву. На противагу попередній методиці, спостерігаємо, що мірою прояву довіри до організації пропорційно збільшуються показники оцінки прояву турботи з боку керівництва у працівників митної служби. При цьому, лише 51, 9 % зазначили, що у їх організації спостерігається середній рівень прояву турботи з боку керівництва 26 % вказали, що спостерігається низький рівень та 22, 1 % відповіли, що їх для організацій характерний високий рівень турботи з боку керівництва (табл. 7).

Отримані результати дають змогу висувати, що рівень турботи з боку керівництва має бути «в міру», скоріше всього, на середньому рівні, оскільки збільшення рівня вияву турботи не веде за собою однозначно збільшення рівня довіри до організації.

Таблиця 7

Статистично значущі відмінності прояву турботи з боку керівництва в досліджуваних групах

	Хсер	Хсер	t-value	df	p
турбота керівництва (гр1) /. турбота керівництва (гр2)	13, 70 5	12, 28 1	1, 4381	47	0, 157
турбота керівництва (гр1) / турбота керівництва (гр3)	13, 70 5	18, 57 1	-0, 5381	43	0, 593
турбота керівництва (гр2) / турбота керівництва (гр3)	12, 28 1	18, 57 1	-0, 9611	58	0, 340

Наступним кроком емпіричного вивчення проблеми є дослідження чинників мікрорівня довіри до організації, де було використано опитувальник «Оцінка задоволеністю роботою» (В. Розанової) і шкалу організаційного стресу Н. Водоп'янової.

Передусім варто зазначити певні особливості використання опитувальника «Оцінка задоволеністю роботою» (В. Розанової), адже, з одного боку, за допомогою цього тесту можна досліджувати певні чинники, які відносяться до рівня особистості, а з іншого боку, він дає можливість аналізувати, хоч і опосередковано, організаційні умови праці персоналу (зміст діяльності, побутові умови праці, взаємини з керівниками та колегами, можливість професійного та кар'єрного росту). Середньогруповий розподіл показників задоволеністю роботою в досліджуваних групах показав суттєві розбіжності. Логічною є виявлена закономірність, що високий рівень прояву довіри до організації супроводжується високим рівнем задоволеністю роботою. Але якісний аналіз відповідей, дав змогу помітити цікавий факт, що більше половини опитаних не зовсім задоволені своєю роботою (57, 1 %) та або повністю не задоволені (10, 4 %) Решта опитаних задоволені своєю роботою (19, 5 %) або майже задоволені (13 %). Отримані дані свідчать про певні *проблеми* в організації діяльності персоналу в митній службі. Особливо, це насторожує, якщо врахувати, що митні структури належать до «елітних» організацій (табл. 8).

Зафіксовані статистично значущі відмінності рівня задоволеності роботою в досліджуваних групах вказують на те, що людина більше орієнтована на зміст трудової діяльності, якщо працює в сприятливих умовах, його робоче місце відповідає ергономічним показникам, існують

Статистично значущі відмінності рівня задоволеності роботою в досліджуваних групах

	Хсер	Хсер	t-value	df	p
задоволеність роботою (гр1) / задоволеність роботою (гр2)	3, 958	3, 114	3, 002	47	0, 004
задоволеність роботою (гр1) / задоволеність роботою (гр3)	3, 958	2, 087	7, 941	43	0, 000
задоволеність роботою (гр2) / задоволеність роботою (гр3)	3, 114	2, 087	4, 801	58	0, 000

гармонічні взаємини між керівництвом та персоналом, рівень заробітної плати та матеріальні винагороди співвідносяться з витраченими зусиллями, існує можливість кар'єрного росту.

Варто відмітити, що у групі з високим рівнем довіри до організації (група 1) виокремлюються такі позиції в задоволеності роботою як: задоволеність фізичними умовами (жара, холод, шум тощо) (2), задоволеність зарплатою у плані відповідності трудовитратам (7), задоволеність професійним (службовим) просуванням (9), задоволеність тривалістю робочого дня (13) та небажанням змінювати місце роботи (14). В групі з середнім рівнем довіри до організації (група 2) спостерігаємо такі домінуючі позиції у визначенні задоволеності роботою як: задоволеність роботою загалом (3), задоволеність злагодженістю дій колег (4) та стилем керівництва (5) та задоволеність зарплатою у плані відповідності трудовитратам (7). У групі із низьким рівнем довіри до організації (група 3) – задоволеність організацією (1), задоволеність професійної компетенцією начальника (6), задоволеність заробітною платнею у порівнянні з тим, скільки за таку ж саму роботу платять в інших організаціях (8) та задоволеність можливістю службового просування (10) і використання здібностей і отриманого досвіду (11).

Загалом можна констатувати, що рівень задоволеності роботою має певний зв'язок із рівнем довіри до організації працівників митної служби, але для з'ясування змісту цього зв'язку потрібне додаткове з'ясування психологічного змісту переживання організаційного стресу. З цією метою нами було використано шкалу організаційного стресу (Н. Водоп'янової).

Так найвищими показниками вирізняється здатність самопізнання, широта інтересів, прийняття цінностей інших людей та гнучкість

поведінки у групі з низьким рівнем довіри до організації (група 3), що дає змогу охарактеризувати цих працівників як таких, що погано знають свої власні слабкості і сильні сторони, що суттєво заважає роботі; у своїй роботі вони переважно діють нераціонально і губляться у прийнятті рішення у проблемних питаннях; щодо широти інтересів цих працівників, то вони відрізняються тим, що їм складно скласти довірливі відносини з колегами, після робочого дня вони продовжують думати про незавершені справи, і як наслідок, їх зацікавленість у роботі визначається зарплатнею, тому часу на цікаві події (розваги, хобі, відпочинок) зовсім не залишається; в той же час під час виконання професійних обов'язків, їм не цікаво зустрічатися і розмовляти з різними людьми, вони легко вступають у суперечки, якщо інші думають не так, як вони; коли виникають проблеми, то переважно вони не поспішають їх вирішувати, продуктивність праці визначається колом близьких за інтересами колег.

Цікавим виявився факт, що у досліджуваних із високим рівнем прояву довіри до організації (група 1) так само спостерігаються ознаки послабленої гнучкості поведінки і прийняття цінностей інших людей, що загалом визначає їх як працівників, які легко розчаровуються, коли справа йде не так вони хочуть, і тому вони часто можуть не погоджуватися із своїм безпосереднім начальством, що створює внутрішню напругу емоційного переживання подій.

У групі із середнім рівнем прояву довіри до організації (група 2) спостерігаємо виражену толерантність до організаційного стресу та «іммунний» тип поведінки, що характеризується завищеною активністю і продуктивністю діяльності, але при цьому ці працівники не отримують потрібного задоволення від роботи, у вихідні дні їм важко переключитися від роботи, адже робота для того, щоб заробити на життя, і тому вони часто хвилюються з приводу збереження роботи. На фоні вираженого працелюбства, митні працівники цієї групи не втрачають здатності до самопізнання, що виражається в тому, що вони можуть покладати на себе багато обов'язків, раціонально визначаючи пріоритетні задачі, а також чітко визначають для себе шлях вирішення спірних питань; в організації у них складені теплі і довірливі відносини, що впливає на вміння гармонійного розподілу уваги до людей і часу для роботи.

Зафіксовані статистично значущі відмінності між показниками переживання організаційного стресу в досліджуваних групах, підтверджують психологічний факт, що найбільш уразливими в плані сприйнятливості організаційного стресу, є працівники митної служби, які належать до високого і низького рівня прояву довіри до організації, а працівники із середнім рівнем прояву довіри до організації склали групу, які продемонстрували більш сформовану стресостійкість, що більш пов'язана із розміреним укладом життя, раціональними тенденціями досягнення поставлених цілей та помірною мотивацією професійної реалізації (табл. 9).

Таблиця 9

Статистично значущі відмінності прояву організаційного стресу в досліджуваних групах

	Хсер	Хсер	t-value	df	p
здатність самопізнання (гр1) / здатність самопізнання (гр2)	6, 2352	3, 4687	5, 1086	47	0, 0000
здатність самопізнання (гр1) / здатність самопізнання (гр3)	6, 2352	10, 500	-4, 231	43	0, 0001
здатність самопізнання (гр2) / здатність самопізнання (гр3)	3, 4687	10, 500	-9, 319	58	0, 0000
широта інтересів (гр1) vs. широта інтересів (гр2)	6, 3529	4, 9375	2, 4670	47	0, 0173
широта інтересів (гр2) vs. широта інтересів (гр3)	4, 9375	7, 6071	-4, 270	58	0, 0000
прийняття цінностей інших (гр1) / прийняття цінностей інших (гр2)	7, 1764	5, 4687	2, 6393	47	0, 0112
прийняття цінностей інших (гр2) / прийняття цінностей інших (гр3)	5, 4687	8, 7857	-4, 578	58	0, 0000
гнучкість поведінки (гр1) / гнучкість поведінки (гр2)	7, 3529	4, 9687	4, 1666	47	0, 0001
гнучкість поведінки (гр2) / гнучкість поведінки (гр3)	4, 9687	8, 8928	-4, 890	58	0, 0000
активність і продуктивність (гр1) / активність і продуктивність (гр2)	5, 8235	7, 3437	-2, 508	47	0, 0156
активність і продуктивність (гр1) / активність і продуктивність (гр3)	5, 8235	7, 5357	-2, 192	43	0, 0338

Таким чином фіксація психодіагностичних даних робить помітною трансформацію особистісних якостей у досліджуваних групах.

Подальша інтерпретація діагностичних даних проводилася з допомогою кореляційного аналізу (коефіцієнт r -Пірсона), який дав змогу відстежити комплексні утворення характеристик мезо– і мікрорівнів довіри до організації у працівників митних служби.

Психологічний зміст кореляційних зв'язків дає змогу виокремити такий комплекс характеристик мезо- і мікрорівнів довіри до організації у працівників митних служби групи 1 як: на *мезорівні довіри до організації* спостерігаємо позитивний кореляційний зв'язок із показниками рівня інформованості про цілі організації і способи їх досягнення та показниками їх організаційної культури у сфері роботи ($r=0,51$ при $p\leq 0,05$) та показниками прагматичної відданості організації ($r=0,60$ при $p\leq 0,05$), що дає змогу охарактеризувати цих працівників як таких, що знають, в чому полягає глобальна стратегічна мета організації, вони чітко усвідомлюють систему цінностей організації та задоволені роботою керівництва щодо пояснення способів і методів досягнення основних цілей; їх вірність та прагматична відданість визначає раціональне розуміння їх передбачуваних витрат, якщо відбудеться зміна робочого місця; на *мікрорівні довіри до організації* виокремлюється позитивний кореляційний зв'язок між показниками організаційного стресу у сфері прийняття цінностей інших та показниками відданості організації з почуття обов'язку ($r=0,66$ при $p\leq 0,05$), що пояснює сформоване віддане ставлення до своєї організації, ідентифікацію з нею і захопленістю роботою, що сприяє стресовим переживанням у сфері взаємодії з іншими людьми.

На загальному фоні виявлених негативних кореляційних зв'язків між показниками організаційної культури у сфері управління і показниками задоволеністю роботою ($r=-0,54$ при $p\leq 0,05$), між показниками рівня інформованості про цілі організації і способи їх досягнення та показниками організаційного стресу у сфері активності і продуктивності діяльності ($r=-0,62$ при $p\leq 0,05$), можна стверджувати, що досліджувані цієї групи позбавлені виражених характеристик організаційного стресу, адже їм подобається багато працювати і вони отримують від робочого ритму задоволення; а високий темп життя дозволяє активно відпочивати.

Таким чином, емпіричними референтами взаємозв'язку довіри до організації та переживання організаційного стресу у працівників митної

служби групі 1 є: на *мезорівні довіри до організації* – інформованість і усвідомлення цілей організації, що зумовлено сформованістю організаційної культури у сфері роботи і прагматичною відданістю організації; на *мікрорівні довіри до організації* – посилення організаційного стресу в сфері прийняття цінностей інших, що зумовлено вираженою відданістю організації з почуття обов'язку та послаблення організаційного стресу у сферах активності і продуктивності діяльності та прийняття цінностей інших; незадоволеність роботою в межах організаційного управління.

Загалом, є усі підстави ствержувати, що «поле організаційного стресу» досліджуваних з високим рівнем прояву довіри до організації визначається специфічним середовищем стресу, що створюється умовами інтеракційного оточення з іншими людьми, але завдяки сформованим компонентам організаційної культури і організаційної відданості, ці працівники орієнтовані на конструктивне вирішення організаційних проблем, уникнення бар'єрів спілкування з людьми і керівництвом, вирішення конфліктних ситуацій, реалістичне оцінювання власних здібностей і прови ініціативи, які й визначають рівень стресостійкості.

Наступним етапом дослідження є аналіз результатів кореляційного аналізу показників мезо- та мікрорівнів довіри до організації у працівників митної служби групи 2 (середній рівень).

Психологічний зміст кореляційних зв'язків дає змогу виокремити такий комплекс характеристик мезо- і мікрорівнів довіри до організації у працівників митних служби групи 2 як: на *мезорівні довіри до організації* спостерігаємо позитивний кореляційний зв'язок із показниками рівня інформованості про цілі організації і способи їх досягнення та показниками їх організаційної культури у сфері комунікації ($r=0,51$ при $p\leq 0,05$) та показниками прагматичної відданості організації ($r=0,39$ при $p\leq 0,05$) та показниками турботи з боку керівництва із показниками відданості організації з почуття обов'язку ($r=0,41$ при $p\leq 0,05$), що дає змогу охарактеризувати цих працівників як таких, що знають, в чому полягає глобальна стратегічна мета організації, вони чітко усвідомлюють систему цінностей організації та задоволені роботою керівництва щодо пояснення способів і методів досягнення основних цілей; їх розвинутий комунікативний потенціал визначає високий рівень соціальної відповідальності і взаєморозуміння у усіх аспектах міжособистісної взаємодії; підтримка з боку керівництва загострює відданість з почуття обов'язку, що

загалом створює позитивний ефект взаємодії з колегами і керівництвом та внутрішню готовність проявляти турботу і увагу до них; на *мікрорівні довіри до організації* виокремлюється позитивний кореляційний зв'язок між показниками організаційного стресу у сфері активності і продуктивності діяльності та показниками їх організаційної культури у сфері комунікації ($r=0,47$ при $p\leq 0,05$) і відповідно показниками організаційної культури у сфері управління ($r=0,46$ при $p\leq 0,05$), що пояснює повне прийняття соціально-психологічного клімату організації цими працівниками, а саме у них сформована адекватна самооцінка і мотивація досягнення успіху, їх сформованість установок і очікувань чіткого дотримання і виконання професійних вимог без обмеження індивідуальної активності, послаблює прояви втоми і емоційної напруженості, виражена установка на здоровий і активний спосіб життя є потужним мобілізаційним ресурсом у подоланні стресових ситуацій; позитивна кореляція між показниками організаційного стресу у сфері самопізнання та показниками прагматичної відданості організації митних працівників ($r=0,42$ при $p\leq 0,05$), пояснює їх самореалізаційні можливості в межах поставлених перед ними професійних задач; та показниками задоволеності роботою та показниками турботи з боку керівництва ($r=0,42$ при $p\leq 0,05$), що демонструє їх вміння гармонійної взаємодії з колегами і керівництвом, яка відображається у прийнятті стилю і компетенції керівництва, а також можливостями реалізації власного досвіду та кар'єрного підвищення.

На фоні виявленого негативного кореляційного зв'язку між показниками організаційної культури у сфері роботи і показниками організаційного стресу сфері самопізнання ($r=-0,42$ при $p\leq 0,05$), показниками організаційної культури у сфері комунікації і показниками турботи з боку керівництва ($r=-0,37$ при $p\leq 0,05$) та показниками організаційного стресу у сфері прийняття цінностей інших ($r=-0,36$ при $p\leq 0,05$) відповідно, показниками організаційної культури у сфері управління і показниками організаційного стресу у сферах прийняття цінностей інших ($r=-0,59$ при $p\leq 0,05$), широти інтересів ($r=-0,46$ при $p\leq 0,05$) і самопізнання ($r=-0,52$ при $p\leq 0,05$), можна констатувати, що досліджувані цієї групи є своєрідним зразком стресостійкої поведінки за рахунок сформованого вміння керування стресовими ситуаціями, яке не заважає загальній продуктивності праці, сформованої тактичної поведінки, яка посилює моральне самопочуття

і благополуччя, комунікативній толерантності як здатності підтримувати цінності інших людей, культивувати широту власних інтересів та можливостей професійної самореалізації.

Таким чином, емпіричними референтами взаємозв'язку довіри до організації та переживання організаційного стресу у працівників митної служби групи 2 є: на *мезорівні довіри до організації* – інформованість і усвідомлення цілей організації, що зумовлено сформованістю організаційної культури у сфері комунікації та показниками турботи з боку керівництва, підкріплене їх відданістю з почуття обов'язку; на *мікрорівні довіри до організації* – посилення організаційного стресу у формі активності і продуктивності діяльності в сфері комунікації і управління та у формі самопізнання, яке зумовлене прагматичною відданістю організації.

Загалом, є усі підстави ствержувати, що «поле організаційного стресу» досліджуваних працівників з середнім рівнем прояву довіри до організації визначається загальним фоном відсутності актуального стресового стану, мобілізацією ресурсів до подолання стресу та прагненням здатності до конструктивного аналізу життєвих ситуацій; їх задоволеність роботою виражається у довірливих відносинах з колегами і керівництвом, де виражений комунікативний потенціал цих працівників допомагає розвитку адекватної самооцінки та мотивації досягнення успіху за рахунок вміння вирішувати конфліктні і спірні ситуації.

Наступним етапом дослідження є аналіз результатів кореляційного аналізу показників мезо- та мікрорівнів довіри до організації у працівників митної служби групи 3 (низький рівень).

Психологічний зміст кореляційних зв'язків дає змогу виокремити такий комплекс характеристик мезо- і мікрорівнів довіри до організації у працівників митних служби групи 3 як: на *мезорівні довіри до організації* спостерігаємо позитивний кореляційний зв'язок із показниками турботи з боку керівництва та показниками їх організаційної культури у сфері комунікації ($r=0,42$ при $p\leq 0,05$) та управління ($r=0,44$ при $p\leq 0,05$), що підкреслює психологічну залежність цих працівників від оцінки, контролю і турботи з боку керівництва, їх комунікативні та управлінські вміння знаходять реалізацію завдяки підзвітній опіці керівництва та знання про те, що саме з боку керівництва завжди можна очікувати турботу і підтримку; на *мікрорівні довіри до організації* виокремлюється позитивний кореляційний зв'язок між

показниками організаційної культури у сфері комунікації та показниками їх організаційного стресу у сфері активності і продуктивності діяльності ($r=0,52$ при $p \leq 0,05$), гнучкості поведінки ($r=0,46$ при $p \leq 0,05$), прийняття цінностей інших ($r=0,62$ при $p \leq 0,05$), що утворює потужний стресоконплекс цих досліджуваних на рівні реалізації їх інтеракційних вмінь – їм важко переключитися в кінці робочого дня з професійних справ, адже часто з великим напруженням вони можуть віднайти вихід з проблемних ситуацій, що сприяє посиленню проявів втоми і емоційної напруженості; колеги і люди, з якими вони спілкуються не є для них цікавими, адже продуктивно працювати вони можуть тільки з тими, хто є наближений за інтересами, менталітетом і культурою, тому часто вони конфліктують і вступають у суперечки; часто переживають відчуття, що на роботі їм не цікаво, єдиним мотиваційним стимулом професійної реалізації є заробляння грошей; їх ригідність поведінки послаблює саморегуляційні аспекти емоційного стану і посилює емоційну напруженість; позитивна кореляція між показниками емоційної відданості та показниками організаційного стресу у сфері активності і продуктивності діяльності ($r=0,46$ при $p \leq 0,05$), гнучкості поведінки ($r=0,54$ при $p \leq 0,05$), прийняття цінностей інших ($r=0,58$ при $p \leq 0,05$) та показниками задоволеності роботою ($r=0,54$ при $p \leq 0,05$) підтверджує порушений емоційний комфорт цих митних працівників, адже з одного боку, їх емоційна відданість приносить переживання задоволення від роботи (вони готові завжди працювати в цій організації, відчувають емоційну прив'язаність до неї), а з другого боку – вони переживають виражений організаційний стрес щодо нераціонального розподілу енергії і часу на роботу і відпочинок, їм важко переключатися з робочих питань, адже вони не позбавлені наполегливого бажання визнання і кар'єрного зростання, у спілкуванні їм важко скласти довірливі відносини з людьми і при цьому вони є дуже сензитивними до ймовірних недоліків в роботі, що порушує їх врівноваженість і самовладання в складних соціально-професійних ситуаціях діяльності, що загалом є вираженими ознаками слабкої професійної адаптації.

На фоні виявленого негативного кореляційного зв'язку між показниками організаційної культури у сфері мотивації і контролю і показниками організаційного стресу у сфері широти інтересів ($r=-0,47$ при $p \leq 0,05$), можна стверджувати, що ці працівники митної служби вміють

змусити себе виконувати нецікаву роботу та усі її приписи, але виражена інертність у показниках широти інтересів часто проявляється у вигляді байдужості, пасивності та негативної індиферентності професійної реалізації.

Таким чином, емпіричними референтами взаємозв'язку довіри до організації та переживання організаційного стресу у працівників митної служби групі 3 є: на *мезорівні довіри до організації* – турбота з боку керівництва, підкріплена показниками організаційної культури у сфері комунікації і управління; на *мікрорівні довіри до організації* – посилення організаційного стресу у формах активності і продуктивності діяльності, гнучкості поведінки, прийняття цінностей інших та показниками задоволеності роботою, зумовлену вираженою емоційною відданістю цих працівників своїй організації.

Загалом, є усі підстави ствержувати, що «поле організаційного стресу» досліджуваних працівників з низьким рівнем прояву довіри до організації визначається загальним фоном вираженого стресового стану, якій увібрав типові ознаки психологічної дезорганізації поведінки, яке супроводжується не тільки негативним емоційним тлом, але й занепокоєнням і гострим очікуванням негативних наслідків, тому вони дуже залежні від думки і оцінки вищого керівництва.

Емпірична конкретизація психологічного змісту «поля організаційного стресу» для митних працівників з різним рівнем прояву довіри до організації дала змогу зафіксувати *модус адаптивно-збалансованого* взаємозв'язку довіри до організації та переживання організаційного стресу у працівників митної служби (група 2) та полярні *адаптивно-оптимальний* (група 1) і *адаптивно-мобілізаційний* (група 3) модули досліджуваного взаємозв'язку (рис. 1).

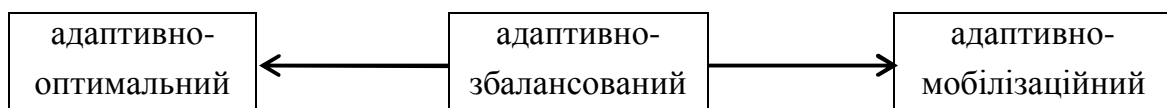


Рис. 1. Схема розташування модусів взаємозв'язку довіри до організації та переживання організаційного стресу у працівників митної служби

Запропонована схема розташування модусів взаємозв'язку довіри до організації та переживання організаційного стресу у працівників митної

служби висвітлює ймовірну динаміку його трансформацій у бік продуктивної або непродуктивної професійної збалансованості. Логіка пошуку обґрунтованого пояснення ґрунтується на положенні про те, що фахівець, набуваючи власний професійний досвід засобом ефективного виконання професійних завдань, прагне перетворити його у збалансований формат професійної успішності чи то компетентності. Саме у працівників митної служби із середнім рівнем прояву довіри до організації спостерігаємо адаптивно-збалансований модус взаємозв'язку довіри до організації та переживання організаційного стресу, що відображено у сформованій орієнтації як на цілі організації, так й на турботу з боку керівництва, розвитку організаційної культури (в сфері комунікації і управління), відданості організації (прагматична та відданість з почуття обов'язку), що на загальному фоні задоволеністю роботою супроводжується ознаками вираженої стресостійкості. Але не усім фахівцям вдається реалізувати таке прагнення в силу власних індивідуальних та соціально-психологічних особливостей, які не завжди можуть забезпечити всебічне й гнучке врівноважування індивідуальності з вимогами організації, а відповідно й довіри до неї.

Полярні ознаки адаптивної збалансованості розкривають зміст взаємозв'язку довіри до організації та переживання організаційного стресу працівниками митної служби від особливостей *оптимального* рівня орієнтації на цілі організації, розвитку організаційної культури (в сфері роботи і управління), відданості організації (прагматична та відданість з почуття обов'язку) на фоні нервово-психічної стійкості, врівноваженості та самовпевненості, до *мобілізаційного* рівня орієнтації на турботу з боку керівництва, розвитку організаційної культури (в сфері комунікації, управління, мотивації і контролю), емоційної відданості організації із послабленими проявами стресостійкості у сферах активності і продуктивності діяльності, гнучкості поведінки, прийняття цінностей інших), що на загальному фоні задоволеністю роботою супроводжується ознаками нестабільного емоційного стану цих працівників.

Вважаємо, що виявлені модуси взаємозв'язку довіри до організації та переживання організаційного стресу у працівників митної служби (адаптивно-оптимальний \leftarrow адаптивно-збалансований \rightarrow адаптивно-мобілізаційний) є своєрідною проекцією у простір особистісних властивостей

гетерохронності розвитку підсистем адаптивних механізмів, які забезпечують, з одного боку, внутрішню стабільність, цілісність, рівновагу системи психіки суб'єкта, а з другого, – її гнучкість і мінливість.

Перспективами подальшої розробки та дослідження проблеми є впровадження системної діагностики показників взаємозв'язку довіри до організації та переживання організаційного стресу у працівників митної служби, які, поряд із показниками їх професійної адаптованості, уможливають удосконалення теоретико-методологічних конструктів вивчення професійного здоров'я цих фахівців та прикладних аспектів конструктивної гармонізації процесу їх професіоналізації. Майбутні наукові розвідки слід спрямовувати на створення ефективної корекційної програми, відбір тренінгових вправ і методик.

Список використаних джерел

1. Бочелюк В.Й. Значення феномена довіри у формуванні позитивного соціально-психологічного клімату в організації / В.Й. Бочелюк // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наукових праць Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – Том VIII, випуск 1. – Київ, 2006. – С. 42-48.
2. Гринберг Д. Управление стрессом / Д. Гринберг. – Санкт-Петербург : Питер, 2002. – 496 с.
3. Карамушка Л.М. Психологічні детермінанти розвитку організаційної культури : монографія / Л.М. Карамушка, О.В. Креденцер, К.В. Терещенко [та ін.] ; за ред. Л.М. Карамушки. – Київ: Педагогічна думка, 2015. – 288с.
4. Карамушка Л.М. Психологія організаційної культури (на матеріалі промислових підприємств): Навчальний посібник /Л.М. Карамушка, І.І.Сняданко. – Київ-Львів: Край, 2010. – 212 с.
5. Купрейченко А.Б. Психологія довіри і недовіри / А.Б. Купрейченко. – Москва : Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. – С. 112.
6. Психология профессионального здоровья : учебное пособие / под ред. Г. С. Никифорова. – Санкт-Петербург : Речь, 2006. – 480 с.
7. Фукуяма Ф. Доверие: социальные добродетели и путь к процветанию / Ф. Фукуяма. – Москва : ООО Издательство АСТ, 2004. – С. 345.
8. Щербина В.В. Розвиток ділових організацій: теоретичні моделі та практичне застосування: навч. посібник / В.В. Щербина, Є.П. Попова. – Москва: РДГУ, 2010. – С. 134.
9. Gong Y. Human resources management and firm performance: The differential role of managerial affective and continuance commitment / Yaping Gong,

- Kenneth S. Law, Song Chang, Katherine R. Xin // Journal of Applied Psychology. – Jan 2009. – Vol. 94(1). – P. 263-275.
10. Kramer R.M. Trust and Distrust in Organizations: Emerging Perspectives, Enduring Questions / R.M. Kramer. – Annual Reviews Psychology. – 1999. – Vol. 50. – P. 569-598.
11. Virna Zh. Professional Deformations: Tendencies, Dynamics and Risks of Manifestation / Zhanna Virna // Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska. – Vol 28, No 2 (2015). – P. 123-136.

3.2

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНОГО САМОЗДІЙСНЕННЯ ВЧЕНИХ

Гуменюк Г. В.

Актуальність теми дослідження. Вісь історичного часу життєдіяльності людини у сучасному суспільстві виокремлює такий пріоритетний напрям для фундаментальних і прикладних психологічних досліджень як вивчення закономірностей та механізмів психічного розвитку людини в умовах змінного соціуму. Отримані наукові знання гостро запитані та їхнє використання буде доцільне у різних сферах науки і діяльності, зокрема й у психології праці.

Загальновідомо, що праця в житті сучасної людини давно вже не виступає лише засобом її життєдіяльності, способом пізнання і перетворення навколишнього світу. Орієнтація соціуму на розвиток людини та її потенціалу давно перетворила працю на провідну умову для саморозвитку та дієвий спосіб для самоздійснення фахівця, в якій він може проявляти творчість і здібності, виражати свою особистість, справляти позитивний вплив на інших і на себе [4, с. 29, 58].

Сучасний етап розвитку психології праці, зокрема професійної діяльності, та входження України шляхом євроінтеграційних процесів у новий соціокультурний простір вимагає побудови нової стратегії забезпечення професійного становлення в сучасних умовах ринку праці. Слід зазначити, що в останні десятиліття в Україні процес ринкових перетворень супроводжувався не лише кількісними скороченнями, але й якісними змінами

характеру запитів на працю. Відомо, що, з одного боку, кон'юнктура цього ринку формується під впливом технічних зрушень, а з іншого – визначається новими можливостями держави, станом економіки, способом господарювання і характером змін підприємств, а також самими працівниками у формуванні т. зв. «людських ресурсів» нової якості, здатних забезпечити інноваційний розвиток і підвищити рівень конкурентоспроможності вітчизняної продукції чи послуг на світовому ринку.

Потік нововведень радикально змінив ситуацію на ринку праці. Суттєво зросла конкуренція як між робітниками – за робочі місця з високою оплатою, додатковими соціальними гарантіями тощо, так і між роботодавцями – за більш цінні кадри, за працівників високої кваліфікації, з потенційною здатністю до інноваційної діяльності і готовністю брати участь у досягненні найвищих соціально-економічних показників. Нині ринок праці перетворився на найважливішу ланку національної і світової ринкової цивілізації, на ньому формуються трудові ресурси творчого типу, що здійснюють повсякденну еволюцію нашого суспільства.

Зазначимо, що основою української інноваційної конкурентоспроможності є людський капітал. Його ефективна реалізація є головною конкурентною перевагою. Підкріпимо цю тезу деякими статистичними даними, які щорічно надає МОН України, цей показник у 2017 році зменшився за рахунок скорочення державних витрат на освіту (18 місце у 2016 р., 22 місце – 2017 р.) та науку [9, с. 8]. За підіндексом «людський капітал» у 2017 р. Україна на 41 позиції проти 40-ї у 2016 році. Фактором, який стримує інноваційний розвиток, є низький рівень R&D витрат (54 місце у 2017 р.), що обумовлює пошук інших джерел фінансування та міграцію науковців за межі України.

Щодо результативності наукових досліджень, то у 2017 році Україна посіла 32-у позицію рейтингу проти 33-ї у 2016 році. У тому числі за показником створення знань – 16 місце, вплив знань – 77, поширення знань – 54. За підіндексом «Креативність» Україна покращила свою позицію, перемістившись з 58 місця на 49-е, у т. ч. за показником нематеріальні активи – 26 місце, креативні товари та послуги – 92, онлайн креативність – 47 [9, с. 9].

З того ж джерела за даними звіту Світового економічного форуму про глобальну конкурентоспроможність 2017-2018 рр., Україна піднялася

на 4 позиції в рейтингу й посіла 81 місце серед 137 досліджуваних країн. На одну позицію нижче розташувався Бутан – 82 місце, а на 80 позицію перемістилася Бразилія [9, с. 10].

Як видно з вище наведених даних потреба в інноваціях сьогодні в Україні є вельми запитаною, а інтелектуальна праця, зокрема вченого актуалізується дедалі більше. За таких умов посилюється культурно-ціннісне навантаження на результативність діяльності вченого. Досягнення професійної успішності в цих координатах ґрунтується на здатності наукового працівника досягати якомога повнішого самоздійснення під час науково-дослідної діяльності.

Проблема професійного самоздійснення вченого – це, насамперед, проблема працівника як суб'єкту професійного шляху, яка є однією з ключових як у психології праці, так і психології особистості. Вивчення ж цієї проблематики, насамперед, пов'язано з ресурсною здатністю людини до постійного професійного розвитку, самовдосконалення та самодетермінації для досягнення вершин професіоналізму. Рух ученого в координатах професійного становлення цілком залежить від міри його самоздійснення в професійній діяльності через те, що воно завжди пов'язано із ситуацією переведення можливості у дійсність, які визначають рух ученого як суб'єкту, здатного творчо вибудовувати професійний світ і себе у ньому.

Проблема вивчення професійного самоздійснення вченого як одного з сутнісних процесів професійного становлення суб'єкта науково-дослідної діяльності, розкриття його змістовних характеристик дозволить виявити закономірності та принципи сходження особистості до вершин професіоналізму, зрозуміти механізм розвитку особистості вченого як професіоналу. Тут принципово важливим стоїть завдання – не спрощення змісту праці вченого, а оптимізація появи якісних змін як у самій його діяльності, так і в професійному зростанні. У зв'язку з цим виникає необхідність подальшого теоретико-методологічного та емпіричного дослідження професійного самоздійснення та тих питомих чинників, від дії яких залежить міра досягнення цієї успішності.

Мета дослідження – виокремлення емпіричним шляхом основних чинників професійного самоздійснення вітчизняних учених.

Організація і програма дослідження. Для досягнення поставленої мети дослідженням охоплено 51 вчений гуманітарного профілю, серед них – 5 академіків; 8 членів-кореспондентів; 13 докторів наук, професорів; 25 кандидатів наук, з яких 17 мають учене звання доцента або старшого наукового співробітника.

Загальна характеристика досліджуваної вибірки наведена у таблиці 1.

Таблиця 1.

Загальна характеристика досліджуваної вибірки академічних учених, (n=51)

№	Характеристика вибірки		n	%
1.	Стать	Чоловіки	21	41, 2
		Жінки	30	58, 8
2.	Стаж з обраної професії (роки), загальний стаж роботи	0-10	5	9, 8
		11-20	15	29, 4
		21-30	10	19, 6
		31-40	13	25, 5
		41 і більше	8	15, 7
3.	Вікова група (роки)	29-40	13	25, 5
		41-50	14	27, 5
		51 і старші	24	47
4.	Стаж наукової діяльності (роки)	0-10	14	27, 5
		11-20	20	39, 2
		21-30	8	15, 7
		31-40	7	13, 7
		41 і більше	2	3, 9

Теоретичною основою проведеного дослідження виступили положення:

- про професіогенез особистості (Є. Зеєр, Є. Климов, Н. Пряжніков, В. Шадріков, А. Фонарьов та ін.);
- про розвиток людини як суб'єкта діяльності (Д. Завалішина, Є. Зеєр, З. Карпенко, Є. Климов та ін.);
- про взаємозумовленість внутрішніх і зовнішніх компонентів психологічного ресурсу в детермінації особистісно-професійного розвитку людини (О. Бондаренко, Є. Головаха, Е. Помиткін, В. Ягупов та ін.);
- про організацію психофізіологічного забезпечення професійної діяльності людини (А. Анцупов, М. Корольчук, А. Карпухіна, Г. Ложкін, А. Маклаков та ін.);
- концепції психофізіологічного забезпечення становлення фахівця у професіях типу «людина–людина» (О. Кокун);

- ідеї про вирішальну роль у самоздійсненні цілеспрямованої активності особистості, головною складовою якої є суб'єктна активність (К. Абульханова-Славська, Л. Алексєєва, І. Логінова, С. Максименко, О. Селезнєва та ін.);
- праці дослідників, в яких розкриваються концепції реалізації самості людини у зв'язку з проблематикою самоактуалізації (А. Маслоу, В. Слободчиков), особистісного росту (К. Роджерс), самореалізації (К. Абульханова-Славська, Є. Галажинський, О. Деркач, Л. Коростильова, Д. Леонтьєв та ін.), самотрансценденції (В. Франкл, Д. Леонтьєв), життєвого самоздійснення (І. Логінова), самоздійснення у рамках концепції життєвого шляху (К. Абульханова-Славська, Т. Березіна, Т. Титаренко та ін.);
- результати власного дослідження [3].

Методологічну основу дослідження склали положення суб'єктного підходу – вивчити особистість «зсередини», з боку суб'єкта. Особистість тут виступає як носій певної картини світу, внутрішнього змісту, а не як набір певної об'єктивних характеристик у площині діагностичних показників. Концептуальні положення суб'єктного підходу дають можливість вивчати суб'єктність як активно-перетворювальну сутність людини, з її «включеністю» у світ, де «самостійна ініціація активності» людини визначає масштаб власної активності і життєво-професійних завдань, що розв'язуються в процесі самоздійснення.

Об'єктивне вивчення процесу професійного самоздійснення неможливе без окреслення семантичного поля самого поняття. На основі здійсненого аналізу існуючих підходів до визначення сутності досліджуваного процесу [1, 5, 6, 7, 8], під **професійним самоздійсненням** нами розуміється одночасно суб'єктно детермінований процес та результат реалізації особистістю наявних потенцій і новоутворень, які зумовлені потужним прагненням досягти вершин реалізації себе у певній професійній діяльності [2].

Програма дослідження реалізовувалось упродовж двох взаємопов'язаних етапів:

- 1 етап – мета – з'ясувати загальний рівень розвитку професійного самоздійснення вчених та міри вираженості окремих його особливостей, які представляють змістовний аспект професійного самоздійснення – його ціннісно-смісловне наповнення шляхом задіяння Опитувальника професійного самоздійснення (методика О. Кокуна);

Критерії, відповідно до яких вивчалися особливості професійного самоздійснення вчених: професійні досягнення особистості та переживання задоволення/незадоволення від власних професійних досягнень.

Показники, які дозволяли визначати рівень розвитку професійного самоздійснення (за О. Кокуном): внутрішньопрофесійні (потреба у професійному вдосконаленні, наявність проекту власного професійного розвитку, переважаюче задоволення власними професійними досягненнями, постійна постановка нових професійних цілей, формування власного «життєво-професійного простору») та зовнішньопрофесійні (досягнення поставлених професійних цілей, визнання досягнень фахівця професійним співтовариством, використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями, розкриття особистісного потенціалу і здібностей у професії, вияв високого рівня творчості у професійній діяльності).

- 2 етап – мета – виокремлення чинників професійного самоздійснення, що опосередковують його динаміку і характер розвитку під час професійного становлення. На цьому етапі застосовується регресійний та кореляційний аналізи, а також наступний психодіагностичний інструментарій: самоактуалізаційний тест Е. Шострома (САТ); шкала самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема; «Мотивація професійної діяльності» (методика К. Замфір у модифікації А. Реана); опитувальник кар'єрних орієнтацій «Якоря кар'єри» (Е. Шейн); методика діагностики темперамента Я. Стреляу (адаптація Н. Данилової, О. Шмельова); методика визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; методика визначення професійно важливих якостей «Лист Ліпмана» (ПВЯ).

Параметри цих методик виступили психологічними характеристиками особистості вченого.

Обробка емпіричних даних здійснювалась за допомогою методів математичної статистики. Основним методом обробки використано лінійний регресійний аналіз (метод Stepwise), задіяний з метою визначення ступеня детермінованості змінних (показників), що вивчаються, з'ясування їхнього значення з виокремленням внесків окремих змінних. Додатковим методом слугував кореляційний аналіз рангової кореляції Спірмена.

Результати емпіричного дослідження та їх інтерпретація.

1) Визначення рівня розвитку професійного самоздійснення вчених та його особливостей.

Результати обробки показників професійного самоздійснення вчених за допомогою Опитувальника професійного самоздійснення (автор О. Кокун) дозволили діагностувати їхній рівень розвитку (таблиця 2).

Таблиця 2.

**Розподіл досліджуваних учених за показниками
професійного самоздійснення, (n = 51)**

№	Рівень професійного самоздійснення	Загальний			Внутрішньо-професійного			Зовнішньо-професійного		
		бали	%	n	бали	%	n	бали	%	n
1	Низький	≤ 45	-	-	≤ 21	-	-	≤ 19	-	-
2	Нижчий за середній	46 – 63	9	5	22 – 32	12	6	20 – 30	9	5
3	Середній	64 – 81	18	9	33 – 42	14	7	31 – 40	24	12
4	Вищий за середній	82 – 99	43	22	43 – 51	47	24	41 – 49	37	19
5	Високий	≥ 100	30	15	≥ 52	27	14	≥ 50	30	15

Аналізуючи дані представлені у таблиці, насамперед слід звернути увагу на те, що для більшості досліджуваних властиві високі показники за цією методикою, що свідчать про наявну здатність українських вчених досягати професійного самоздійснення.

З наведених у таблиці даних чітко виокремлюється 4 рівні розвитку професійного самоздійснення академічних учених:

Високий рівень – демонструють науковці, які цілком задоволені власною кар'єрою та своїми професійними здобутками. Їх вирізняє постійна праця над підвищенням власного рівня професійної майстерності, при цьому вони отримують велике задоволення як від самого процесу науково-пошукової діяльності, так і від досягнутих ними результатів. Мають чіткий проект власного професійного розвитку, який вибудований на пріоритетних для них основах. Виявляють наполегливість у досягненні поставлених цілей. Гармонійно вибудовують власний «життєво-професійний простір», цілком вдало поєднуючи професійну діяльність із позапрофесійним життям. Вирізняються повною ідентифікацією з професійним співтовариством, серед якого мають заслужений авторитет. Наукову діяльність розглядають як простір, що надає їм максимальні можливості для самовдосконалення та творчого втілення своїх ідей. Властивий гнучкий стиль виконання професійної діяльності, що істотно розкриває та примножує їх особистісний потенціал та професійні здібності. Охоче передають свій досвід іншим.

Вищий за середнього рівень – представлений групою досліджуваних, які також задоволені своєю професійною кар’єрою, позитивно оцінюють свої здобутки. Вчені цього рівня характеризуються достатньо сильним потягом щодо підвищення своєї професійної майстерності. Отримують задоволення від своєї роботи. Достатньо чіткого проекту власного професійного розвитку у них немає, проте намагаються його проектувати у загальних рисах. Виявляють наполегливість у постановці нових цілей та докладають зусилля для їх досягнення. «Життєво-професійний простір» більшості з них вдається вибудувати гармонійно. Ідентифікація вчених цієї групи з професійним товариством достатньо висока, користуються повагою й авторитетом серед колег. Професійна позиція повністю сформована, що відображається на гнучкості стилю професійної діяльності, який дозволяє творчо її виконувати. Їхні наукові здобутки достатньо широко використовуються іншими фахівцями. Охоче діляться своїми знаннями. Переконані, що наукова діяльність створює для них істотні можливості для розкриття особистісного потенціалу, дозволяючи їм досягнути поставлених цілей, задовольнити їх потребу у самовдосконаленні.

Середній рівень – складають вчені, які виявили часткове задоволення власною професійною кар’єрою, наявні здобутки, оцінюють як посередні, хоча серед колег вони визнані як достатньо високі. Вчені цієї групи працюють лише періодично над підвищенням своєї професійної майстерності, при цьому досягають запланованих результатів. Власний професійний розвиток проектують у загальних рисах без чіткого плану або взагалі без нього. Попри визнання, що для результативності праці постійно потрібно рухатись уперед, для них характерною є практика відпочинку у проміжках між наступною справою. Свій «життєво-професійний простір» гармонійно вибудовувати вдається лише частково. Професійна позиція у них сформована практично повністю. Притаманна достатньо висока ідентифікація з професійною спільнотою, користуються авторитетом серед колег. Наукову діяльність вважають для себе такою, що надає їм істотні можливості для розкриття особистісного потенціалу. Роботу прагнуть виконувати творчо, використовуючи різні стилі діяльності. Виявляють готовність ділитися своїм досвідом.

Нижче середнього рівень – притаманний вченим, які висловили невдоволення щодо того, як складається їх професійна кар’єра. Їм важко

оцінити свої як професійні досягнення, так і фаховий рівень. Не особливо переймаються питаннями підвищення свого професійного рівня. Не отримують задоволення від своєї роботи. Власне професійне майбутнє уявляють у загальних рисах, майже його не плануючи. Проте, ставлять перед собою професійні цілі, які намагаються досягти. При отриманні бажаного результату, швидше, ніж у попередніх групах, прагнуть отримати ще кращий. «Життєво-професійний простір» гармонійно вибудовувати їм не вдається, відсутня чіткість серед пріоритетів у роботі. Професійна позиція сформована не достатньо. Ідентифікація з професійним товариством не дуже висока, спостерігається невпевненість в якості своїх здобутків. Вважають, що наукова діяльність створює незначні можливості для розкриття їхнього потенціалу. Творчість під час роботи виявляють у незначній мірі. Притаманний не гнучкий стиль діяльності.

2) Визначення загальних чинників професійного самоздійснення академічних учених.

Статистична обробка даних виявила, що переважна більшість використаних методик містять показники, які за результатами регресійного аналізу можна розглядати в якості виражених чинників професійного самоздійснення вчених. Тому нами здійснювалися побудови регресійних моделей для трьох узагальнених показників Опитувальника професійного самоздійснення фахівців окремо з показниками всіх використаних методик (рис. 1).

Деталізація побудованих моделей та інтерпретація результатів представлена у таблицях 3-5.

Таблиця 3.

Регресійна модель предикації «загального рівня професійного самоздійснення» академічних учених

Модель	R	R ²
1	0, 93	0, 86
2	0, 99	0, 98
3	0, 99	0, 99
4	0, 99	0, 99

Предиктори: 1 – «циклотимність»; 2 – № 1 та «спонтанійність»; 3 – №№ 1-2 та «мисленнєві властивості особистості»; 4 – №№ 1-3 та «контактність».

Примітки: показник № 1 отримано за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; № 2 – за Самоактуалізаційним тест Е. Шострома (САТ); № 3 – за методикою визначення професійно важливих якостей «Лист Ліпмана» (ПВЯ); № 4 – за САТ.



Рис. 1. Структурограма моделей предикації професійного самоздійснення вчених

Таблиця 4.

Регресійна модель предикації «рівня внутрішньо професійного самоздійснення» академічних учених

Модель	R	R ²
1	0, 89	0, 80
2	0, 98	0, 96
3	0, 99	0, 99
4	0, 99	0, 99

Предиктори: 1) «циклотимність»; 2) № 1 та «спонтанійність»; 3) №№ 1-2 та «сила процесів гальмування»; 4) №№ 1-3 та «тривожність».

Примітки: показник № 1 отримано за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; № 2 – за САТ; № 3 – за методикою діагностики темперамента Я. Стреляу; № 4 – за САТ.

Таблиця 5.

**Регресійна модель предикації «рівня зовнішньопрофесійного
самоздійснення» академічних учених**

Модель	R	R ²
1	0,99	0,86
2	0,98	0,96
3	0,99	0,99
4	0,99	0,99

Предиктори: 1) «циклотимність»; 2) № 1 та «спонтанійність»; 3) №№ 1-2 та «мисленнєві властивості особистості»; 4) №№ 1-3 та «креативність».

Примітки: показник № 1 отримано за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; № 2 – за САТ; № 3 – ПВЯ; № 4 – за САТ.

Узагальнюючи представлені результати у рис. 1 та з таблиць 3-5, насамперед слід звернути увагу на те, що побудова регресійних моделей предикації трьох узагальнених показників професійного самоздійснення чітко виявила певну сукупність показників, які чинять найбільший вплив майже з однаковою величиною на динаміку його розвитку:

– Найбільш сильний негативний вплив на професійне самоздійснення здійснює «циклотимність» (на загальний і рівень зовнішньопрофесійного самоздійснення – $R=0,93$; $R^2=0,86$; на рівень внутрішньопрофесійного самоздійснення – $R=0,89$; $R^2=0,80$). Іншими словами, вчений, якому притаманно коливання настрою та емоційна нестабільність, швидко втомлюється, втрачає інтерес до початі справи, що неминуче відбивається на зниженні творчої активності та утрудненому професійному самоздійсненні. За умови досягнення вченим професійних успіхів, варто говорити про їх доволі велику психофізіологічну ціну.

– Найбільш сильний позитивний вплив на всі три показники професійного самоздійснення здійснює показник «спонтанійності» (на загальний рівень професійного самоздійснення – $R=0,99$; $R^2=0,86$; на рівні внутрішньопрофесійного і зовнішньопрофесійного самоздійснення – $R=0,98$; $R^2=0,96$). Нагадаємо, що показник «спонтанійності», за Шостромом, входить до емоційного блоку, відображаючи характер і зміст переживань людини. За даними проведеного кореляційного аналізу, цікавим виявився факт, що найбільш пов'язана «спонтанійність» із зовнішньопрофесійним самоздійсненням ($r=0,51$, $p\leq 0,05$), тоді як з

внутрішньопрофесійним ($r=0,48$, $p\leq 0,01$) – найменше. Поясненням цього факту можуть слугувати результати, виявлені при розкритті цього моменту за допомогою кореляційного аналізу. Так, найбільша величина кореляційного зв'язку показника «спонтанійності» виявилася з таким показником зовнішньопрофесійного самоздійснення, як «використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями» ($r=0,57$, $p\leq 0,01$).

Паралельно з цим виявлено і ряд відмінностей:

– Представлені результати у таблиці 3 засвідчують, що наявність у вчених таких професійно важливих якостей, як мисленнєві властивості та контактність ($R=0,99$; $R^2=0,99$) цілком природньо ввійшли у ряд чинників, які детермінують розвиток як загального рівня професійного самоздійснення, так і зовнішньопрофесійного самоздійснення українських учених.

– На рівень внутрішньопрофесійного самоздійснення наукових працівників істотний вплив окрім вищезазначеного показника чинить «сила процесів гальмування» ($R=0,99$; $R^2=0,99$), що обумовлює врівноваженість поведінки, стійкий настрій, гарну витримку, стриманість емоційних переживань, реалістичну оцінку власних здібностей, стійкість до дії несприятливих чинників, зібраність, високу працездатність. Вважаємо за доцільне доповнити цю характеристику результатами нашого попереднього дослідження [2], відповідно до яких виявлено, що для вітчизняних учених гуманістичного профіля властивий високий ступінь прояву «сили процесів гальмування» (97% досліджуваних, $n=31$) та найбільший кореляційний зв'язок цього показника саме з внутрішньопрофесійним самоздійсненням ($r=0,45$, $p\leq 0,05$). Подальший аналіз виявив найтісніший зв'язок такого показника як «сила процесів гальмування» з «наявністю проекту власного професійного розвитку» – одного з основних показників внутрішньопрофесійного самоздійснення.

Останнім предиктором цієї моделі є показник «тривожність», який демонструє силу впливу внутрішньої напруги, певну невдоволеність, сумнівів на динаміку внутрішньопрофесійного самоздійснення. На наш погляд, це є логічним доказом наявних особливостей науково-дослідної роботи як насамперед творчої діяльності.

– До дії чинників на рівень зовнішньопрофесійного самоздійснення слід додати показник «креативність» ($R=0,99$; $R^2=0,99$), який цілком природньо взаємопов'язаний з цією формою професійного самоздійснення.

Здатність до перетворень як споріднене креативності явище або ж її складова – це, по суті, також перетворююча активність вченого, яка спрямовує його на пошук нової структури, нових підходів та пояснень. Завдяки цьому взаємозв'язку пошуково-дослідницька діяльність набуває впорядкованості, структурованості і цілеспрямованості.

3) Визначення чинників складових внутрішньопрофесійного самоздійснення вченого. Інформативні регресійні моделі предикації складових внутрішньопрофесійного самоздійснення вчених побудовано за всіма показниками Опитувальника професійного самоздійснення (рис. 2).

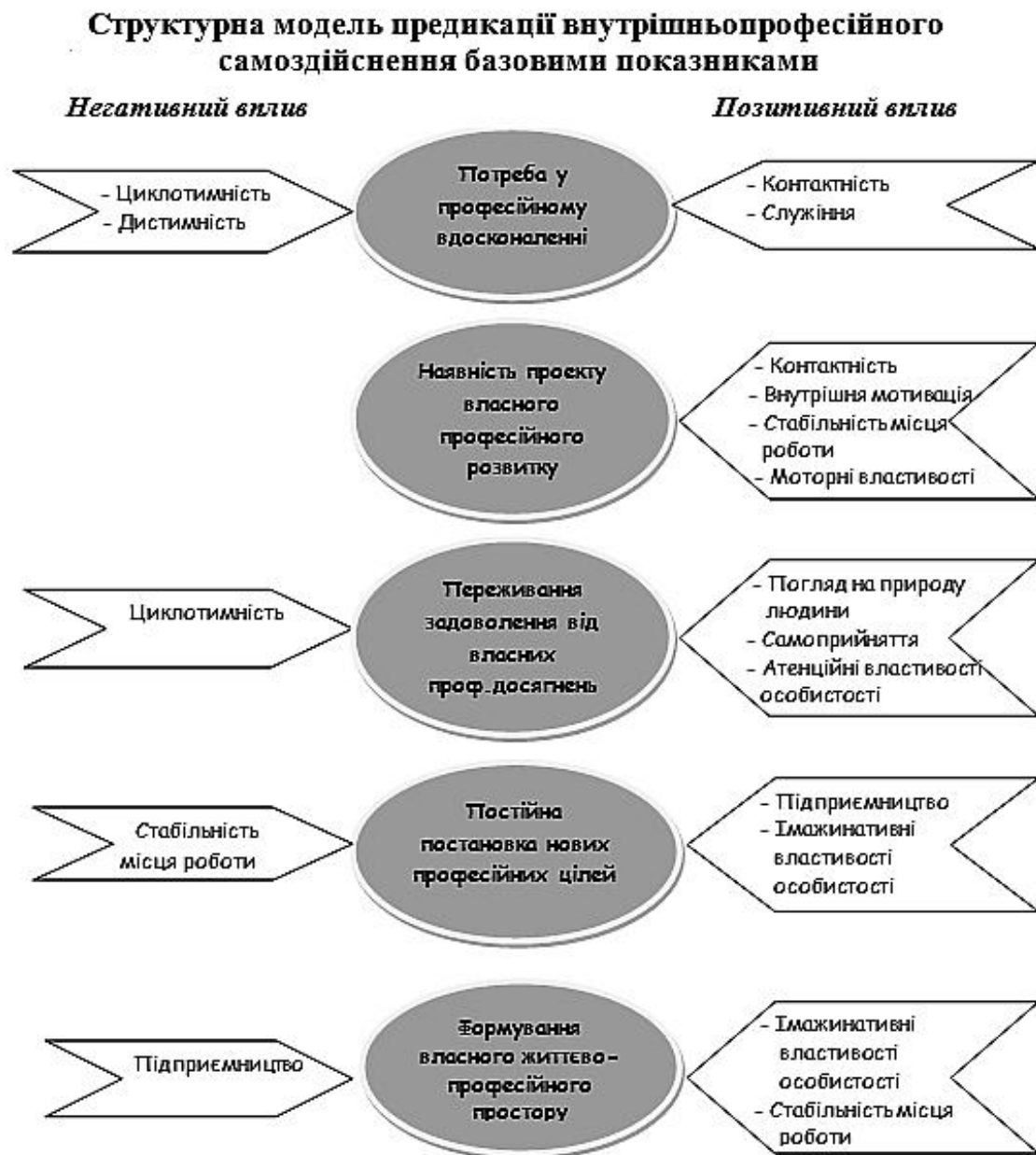


Рис. 2. Структурна модель предикації внутрішньопрофесійного самоздійснення вчених

Розглянемо детальніше побудовані моделі, представлені у таблиці 6.

Таблиця 6.

**Регресійна модель предикації складових внутрішньо професійного
самоздійснення вчених**

а) Потреба у професійному вдосконаленні

Модель	R	R ²
1	0, 87	0, 75
2	0, 96	0, 92
3	0, 98	0, 97
4	0, 99	0, 99

Предиктори: 1) «циклотимність»; 2) № 1 та «контактність»; 3) №№ 1-2 та «служіння»; 4) №№ 1-3 та «дистимність»

Примітки: показник № 1 отримано за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; № 2 – за САТ; № 3 – за опитувальником кар’єрних орієнтацій «Якоря кар’єри»; № 4 – за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека.

З представлених у таблиці даних чітко виокремлюється в якості найбільш вагомого негативного чинника впливу, що ускладнює виникнення потреби у професійному самоздійсненні – «циклотимність» ($R=0,87$; $R^2=0,75$). Меншої дії негативного впливу спричиняє «дистимність» ($R=0,99$; $R^2=0,99$). Вочевидь, що нестабільний психічний стан, перепади настрою не є тим інтенційним ґрунтом, який має стати для виникнення мотиваційно-потребової складової внутрішньо професійного самоздійснення.

Натомість виражений позитивний вплив здійснює такий предиктор, як «контактність» ($R=0,96$; $R^2=0,92$), менш виражений – «служіння» ($R=0,98$; $R^2=0,97$). Отримані результати лише підтверджують, що для особистості, яка прагне до саморозвитку і самоздійснення, вміти встановлювати глибокі і тривалі взаємини, в яких стрижнем є цінність – допомогти, зробити навколишній світ кращим тощо є цілком закономірним явищем.

б) Наявність проекту власного професійного розвитку

Модель	R	R ²
1	0, 84	0, 69
2	0, 94	0, 88
3	0, 97	0, 95
4	0, 99	0, 99

Предиктори: 1) «контактність»; 2) № 1 та «внутрішня мотивація»; 3) №№ 1-2 та «стабільність місця роботи»; 4) №№ 1-3 та «моторні властивості особистості».

Примітки: показник № 1 отримано за методикою САТ; № 2 – за методикою «Мотивація професійної діяльності»; № 3 – за опитувальником кар'єрних орієнтацій «Якоря кар'єри»; № 4 – за ПВЯ.

Вирішальним чинником для вищезазначеного структурного компонента внутрішньо-професійного самоздійснення виявилися предиктори «контактність» ($R=0,84$; $R^2=0,69$) та «внутрішня мотивація» ($R=0,94$; $R^2=0,88$), які вірогідно допомагають вченим спроектувати свій професійний розвиток з якомога більшою реалізацією свого особистісного потенціалу, конструктивність та чіткість якого залежить, насамперед, від вміння вибудовувати взаємини у соціумі, наповнюючи їх особистісним смислом.

Менш значимими предикторами для проектування свого професіогенезу виявились «стабільність місця роботи» ($R=0,97$; $R^2=0,95$) і такі професійно важливі якості, як «моторні властивості особистості» ($R=0,99$; $R^2=0,99$).

в) Переваживання задоволення від власних професійних досягнень

Модель	R	R^2
1	0,89	0,79
2	0,96	0,91
3	0,98	0,95
4	0,99	0,98

Предиктори: 1) «циклотимність»; 2) № 1 та «погляд на природу людини»; 3) №№ 1-2 та «самоприйняття»; 4) №№ 1-3 та «атенційні властивості особистості».

Примітки: показник № 1 отримано за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; № 2 – за САТ; № 3 – за САТ; № 4 – за ПВЯ.

Найбільш потужний негативний вплив на показник «переживання задоволення від власних професійних досягнень» здійснює «циклотимність» ($R=0,89$; $R^2=0,79$).

Натомість позитивний вплив здійснюють предиктори «погляд на природу людини» ($R=0,96$; $R^2=0,91$) та «самоприйняття» ($R=0,98$; $R^2=0,95$). Отримані дані є не лише не випадковими, а діалектично закономірними. З одного боку, показник «погляд на природу людини» для фахівця, який прагне якомога більшого самоздійснення, відображає не лише вміння оцінювати глибину природи людини у всій її багатоманітності та варіативності проявів, а розуміти і приймати її діхотомічний характер. З іншого боку – це допомагає фахівцеві краще оцінити, зрозуміти і, головне, прийняти саму себе такою, якою вона є.

Тому наступним чинником, який детермінує розвиток внутрішньо професійне самоздійснення вчених, є атенційні властивості ($R=0,99$; $R^2=0,98$).

г) Постійна постановка нових професійних цілей

Модель	R	R^2
1	0,59	0,34
2	0,78	0,52
3	0,91	0,75

Предиктори: 1) «підприємництво»; 2) № 1 та «імажинативні властивості особистості»; 3) №№ 1-2 та «стабільність місця роботи».

Примітки: показник № 1 отримано за методикою за опитувальником кар'єрних орієнтацій «Якоря кар'єри»; № 2 – за ПВЯ; № 3 – за опитувальником кар'єрних орієнтацій «Якоря кар'єри».

Як видно з таблиці, найвагоміший чинник, який визначає позитивну динаміку професійного цілеутворення – «підприємництво» ($R=0,59$; $R^2=0,34$). Науковець з такою кар'єрною орієнтацією прагне створювати щось нове, долати труднощі, сумніви у теренах науково-пошукової діяльності, готовий до ризику, до постійного породження і втілення нових цілей. Другим чинником за силою свого впливу виступають «імажинативні властивості особистості» ($R=0,78$; $R^2=0,52$), які в онтогенезі формування мети сягають уяви. Окреслити мету – це уявити кінцевий результат діяльності.

Несподіваним для нас виявився заключний (третій) предикатор у цій моделі, який детермінує негативний вплив на постійне професійне цілеутворення – «стабільність місця роботи» ($R=0,91$; $R^2=0,75$). Вочевидь, учені, орієнтовані на стабільність місця роботи, виявляють менше бажання ризикувати, діяти нестандартно, що і пригальмовує динаміку внутрішньо-професійного самоздійснення.

д) Формування власного «життєво-професійного простору»

Модель	R	R^2
1	0,88	0,78
2	0,94	0,89
3	0,97	0,95

Предиктори: 1) «підприємництво»; 2) № 1 та «імажинативні властивості особистості»; 3) №№ 1-2 та «стабільність роботи»;

Примітки: показник № 1 отримано за методикою за опитувальником кар'єрних орієнтацій «Якоря кар'єри»; № 2 – за ПВЯ; № 3 – за опитувальником кар'єрних орієнтацій «Якоря кар'єри».

У першу чергу, слід відмітити, що на вищезазначену складову внутрішньо професійного самоздійснення найбільш питомого негативного впливу здійснює предикатор «підприємництво» ($R=0,88$; $R^2=0,78$). Натомість, як видно з таблиці позитивний ефект впливу здійснюють «імажинативні властивості особистості» ($R=0,94$; $R^2=0,95$) і «стабільність місця роботи» ($R=0,97$; $R^2=0,95$), що, на наш погляд, є цілком очевидним і логічним. Уява включається як механізм суб'єктивного моделювання внутрішнього життєво-професійного простору особистості, на основі якого конкретизуються його характеристики: реалістичність, наповненість, структурність, співіснування та взаємодія компонентів, що дозволяє здійснювати простору свою основну функцію – інтеграцію всіх аспектів професійного життя та вироблення на цій основі стратегії й індивідуального стилю діяльності.

Доволі несподіваним виявився вплив предиктора «стабільність місця роботи» на формування власного «життєво-професійного простору». За нашими даними, українські вчені здебільшого орієнтовані на пошук роботи в престижній та надійній організації, яка б забезпечувала їх всім необхідним для професійного зростання, без ризику і зайвих незручностей.

4) Визначення чинників складових зовнішньо професійного самоздійснення вченого.

Інформативні регресійні моделі предикації складових зовнішньо-професійного самоздійснення вчених було побудовано за всіма показниками Опитувальника професійного самоздійснення (рис. 3).

Розглянемо детальніше побудовані моделі, які представлені у таблиці 7.

Таблиця 7.

Регресійна модель предикації складових зовнішньо професійного самоздійснення вчених

а) досягнення поставлених професійних цілей

Модель	R	R^2
1	0,64	0,41
2	0,79	0,62

Предиктори: 1) «циклотимність»; 2) № 1 та «контактність».

Примітки: показник № 1 отримано за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; № 2 – за САТ.

Структурна модель предикації зовнішньопрофесійного самоздійснення базовими показниками

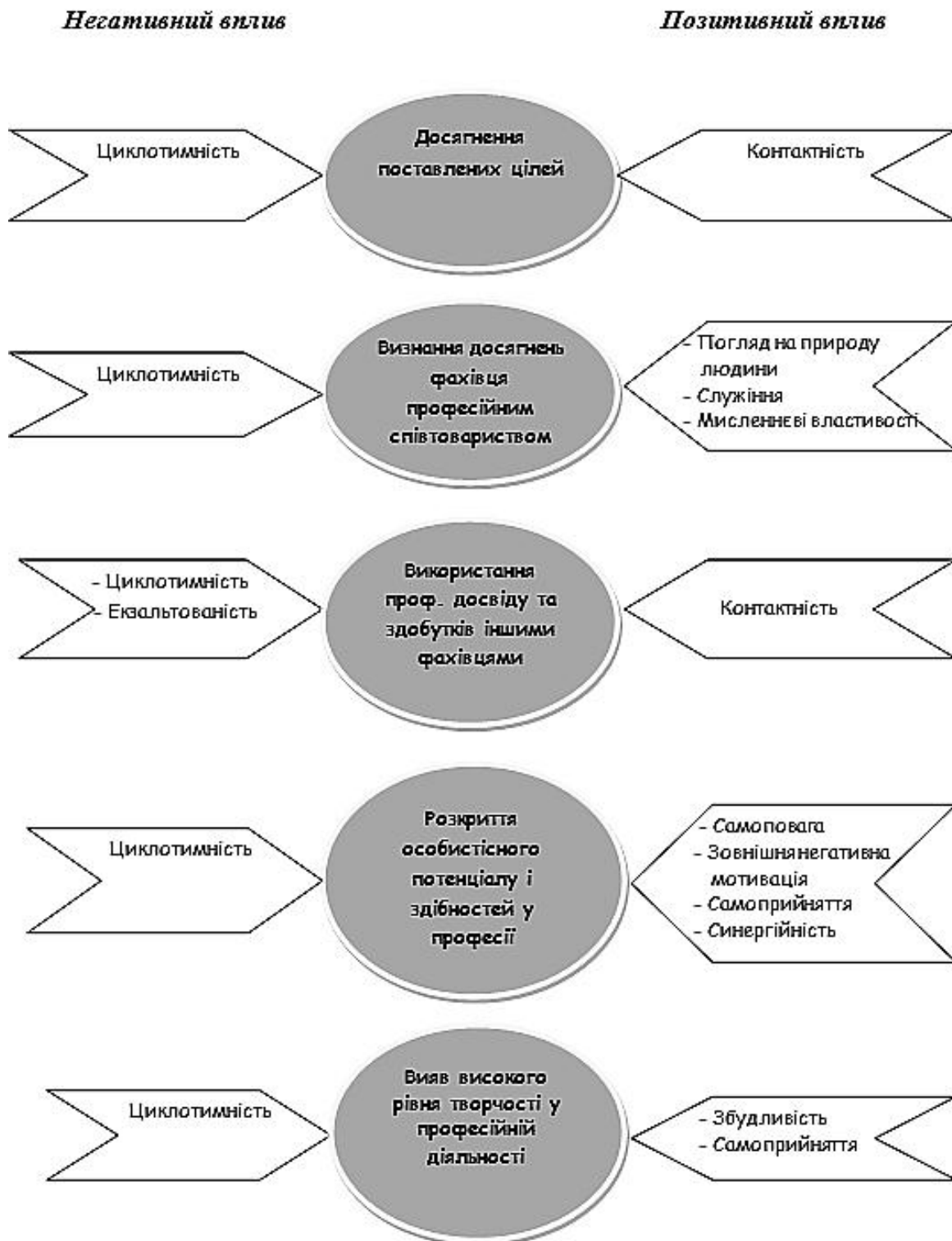


Рис. 3. Структурна модель предикації зовнішньопрофесійного
самоздійснення вчених

У представленій вище регресійній моделі здійснюють вплив на показник «досягнення поставлених професійних цілей» два предиктора. Перший – «циклотимність» ($R=0,64$; $R^2=0,41$), який за даними кореляційного аналізу чинить доволі значний негативний вплив ($r=-0,37$, $p\leq 0,05$). Враховуючи той факт, що наукова діяльність є складним видом інтелектуальної праці і цілі, які ставлять перед собою вчені також є складними і масштабними. Зрозуміло, що чим складніша поставлена мета, тим більш тривалий шлях потрібно подолати для її досягнення. І по силам це зробити лише науковцям з сильною нервовою системою, із стабільними психічними станами, без схильності до постійних їхніх змін і коливанням, тобто без їх надмірної лабільності. Зрозуміло, що надмірна лабільність неминуче відбивається на зниженні працездатності через зниження концентрації уваги, різкій зміні інтересів, апатичності тощо.

Другий предиктор – «контактність» ($R=0,79$; $R^2=0,62$) на процес досягнення цілей чинить прямо протилежний ефект ($r=0,14$, $p\leq 0,1$). Адже, мета як джерело мотивації, стимулює потужні процеси як самоорганізації, так і соціалізації у професійному середовищі.

б) Визнання досягнень фахівця професійним співтовариством

Модель	R	R^2
1	0,81	0,65
2	0,90	0,81
3	0,96	0,92
4	0,99	0,99

Предиктори: 1) «циклотимність»; 2) № 1 та «мисленнєві властивості особистості»; 3) №№ 1-2 та «погляд на природу людини»; 4) №№ 1-3 та «служіння».

Примітки: показник № 1 отримано за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; № 2 – за ПВЯ; № 3 – за САТ; № 4 – за опитувальником кар'єрних орієнтацій «Якоря кар'єри».

За даними, які представлені у таблиці, вкотре прослідковується негативний вплив «циклотимності» ($R=0,81$; $R^2=0,65$). Проте, ця регресивна модель представлена і позитивною детермінацією з боку таких показників, як: «мисленнєві властивості» ($R=0,90$; $R^2=0,81$), «погляд на природу людини» ($R=0,96$; $R^2=0,92$) та «служіння» ($R=0,99$; $R^2=0,99$). Деталізуючи зв'язок цих предикторів з показником «визнання досягнень фахівця професійним співтовариством», спираючись на дані кореляційного аналізу, прослідковується наступна міра їхнього взаємозв'язку:

- з «поглядом на природу людини» ($r=0,24$, $p \leq 0,1$);
- «служінням» ($r=0,20$, $p \leq 0,1$);
- з «мисленнєвими властивостями» ($r=0,17$, $p \leq 0,1$).

Відповідно до цих результатів на динаміку цього показника зовнішньопрофесійного самоздійснення впливає здатність до цілісного і позитивного сприймання світу та людей загалом, до розуміння дихотомічних протилежностей, до вміння бачити і виокремлювати закономірності та наявні суперечності у досліджуваних явищах і процесах. До того ж у центрі системи цінностей вчених повинна бути така кар'єрна орієнтація, як служіння людству, допомога іншим, бажання зробити світ кращим тощо.

в) Використання професійного досвіду та здобутків іншими фахівцями

Модель	R	R ²
1	0,85	0,73
2	0,93	0,87
3	0,97	0,93

Предиктори: 1) «циклотимність»; 2) №1 та «екзальтованість»; 3) №№1-2 та «контактність».

Примітки: показники №№1-2 отримано за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; №3 – за САТ.

Доволі цікаво вибудовувалася регресійна модель цього показника зовнішньопрофесійного самоздійснення, основні предиктори якої чинять негативний вплив: «циклотимність» ($R=0,85$; $R^2=0,73$), ($r=-0,37$, $p \leq 0,05$) й «екзальтованість» ($R=0,93$; $R^2=0,73$), ($r=-0,21$, $p \leq 0,05$). Їм на противагу позитивно впливає предиктор «контактність» ($R=0,97$; $R^2=0,93$), ($r=0,38$, $p \leq 0,05$), як детермінанта успішності спілкування. Контактність є своєрідним антогоністом двох попередніх предикторів. Адже і циклотимність, і особливо екзальтованість характеризуються своєрідною егоцентрованістю, домінуванням неусвідомлених спонук. Зрозуміло, що це створює неабиякі перешкоди у налагодженні стосунків з колегами.

Позитивну динаміку розкриття особистісного потенціалу і здібностей у науковій діяльності українського вченого, за нашими даними, визначає «самоповага» ($R=0,87$; $R^2=0,76$), «зовнішня негативна мотивація» ($R=0,95$; $R^2=0,90$), «синергійність» ($R=0,98$; $R^2=0,97$), а також «самоприйняття» ($R=0,99$; $R^2=0,99$). Найбільш питомих кореляційний

зв'язок між цими предикторами і «розкриттям особистісного потенціалу і здібностей» виявлено з показником «самоповага» ($r=0,32, p \leq 0,05$) і найменший з «синергійністю» ($r=0,09, p \leq 0,05$).

г) Розкриття особистісного потенціалу і здібностей у професії

Модель	R	R ²
1	0,78	0,61
2	0,87	0,76
3	0,95	0,90
4	0,98	0,97
5	0,99	0,99

Предиктори: 1) «циклотимність»; 2) №1 та «самоповага»; 3) №№1-2 та «зовнішня негативна мотивація»; 4) №№1-3 та «синергійність»; 5) №№1-4 та «самоприйняття».

Примітки: показник №1 отримано за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; №2 – за САТ; №3 – за методикою «Мотивація професійної діяльності»; №№4-5 – за САТ.

Показники за шкалами САТ «самоповага» і «самоприйняття» відображають емоційно-ціннісне ставлення фахівця до себе, характер і інтенсивність його переживань щодо свого успіху чи невдачі при виконанні професійних завдань, а також образу себе як професіоналу. У свою чергу, це виступає основою для його психічного здоров'я і цілісності, визначаючи успішність професійної діяльності та взаємодії з іншими людьми, зокрема з колегами.

Доволі неочікуваним виявився зв'язок з предиктором «зовнішня негативна мотивація» ($r=0,29, p \leq 0,1$). Вочевидь, це пояснюється тим, що для руху вперед завжди необхідна певна сміливість. Людина часто тримається за минуле, за свої досягнення, спокій і стабільність. Страх ризику і загроза втратити все стримують її на шляху самоздійснення та саморозвитку. Людина ніби опиняється в ситуації, коли вона «розривається між прагненням до руху вперед і прагненням до самозбереження і безпеки». З одного боку, вона прагне до чогось нового, а з іншого – страх перед загрозою і чимось невідомим і бажання уникнути ризику стримують її рух уперед.

Мала дія і низький зв'язок між розкриттям особистісного потенціалу і здібностей у науковій діяльності вченого пояснюється природою самої синергійності, як своєрідної властивості психіки, що характеризує її здатність до

накопичення психічної енергії (потенціалу) різної полярності. Суть цих накопичень полягає в тому, що потенціал як здатність до дії (за В. Клименко) може як об'єктивуватися (переходити, трансформуватися в конкретні предмети та явища), так і за певних умов розоб'єктивуватися (знову переходити, трансформуватися з предметів і явищ у потенціал певної величини).

У психіці може накопичуватись як позитивний, так і негативний потенціал. І чим вищий рівень їх накопичення, тим більша ймовірність їх «вибуху», тобто розоб'єктивації та об'єктивації у відповідні дії та вчинки. На нашу думку, подібна мобільність визначає широку варіативність зв'язків.

Найбільш сильний негативний вплив у цій моделі здійснює предиктор «циклотимність» ($R=0,78$; $R^2=0,61$).

д) Вияв високого рівня творчості у професійній діяльності

Модель	R	R^2
1	0,89	0,80
2	0,96	0,92
3	0,99	0,97

Предиктори: 1) «збудливість»; 2) №1 та «циклотимність»; 3) №№1-3 та «самоприйняття».

Примітки: показник №1 отримано за методикою діагностики темперамента Я. Стреляу; №2 – за методикою визначення акцентуацій характеру Х. Шмішека; №3 – за САТ.

Як видно з представлених даних, потужний негативний вплив у цій моделі продовжує чинити «циклотимність» ($R=0,96$; $R^2=0,92$). Позитивний характер впливу представлено такими предикторами, як «збудливість» ($R=0,89$; $R^2=0,80$) ($r=0,49$, $p\leq 0,01$) і «самоприйняття» ($R=0,99$; $R^2=0,97$) ($r=0,48$, $p\leq 0,01$). Загальновідомо, що у творчості виявляється життєстверджуюча енергія прагнення людини до перетворення дійсності як вияв її суб'єктної активності. Піднесення, бажання досягати поставлених цілей, здійснювати звершення неможливі без актуалізації психофізіологічного ресурсу. Наш успіх частенько залежить від того, наскільки ми до цього готові. У той же час рівень готовності до вияву творчості, успіху залежать від характеру самосприйняття фахівцем себе, яке розкриває міру і характер прийняття себе незалежно від оцінки своїх переваг та недоліків. Зрозуміло, що чим позитивно-реалістичніше фахівець себе сприймає, тим більше він здатний до творчої та результативної діяльності.

Висновки. Проведене дослідження дозволило отримати один з варіантів вирішення проблеми активізації і реалізації потреб та можливостей особистості шляхом здійснення себе в обраній професійній діяльності.

Аналіз останніх досліджень засвідчив, що проблема самоздійснення є однією з центральних у психології праці. Показано, що спрямування особистісної активності на активізацію й реалізацію себе, своїх потреб і сутнісних можливостей (потенцій) у діяльності, робить самоздійснення одним з базових процесів розвитку (у формі саморозвитку) вченого. Воно забезпечує рух до вершинного рівня особистісно-професійного розвитку фахівця, стаючи одним з основних модусів його професійного існування.

Результати проведеного емпіричного дослідження довели, що досягнення вершин самоздійснення для фахівців творчих професій (на прикладі вчених гуманітарного профілю) є особливо актуальним. На підставі отриманих даних можна стверджувати, що переважна більшість (понад 70%) обстежених учених виявили здатність досягати свого самоздійснення в науково-дослідній діяльності. Окреслено структуру професійного самоздійснення вченого, яка відобразила внутрішню архітектуру взаємозв'язків складових професійного самоздійснення. Відповідно до цього виділено чотири рівні розвитку професійного самоздійснення академічних вчених, який діагностувався за визначеними критеріями й показниками, та надано їм якісну характеристику. З'ясовано, що кожному з рівнів професійного самоздійснення відповідає певна міра складності його складових, які в своїй єдності забезпечують його функціональне призначення.

Виокремлено спектр чинників, детермінуючих процес розгортання самоздійснення вчених. Побудовано регресивні моделі предикацій професійного самоздійснення (загальнопрофесійного, внутрішньо-професійного та зовнішньо-професійного самоздійснення). Здійснено порівняння результатів кореляційного та лінійного регресійного аналізів, що дозволило виявити різний характер і направленість зв'язків складових професійного самоздійснення з психологічними характеристиками особистості вченого. На цій основі надано змістовну характеристику детермінаційним зв'язкам, яка засвідчує про значний вплив самих різних психологічних характеристик на динаміку розвитку професійного самоздійснення та його складових.

Виявлено і схарактеризовано дві групи чинників, в одну групу ввійшли предиктори, які сприяють актуалізації і розвитку можливостей для самоздійснення, а в іншу, які його гальмують. Позитивну динаміку досягнення вченими професійного самоздійснення визначають такі чинники, як «спонтанійність», «мисленнєві властивості особистості», «креативність» та «контактність»; негативну – «циклотимність».

Окремий аспект цих динамік, але не менш значимий, детермінується дією психофізіологічних чинників. Показано, що професійне самоздійснення можливе лише за регулювання власною активністю, вмінням мобілізувати особистісний ресурс, формуванням вимог до себе, які орієнтовані на вдосконалення професійно-особистісних якостей ученого. Це відобразилося у спектрі дії чинників, які характеризують властивості нервової системи, – «сила процесів гальмування», «циклотимність» та «тривожність».

Припускаємо, що чинники (предиктори) зовнішньопрофесійного самоздійснення презентують інваріативну частину професійного самоздійснення. Тоді як чинники внутрішньопрофесійного самоздійснення є варіативними складовими та відображають його індивідуальну своєрідність.

Побудовані регресивні моделі професійного самоздійснення, з одного боку, демонструють найбільш вагомі чинники впливу на динаміку його розвитку, характеризуючи специфічність цієї детермінації, а з іншого – відображають наявність зовнішніх (організаційно-діяльнісних) і внутрішніх (особистісних) умов як орієнтирів для моделювання технології психофізіологічного забезпечення професійного самоздійснення вченого.

Список використаних джерел

1. Галажинский Э. В. Системная детерминация самореализации личности: Дис. ... д-ра психол. наук: 19.00.01 / Э. В. Галажинский. – Томск, 2002. – 320 с.
2. Гуменюк Г. В. Психологічний простір професійного самоздійснення особистості як предмет дослідження / Г. В. Гуменюк // Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / [ред. кол.: С. Д. Максименко (гол. ред.), М-Л. А. Чепа (заст. гол. ред.), Ю. Т. Рождественський та ін.]. – К., 2014. – Т. XVI. – част. 1, 2. – С. 299-310. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/10079>
3. Гуменюк Г. В. Психофізіологічні закономірності професійного самоздійснення академічних учених [Електронний ресурс] / Г. В. Гуменюк // Психофізіологічні закономірності професійного самоздійснення особистості:

- монографія / О. М. Кокун, В. В. Клименко, О. М. Корніяка, О. Р. Малхазов та ін.; за ред. О. М. Кокун. – К.: Педагогічна думка, 2015. – 297 с. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/10038/>
4. Зеер Э. Ф. Психология профессий: уч. пос. / Э. Ф. Зеер. – 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Академический Проект, Фонд «Мир», 2005. – 336 с.
 5. Казакова Т. В. Философский анализ генезиса самоосуществления человека / Т. В. Казакова // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. – Тамбов: Грамота, 2009. – № 1 (2). – С. 51-54.
 6. Леонтьев Д.А. Самореализация и сущностные силы человека / Д. А. Леонтьев // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / Под ред. Д. А. Леонтьев, В. Г. Щур. – М.: «Смысл», 1997. – С. 157-176.
 7. Лукина Е. А. Особенности самоосуществления человека в разные периоды взрослости: Дис. ... к. психол. наук: 19.00.13 / Е. А. Лукина. – Санкт-Петербург, 2006. – 258 с.
 8. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості: Монографія / С. Д. Максименко. – К.: Вид-во ТОВ «КММ», 2006. – 240 с.
 9. Стан інноваційної діяльності та діяльності у сфері трансферу технологій в Україні у 2017 році: аналітична довідка / Т. В. Писаренко, Т. К. Кваша та ін. – К.: УкрІНТЕІ, 2018. – 98 с.

3.3

ТЕХНОЛОГІЯ РОЗВИТКУ КУЛЬТУРИ ПРОФЕСІЙНОГО СПІЛКУВАННЯ ДЕРЖАВНИХ СЛУЖБОВЦІВ

Долинська Л. В., Улунова Г. Є.

Розвиток культури професійного спілкування державних службовців є актуальним завданням теоретичної та практичної психології, адже професіоналізм державних службовців визначається не лише знанням законів, вміннями вести документацію, складати звіти, користуватися комп'ютером і т.п., але й здатностями ефективно доносити до співрозмовників інформацію як при безпосередньому, так і при опосередкованому контактуванні, попереджати та розв'язувати конфлікти, виступати на телебаченні та радіо, відповідати на запитання, регулярно підвищувати власну культуру

професійного спілкування. Означені аспекти є інваріативною складовою культури професійного спілкування державних службовців з різних країн, що відображається у численних вітчизняних та зарубіжних дослідженнях.

Все більшої популярності у сучасній психології набуває технологічний підхід, основне призначення якого полягає у розробці та впровадженні спеціальних психологічних технологій, спрямованих на вирішення конкретних психологічних проблем [9, с. 54]. Під психологічною технологією розуміється науково-обґрунтована система дій, операцій та процедур, які забезпечують цілеспрямований розвиток в особистості певних психологічних якостей та передачу соціального досвіду [6, с. 94]. Л. Карамушка, базуючись на підході В. Панка [7, с. 29], у структурі психологічної технології виокремлює три основні компоненти: 1) інформаційно-смісловий компонент – це теоретичні підходи до аналізу того чи іншого психологічного явища; 2) діагностичний компонент – аналіз основних критеріїв та показників явища, що досліджується, ознайомлення з методами, які можуть бути використані для їх вимірювання, обґрунтування доцільності застосування тих чи інших діагностичних методів при вимірюванні певних параметрів тощо; 3) корекційно-розвивальний компонент – характеристика основних напрямків здійснення корекційно-розвивальної роботи через систему тренінгів та консультацій, обґрунтування доцільності використання індивідуальних або групових форм корекційно-розвивальної роботи в тих чи інших ситуаціях [9, с. 57].

Метою даної роботи є розробка психологічної технології розвитку культури професійного спілкування державних службовців на основі окресленої вище структури.

Інформаційно-смісловий компонент технології розвитку культури професійного спілкування державних службовців. Усі роботи, присвячені даній проблематиці, можна умовно поділити на дві групи.

До першої групи можна віднести праці вітчизняних та зарубіжних вчених з проблем культури: Д. Беррі, В.С. Біблера, В.П. Большакова, П. Гуревича, П. Дасена, М. Кагана, А. Карміна, К. Клакхольна, А. Кребера, Р. Лінтона, Е. Маркаряна, В. Межуєва, А. Пуртинга, Ю. Резника, М. Сегалла, П. Сорокіна та ін. Даними дослідниками виокремлено та (або) розроблено підходи до вивчення культури, які в наших попередніх публікаціях

співвіднесено з певними видами культури: культурою мегасистем, культурою макросистем, культурою мікросистем та культурою особистості [10]. Зокрема, культура професійної групи як мікросистеми співвідноситься з діяльнісним, дидактичним та компетентістним підходами до її вивчення. Професійна культура як культура особистості співвідноситься з акмеологічним, психологічним та особистісним підходами до її вивчення.

Друга група представлена дослідженнями культури спілкування, здійсненими І. Береговою, О. Корніякою, Л. Мітіною, Н. Мітровою, А. Мудриком, М. Обозовим, Т. Самоходкіною, Ю. Суховершиною, Т. Чмут, Є. Шевцовою, Є. Шишовою та ін. На основі аналізу робіт означених дослідників ми виокремлюємо культуру спілкування як інваріант базової психологічної культури особистості та культуру професійного спілкування як інваріант професійної психологічної культури.

Інтегруючи діяльнісний, дидактичний та компетентістний підходи, культуру професійного спілкування як інваріант професійної психологічної культури у широкому розумінні поняття ми визначаємо наступним чином – це якісні характеристики комунікативної діяльності певної професійної групи, що формуються в процесі професіогенезу і відповідають визначеним компетенціям у спілкуванні та взаємодії.

Інтегруючи акмеологічний, особистісний та психологічний підходи, культуру професійного спілкування як інваріант професійної психологічної культури у вузькому розумінні поняття ми визначаємо наступними чином – це сутнісна інтегральна характеристика фахівця, що являє собою комплекс психологічних характеристик особистості, які забезпечують ефективність його самореалізації у професійному спілкуванні при збереженні внутрішнього психологічного комфорту.

До третьої групи відносяться роботи Л. Абрамової, О. Акимової, Г. Бірюкової, О. Давидової, О. Запорожець, М. Калашникова, Л. Комарової, І. Лотової, Л. Михайлець, Є. Охотського, М. Панової, О. Приходько та ін., якими досліджено певні сутнісні характеристики культури професійного спілкування державних службовців.

Існує ряд характеристик, специфічних виключно для професійного спілкування державних службовців: 1) наявність двох сфер професійного спілкування: внутрішньоорганізаційної та позаорганізаційної; 2) використання специфічних форм спілкування; 3) визначені (у тому числі і на

законодавчому рівні) особливості мовного етикету (зокрема, використання державної мови). Дані особливості відбиваються у змістовних характеристиках культури професійного спілкування державних службовців.

Поняття «культура професійного спілкування державних службовців» може використовуватися у широкому значенні як культура професійної групи та вузькому значенні як культура особистості. Культура професійного спілкування державних службовців у широкому значенні поняття співвідноситься з діяльнісним, дидактичним та компетентістним підходами. На основі інтеграції діяльнісного, дидактичного та компетентістного підходів культуру професійного спілкування державних службовців як інваріант професійної психологічної культури державних службовців у широкому розумінні поняття ми визначили наступним чином – це якісні характеристики комунікативної діяльності державних службовців як професійної групи, що формуються в процесі професіогенезу і відповідають компетенціям державних службовців у спілкуванні та взаємодії.

Культура професійного спілкування державних службовців у вузькому значенні поняття співвідноситься з акмеологічним, психологічним та особистісним підходами. На основі інтеграції акмеологічного, особистісного та психологічного підходів культуру професійного спілкування державних службовців як інваріант професійної психологічної культури державних службовців у вузькому розумінні поняття ми визначили наступними чином – це сутнісна інтегральна характеристика особистості, що являє собою комплекс психологічних характеристик фахівця, які забезпечують ефективність самореалізації фахівця у професійному спілкуванні при збереженні внутрішнього психологічного комфорту.

Наведений перелік не вичерпує усіх підходів до тлумачення поняття «культура професійного спілкування державних службовців», проте задає різні системи відліку для розуміння культури професійного спілкування державних службовців.

Побудова моделі культури професійного спілкування державних службовців потребує визначення її аспектів, що може бути зроблено за різними підставами. Найбільш поширеним і експериментально виправданим є застосування функціонально-структурного підходу, що передбачає виділення функціональних та структурних аспектів системи.

На основі аналізу та узагальнення функцій державної служби, професійної культури, професійної психологічної культури та культури професійного спілкування державних службовців ми виділили наступні функціональні аспекти культури професійного спілкування державних службовців: 1) перцептивно-аналітичний; 2) трансляційно-публічний; 3) управлінсько-координаційний; 4) особистісно-професійного саморозвитку.

Перцептивно-аналітичний аспект культури професійного спілкування державних службовців забезпечує розбудову концептуальної моделі соціономічної професійної діяльності державного службовця, детерміновану сприйняттям іншої людини та себе як суб'єктів професійного спілкування та регулюючи на цій основі вибір поведінкових стратегій і комунікативних дій в процесі спілкування. Трансляційно-публічний аспект культури професійного спілкування державних службовців забезпечує передачу інформації як між співробітниками державної установи, так і між державними службовцями та громадянами. Управлінсько-координаційний аспект культури професійного спілкування державних службовців полягає в організації та регулюванні процесу професійного спілкування, стимулюванні до нього інших суб'єктів спілкування, побудові та корекції стосунків з колегами, розв'язанні конфліктів та конфліктних ситуацій тощо. Аспект особистісно-професійного саморозвитку культури професійного спілкування державних службовців передбачає безперервний процес цілеспрямованого розкриття державним службовцем свого особистісно-професійного потенціалу, що впливає на професійну спілкування в цілому.

На основі аналізу та узагальнення структурних компонентів професійної культури державних службовців, професійної психологічної культури державних службовців та культури професійного спілкування державних службовців нами виділено наступні структурні компоненти культури професійного спілкування державних службовців: 1) комунікативну готовність державних службовців до професійного спілкування (як сукупність мотивів, установок, цінностей державних, інтегрованих у їх професійній самосвідомості службовців, щодо професійного спілкування); 2) комунікативну підготовленість державних службовців до професійного спілкування, що утворюється комунікативною грамотністю («ази» культури професійного спілкування, оволодіння психологічними знаннями, вміннями,

навичками тощо) та компетентністю (ефективне застосування знань, умінь, навичок для рішення практичної діяльності); 3) акмеологічні інваріанти професіоналізму особистості державного службовця у професійному спілкуванні (як комунікативні здібності, що стали особистісно-професійними якостями).

Функціональні компоненти культури професійного спілкування державних службовців знаходяться у нерозривній єдності з її структурними аспектами. Функціональні аспекти культури професійного спілкування державних службовців мають ідентичні структурні особливості. Означені функціонально-структурні особливості культури професійного спілкування державних службовців покладено в основу розробки діагностичного компоненту технології розвитку культури професійного спілкування державних службовців.

Діагностичний компонент технології розвитку культури професійного спілкування державних службовців. Функціонально-структурні особливості культури професійного спілкування покладено нами в основу розробки методики психодіагностики культури професійного спілкування державних службовців.

Методом, який, на нашу думку, найоптимальніше дозволяє діагностувати особливості культури професійного спілкування державних службовців, є популярний нині метод case-study або метод конкретних ситуацій. Так звані «кейси», «зазвичай підготовлені у письмовій формі і складені виходячи з досвіду реальних людей» [1]. Отже, метод case-study дає можливість змодельовати найрізноманітніші ситуації професійного спілкування державних службовців.

Зазначимо, що описані нами ситуації професійного спілкування державних службовців відносяться до категорії ускладнених, тобто таких, в яких державний службовець стикається з певними труднощами, необхідністю вирішувати комунікативні проблеми. Усі складені нами кейси є узагальненими версіями реальних ситуацій професійного спілкування державних службовців, свідком яких автор була сама або дізналася безпосередньо від державних службовців під час просвітницької та консультативної роботи з ними.

За нашою ідеєю, ситуації професійного спілкування державних службовців пропорційно представляють усі функціональні аспекти культури

професійного спілкування державних службовців, тобто розподілені на чотири діагностичні блоки: 1) перцептивно-аналітичний; 2) трансляційно-публічний; 3) управлінсько-координаційний; 4) особистісно-професійного саморозвитку. У кожному блоці міститься по 8 ситуацій, 4 з яких відбивають досвід внутрішньоорганізаційного спілкування державних службовців з колегами (державний службовець – керівник та державний службовець – колега, рівний за професійним статусом), а 4 ситуації – досвід позаорганізаційного спілкування (державний службовець – відвідувачі). Враховуючи значну кількість ситуацій для аналізу, кожен блок ситуацій представлено нами у вигляді окремої методики. Ми залишили наскрізну нумерацію ситуацій у всіх методиках для полегшення їх диференціації.

У методиці з діагностики перцептивно-аналітичного аспекту культури професійного спілкування державних службовців представлені ситуації ускладненого професійного спілкування державних службовців з колегами та відвідувачами, розв’язання яких передбачає перцептивно-аналітичну активність комунікатора із застосуванням основних механізмів та ефектів соціальної перцепції (емпатії, ідентифікації, рефлексії, ефекту первинності тощо).

У методиці з діагностики трансляційно-публічного аспекту культури професійного спілкування державних службовців представлені ситуації ускладненого професійного спілкування державних службовців з колегами та відвідувачами, розв’язання яких передбачає трансляційно-публічну активність комунікатора: виступи перед аудиторією, комунікацію на засіданнях, інструктажі щодо професійних завдань, спілкування по телефону тощо.

У методиці з діагностики управлінсько-координаційного аспекту культури професійного спілкування державних службовців представлені ситуації ускладненого професійного спілкування державних службовців з колегами та відвідувачами, визначення специфіки вирішення яких дозволяє продіагностувати управлінсько-координаційний аспект культури професійного спілкування державних службовців: організацію взаємодії з колегами та відвідувачами, розв’язання конфліктних ситуацій, реагування на критику та образи тощо.

У методиці з діагностики особистісно-професійного саморозвитку як аспекту культури професійного спілкування державних службовців представлені ситуації ускладненого професійного спілкування державних

службовців з колегами та відвідувачами, розв'язання яких передбачає особистісно-професійний саморозвиток державного службовця: читання літератури з питань ефективної комунікації, участь у різноманітних тренінгах та конкурсах, вивчення іноземних мов та розширення словникового запасу тощо.

Якщо зміст ситуацій професійного спілкування державних службовців визначається його функціональними аспектами, то оцінка досліджуваним кожної ситуації професійного спілкування відбиває структурні компоненти культури професійного спілкування державних службовців і здійснюється за трьома напрямками: 1) комунікативна готовність державних службовців до професійного спілкування; 2) комунікативна підготовленість державних службовців до професійного спілкування; 3) акмеологічні інваріанти професіоналізму особистості державного службовця у професійному спілкуванні.

Розпочинати аналіз ситуації професійного спілкування раціональніше з комунікативної підготовленості державних службовців до професійного спілкування. Для цього першим запитанням до будь-якої ситуації стоїть наступне: «Що, на Вашу думку, слід сказати (зробити) в такій ситуації? Що, зазвичай, в такій ситуації говорите (робите) Ви?». Необхідність подвійного формулювання запитання продиктована поширеною неузгодженістю комунікативної грамотності державних службовців (знання про те, як слід вчиняти в певній ситуації) з їх комунікативною компетентністю (реальні комунікативні дії в аналогічній ситуації). До кожного подвійного запитання пропонуються кілька варіантів відповідей. Диференціація та бальне оцінювання даних відповідей базується на теоретичних та практичних розробках теорії комунікації.

Для діагностики комунікативної готовності державних службовців до професійного спілкування другим запитанням до кожної ситуації стоїть наступне: «Чому Ви так вчиняєте?». Комунікативна готовність державних службовців до професійного спілкування в методиці оцінюється за наступними видами спрямованості, виділеними С. Братченко: діалогічною, авторитарною, маніпулятивною, альтероцентриською, індіферентною, конформною, представленими у 6 варіантах відповідей до питання. При формулюванні варіантів відповідей до питання «Чому Ви так вчиняєте?» ми спиралися на

опитувальник методики «Діагностика основних видів спрямованості особистості у спілкуванні» С. Братченка [2]. Як зазначалося вище, 6 видів комунікативної спрямованості можуть бути розділені на три категорії: конструктивні (діалогічна та альтероцентриська), нейтральні (конформна та індиферентна), неконструктивні (авторитарна та маніпулятивна).

Нарешті, акмеологічні інваріанти професіоналізму особистості державного службовця у професійному спілкуванні у методиці представлені певними особистісними характеристиками, притаманність яких досліджуваний самооцінює в тій або іншій ситуації професійного спілкування.

Відповідно до означених положень нами було розроблено інструкцію, яка є ідентичною для всіх чотирьох методик.

Інструкція. Нижче описані ситуації професійного спілкування державних службовців з колегами та відвідувачами. До кожної ситуації пропонується чотири питання:

- «Що, на Вашу думку, слід сказати (зробити) в такій ситуації»;
- «Що в такій ситуації говорите (робите) Ви?»;
- «Чому Ви так вчиняєте?»;
- «Оцініть притаманність Вам означених характеристик в конкретній ситуації спілкування».

Оберіть той варіант відповіді до кожного питання, який найбільше відповідає Вашому досвіду та уявленням про себе.

Наведемо приклади завдань з різних методик, спрямованих на діагностику різних функціональних аспектів культури професійного спілкування державних службовців з колегами та відвідувачами.

Методика діагностики перцептивно-аналітичного аспекту культури професійного спілкування державних службовців

Ситуація 1. «Ваш колега перебуває на робочому місці в незвично сумному та мовчазному стані вже кілька днів поспіль».

Запитання 1.1.

1.1.1. Що, на Вашу думку, слід сказати (зробити) в такій ситуації?

1.1.2. Що в такій ситуації говорите (робите) Ви?

Варіанти відповідей:

- а) не зважатиму на стан колеги;
- б) намагаюся зрозуміти причину такого стану колеги безпосередньо у нього або через інших людей;

- в) запитую колегу, чим я можу йому допомогти, і надаю свою підтримку.

Запитання 1.2.

Чому Ви так вчиняєте?

Варіанти відповідей:

- а) я ціную тактовне та чуйне ставлення людей один до одного;
- б) я не хочу, щоб емоційні проблеми колег створювали мені проблеми;
- в) я вважаю, що будь-яка людина може потрапити у такі стани;
- г) я поважаю почуття інших людей;
- д) емоційні стани працівників не повинні заважати роботі;
- е) сподіваюся на розуміння з боку колеги, коли я знаходитимусь в негативному емоційному стані.

Запитання 1.3.

Оцініть притаманність Вам означених нижче характеристик в даній ситуації спілкування.

№	Характеристики	Відповіді		
		а) непритаманна зовсім	б) притаманна частково	в) актуальна значною мірою
1.3.1.	Чуйність			
1.3.2.	Доброзичливість			
1.3.3.	Толерантність			
1.3.4.	Неагресивність			
1.3.5.	Щирість			

Методика діагностики трансляційно-публічного аспекту культури професійного спілкування державних службовців

Ситуація 9. «Співробітник, який нещодавно почав працювати у Вашому відділі, попросив Вас проконсультувати його щодо оформлення звітної документації, підготовкою якої раніше займалися саме Ви».

Запитання 9.1.

9.1.1. Що, на Вашу думку, слід сказати (зробити) в такій ситуації?

9.1.2. Що в такій ситуації скажете (зробите) Ви?

Варіанти відповідей:

- а) поділюся з колегою власним досвідом та відповім на всі питання, що його цікавлять;
- б) знайду привід відмовитися і не консультуватиму колегу;
- в) пораджу, яку законодавчу базу та допоміжну літературу можна застосувати при виконанні даної роботи.

Запитання 9.2. Чому Ви так вчиняєте?

Варіанти відповідей:

- а) я намагаюся займати у спілкуванні позицію, яка максимально відповідає інтересам обох сторін;
- б) я вважаю, що кожний повинен виконувати свою роботу;
- в) це допоможе мені краще розкритися самому;
- г) я хочу, щоб колеги цінували мою незамінність;
- д) я не можу відмовити колезі;
- е) я прагну допомогти колезі.

Запитання 9.3. Оцініть притаманність Вам означених нижче характеристик в даній ситуації спілкування.

№	Характеристики	Відповіді		
		а) непритаманна (ий) зовсім	б) притаманна (ий) частково	в) актуальна (ий) значною мірою
9.3.1.	психологічний такт			
9.3.2.	зацікавленість у спілкуванні			
9.3.3.	відкритість			
9.3.4.	комунікативна активність			
9.3.5.	комунікативна гнучкість			

Методика діагностики управлінсько-координаційного аспекту культури професійного спілкування державних службовців

Ситуація 17. «Ваш колега не встиг до спільно визначеного терміну підготувати ту частину з пакету документів, за яку він відповідав. Ви свої зобов'язання виконали вчасно».

Запитання 17.1.

- 17.1.1. Що, на Вашу думку, слід сказати (зробити) в такій ситуації?
- 17.1.2. Що в такій ситуації говорите (робите) Ви?

Варіанти відповідей:

- а) інформую керівника про причини неготовності пакету документів;
- б) звертаюся до колег з проханням розподілити між собою документи, яких не вистачає, і терміново завершити їх підготовку;
- в) терміново починаю займатися підготовкою документів, яких не вистачає.

Запитання 17.2. Чому Ви так вчиняєте?

Варіанти відповідей:

- а) результативність професійної діяльності не повинна страждати ні за яких обставин;
- б) намагаюся не загострювати стосунки з колегами;
- в) я намагаюся займати у спілкуванні позицію, яка максимально відповідає інтересам обох сторін;
- г) хочу, щоб колеги вважали мене чуйною людиною;
- д) проблеми колеги не повинні створювати проблеми для мене;
- е) я розумію, що скоріше за все ця ситуація склалася через те, що у колеги виникли якісь життєві проблеми.

Запитання 17.3. Оцініть притаманність Вам означених нижче характеристик в даній ситуації спілкування.

№	Характеристики	Відповіді		
		а) непридатна зовсім	б) притаманна частково	в) актуальна значною мірою
17.3.1.	Справедливість			
17.3.2.	Безконфліктність			
17.3.3.	Рішучість			
17.3.4.	Чесність			
17.3.5.	Розважливість			

Методика діагностики особистісно-професійного саморозвитку як функціонального аспекту культури професійного спілкування державних службовців

Ситуація 25. «При спілкуванні з колегою Ви неочікувано емоційно прореагували на його коментар щодо невпорядкованості речей на Вашому робочому місці».

Запитання 25.1.

- 25.1.1. Що, на Вашу думку, слід сказати (зробити) в такій ситуації?
- 25.1.2. Що в такій ситуації говорите (робите) Ви?

Варіанти відповідей:

- а) замислююся над словами колеги та причиною гострої емоційної реакції з мого боку;
- б) критично ставлюся до слів колеги та уникаю подальшого спілкування з цією людиною;

в) оптимізую організацію свого робочого місця з розумінням власних потреб та працюватиму над підвищенням емоційної стабільності.

Запитання 25.2. Чому Ви так вчиняєте?

Варіанти відповідей:

- а) я піклуюся про емоційний стан співрозмовників, спілкуючись з ними;
- б) я хочу, щоб колега змінила свою точку зору;
- в) мені здається, що точка зору кожної людини має право на існування;
- г) для мене найважливіше, що я про себе думаю;
- д) я вважаю, що будь-яка критика конструктивна, якщо вона сприяє підвищенню ефективності професійної діяльності;
- е) на мою думку, співрозмовники повинні бути коректними по відношенню один до одного;

Запитання 25.3. Оцініть притаманність Вам означених нижче характеристик в даній ситуації спілкування.

№	Характеристики	Відповіді		
		а) непритаманна зовсім	б) притаманна частково	в) актуальна значною мірою
25.3.1.	Впевненість у собі			
25.3.2.	Відповідальність			
25.3.3.	Допитливість			
25.3.4.	Самостійність			
25.3.5.	Рефлексивність			

Обробка методик дозволяє визначити рівні розвитку перцептивно-аналітичного, трансляційно-публічного, управлінсько-координаційного та особистісно-професійного саморозвитку як аспектів культури професійного спілкування державних службовців, а також рівні розвитку комунікативної готовності державних службовців до професійного спілкування, комунікативної підготовленості державних службовців до професійного спілкування та акмеологічних інваріантів професіоналізму особистості державного службовця у професійному спілкуванні як структурних компонентів функціональних аспектів культури професійного спілкування державних службовців. У свою чергу, додавання загальних балів, отриманих за кожною методикою, дозволяє визначити бали за інтегральною шкалою «Культура професійного спілкування державних службовців».

Корекційно-розвивальний компонент технології розвитку культури професійного спілкування державних службовців.
Функціонально-структурні особливості культури професійного спілкування

також покладено нами в основу корекційно-розвивальної технології розвитку культури професійного спілкування державних службовців.

Програма розвитку культури професійного спілкування державних службовців складається з 32 занять, які розподілені на 4 блоки відповідно до функціональних аспектів культури професійного спілкування державних службовців: 1) перцептивно-аналітичний; 2) трансляційно-публічний; 3) управлінсько-координаційний; 4) особистісно-професійного саморозвитку. Ідентично до психодіагностичних методик кожний блок складається з 8 занять, 4 з яких спрямовані на розвиток культури професійного спілкування державних службовців у сфері «державний службовець – колеги», а 4 заняття – розвиток культури професійного спілкування державних службовців у сфері «державний службовець – відвідувачі».

В кожному занятті представлені завдання з розвитку структурних компонентів функціональних аспектів культури професійного спілкування державних службовців: 1) комунікативної готовності державних службовців до професійного спілкування (2 вправа); 2) комунікативної підготовленості державних службовців до професійного спілкування (3 та 4 вправи); 3) акмеологічних інваріантів професіоналізму особистості державного службовця у професійному спілкуванні (5 вправа).

Наведемо по одному прикладу занять з окремих блоків завдань, спрямованих на розвиток різних функціональних аспектів культури професійного спілкування державних службовців.

Блок занять з розвитку перцептивно-аналітичного аспекту культури професійного спілкування державних службовців

Заняття 1

Вправа 1. Самопрезентація

Члени групи сідають у коло та замислюються, що у їх характеру є найважливішим, найістотнішим. Після цього по колу, починаючи з учасника, що сидить ліворуч від тренера, члени групи починають представлятися іншим. Спочатку вони називають своє ім'я, а потім говорять кілька слів про себе, про свої найістотніші якості. Після самопрезентацій учасники діляться своїми враженнями.

Вправа 2. Установки

Члени тренінгової групи записують на окремих аркушах паперу чинники, які заважають адекватному сприйманню і розумінню своїх колег.

Тренер складає з цих записів загальний список, який записує на фліпчарті. Після цього члени групи обговорюють складений список та висувають пропозиції щодо можливості нівелювання означених чинників.

Вправа 3. Питання 1

Тренер надає учасникам тренінгу інформацію з наступних питань:

1. Сутність та різновиди соціальної перцепції.
2. Психологічні основи та закономірності розуміння співрозмовників.
3. Соціальна перцепція у структурі спілкування державного службовця.

Вправа 4. Зрозумій мене

Учасники тренінгової групи по черзі розповідають різні випадки зі свого життя, акцентуючи свою увагу на подіях і намагаючись уникати опису своїх почуттів та емоцій. Членам тренінгової групи необхідно визначити, які почуття та емоцій відчувала людина в описаній ситуації.

Вправа 5. «Відео»

Члени тренінгової групи за допомогою соціальної мережі YouTube підбирають нетривалі за часом відео (2-3 хв), які, на думку виконавця завдання, викликають найбільш сильне співчуття героям сюжету. Після цього група переглядає усі підібрані відео та аналізує їх за наступною схемою:

- 1) зміст та герої відео;
- 2) чинники виникнення емпатії до героя (героїв) відео;
- 3) можливі шляхи допомоги герою (героям) відео.

Вправа 6. Переможна [3, с. 80].

Кожний учасник отримує повітряну кульку і починає надувати її. Той, у кого кулька лопне, вибуває із гри. Виграє людина, яка надула найбільшу кульку. Після закінчення гри відбувається обговорення її результатів, причин перемоги та поразки членів групи.

Блок занять з розвитку трансляційно-публічного аспекту культури професійного спілкування державних службовців.

Заняття 9

Вправа 1. «Привабливий Петро» [5, с. 129].

Учасники займають місце в колі. Тренер пропонує кожному учаснику по черзі назвати своє ім'я та прикметник, який його характеризує. Прикметник повинен починатися з тієї самої літери, що й ім'я, наприклад, «привабливий Петро». Коли закінчить перший член групи, завданням другого буде назвати себе та повторити попереднє ім'я та прикметник. Далі

завдання переходить до третьої людини і так по черзі до всіх учасників. Останній учасник повинен назвати імена та риси усіх членів групи.

Вправа 2. «Корони»

Члени тренінгової групи записують мотиви, які можуть спонукати державних службовців до спілкування з колегами. Тренер записує ці мотиви на «корунах», які потім одягає на голову кожному члену групи таким чином, щоб кожний отримав чужий варіант. Учасникам тренінгу дається завдання спілкуватися з іншими, виходячи з того мотиву, який зазначений на «короні». Після цього члени групи обговорюють різні мотиви професійного спілкування державних службовців, поділяючи їх на конструктивні та неконструктивні.

Вправа 3. «Питання 9»

Тренер надає учасникам тренінгу інформацію з наступних питань:

1. Вербальні та невербальні засоби спілкування.
2. Принципи та норми вербальної комунікації у спілкуванні державних службовців.
3. Принципи та норми невербальної комунікації у спілкуванні державних службовців.

Вправа 4. Розмова та простір спілкування [8, с. 669].

Учасники групи поділяються на пари. Один співрозмовник з пари починає щось розповідати другому, сидячи навпроти нього. Через деякий час за командою тренера реципієнт стає на стілець, у той час, як комунікатор залишається сидіти. Потім, навпаки, реципієнт присідає навпочіпки, а комунікатор встає зі стільця та продовжує говорити стоячи. Після цього гравці міняються ролями: комунікатор стає реципієнтом, а реципієнт – комунікатором.

На етапі обговорення доречним є аналіз почуттів та висловлювань комунікатора під час маніпуляцій реципієнта з простором спілкування.

Вправа 5. Психологічний такт

Члени групи розбиваються на пари. Один з членів групи отримує завдання розповісти іншому цікаву історію. Його співрозмовник отримує завдання впродовж розповіді висловлювати наступні коментарі: «Мені це нецікаво», «Більшої дурні я не чув» тощо, або своїм виглядом демонструвати повну незацікавленість в розмові: дивитися кудись убік, піднімати очі до лоба тощо. Це завдання у парі виконується лише раз. Після цього учасники

групи розповідають про свої враження від вправи, а також роблять висновки про роль психологічного такту у професійному спілкуванні.

Вправа 6. Спілкування без слів [8, с. 676].

Вправа відбувається мовчки. Учасники стають у два концентричних кола обличчям один до одного. Зовнішнє та внутрішнє коло рухаються у протилежні боки. Люди, що зупиняються напроти один-одного, утворюють пару. Тренер просить їх заплющити очі та поборотися руками. Знову за командою тренера утворюються нові пари, які отримують наступне завдання: покласти руки на плечі один одному, подивитися у вічі партнеру, посміхнутися та рухатися далі. Наступні завдання: помиритися руками, попрощатися за допомогою рукостискань.

Блок занять з розвитку управлінсько-координаційного аспекту культури професійного спілкування державних службовців

Заняття 17

Вправа 1. Комплімент.

Члени групи по черзі говорять щось приємне людині, яка знаходиться праворуч.

Вправа 2. Ситуації [11, с. 203-204].

Учасники групи поділяються на трійки. Члени кожної трійки шляхом жеребкування отримують ролі:

- державного службовця;
- керівника державного службовця;
- колеги державного службовця.

Після цього кожна група отримує одне з наступних завдань: 1) потрібно розіграти ситуацію знайомства з незнайомою людиною (колегою, керівником, відвідувачем тощо) у різних ситуаціях; 2) потрібно розіграти ситуацію, яка передбачає отримання чогось дуже важливого (інформації, поважного ставлення, повернення власних речей тощо) у людини (колеги, керівника, відвідувача тощо), яка не відразу схильна задовольнити це прохання; 3) потрібно розіграти ситуацію, яка передбачає вимогу (вибачитися, повернути власні речі, припинити плітки тощо) від людини (колеги, керівника, відвідувача тощо), яка не схильна її виконувати; 4) потрібно розіграти ситуацію, яка передбачає висловлювання власної образи (за плітки, за затримання важливої інформації, за пошкодження речей

тощо) іншій людині (колезі, керівнику, відвідувачу тощо), яка має іншу точку зору. Після того, як усі підгрупи продемонструють виконання завдання, тренер пропонує учасникам обговорити вплив мотиваційної складової професійного спілкування на його характеристики.

Вправа 3. «Питання 17»

Тренер надає учасникам тренінгу інформацію з наступних питань:

1. Управлінсько-координаційна функція культури професійного спілкування державних службовців.
2. Стратегії взаємодії у професійному спілкуванні державних службовців.
3. Попередження та розв'язання конфліктів у професійному спілкуванні державних службовців.

Вправа 4. Завдання

Члени тренінгової групи поділяються на пари та виконують наступне завдання. Одна людина з пари, виконуючи роль підлеглого, приходить до керівника (цю роль виконує друга людина з пари) і просить достроково надати відпустку. «Керівник» має переконати «підлеглого» відмовитися від цієї ідеї. Потім утворюються нові пари, які повторюють виконання завдання, змінивши ролі. Після закінчення відбувається обговорення вправи: хто з пари зміг досягти своєї мети, як це йому вдалося, які виникали складності тощо?

Вправа 5. Ярмарок [4, с. 114].

Кожний член групи записує на невеличкому аркуші паперу у дві колонки свої позитивні та негативні якості, які допомагають чи заважають йому в ефективній управлінській діяльності. Цей список кожен член групи прикріплює собі на груди. Після цього кожен учасник групи по черзі пропонує обміняти свою певну позитивну якість (яку він вважає найменш потрібною) на іншу. Якщо група оцінює запропоновану гравцем якість як таку, що є йому не притаманною, то, за вимогою групи, ця якість викреслюється зі списку гравця. Гравець, зацікавлений у «придбанні» означеної якості, піднімає руку та пропонує натомість якусь свою якість (яка може знаходитися й у списку негативних властивостей). За умови появи декількох бажаючих «придбати» запропоновану людську якість, між цими гравцями відбувається «аукціон» – вони висувують свої пропозиції, а гравець, що є ініціатором обміну, вирішує, з ким здійснити обмін. Після того, як усі учасники вправи виступлять з пропозиціями щодо обміну,

відбувається обговорення позитивних та негативних якостей, занесених у список кожного учасника аукціону.

Вправа 6. Я давно хотів тобі сказати...

Усі члени групи утворюють два кола: зовнішнє та внутрішнє, стоячи обличчям один до одного. Люди, які стоять напроти один до одного, утворюють пару. Перший член пари говорить щось приємне партнеру, починаючи зі слів «Я давно хотів тобі сказати...». Потім партнери міняються ролями, після чого роблять крок праворуч і утворюють нові пари.

Блок занять з розвитку особистісно-професійного саморозвитку як аспекту культури професійного спілкування державних службовців

Заняття 25

Вправа 1. Мої переваги

Члени тренінгової групи по черзі називають три своїх сильних сторони у професійному спілкуванні.

Вправа 2. Мої недоліки

Члени тренінгової групи по черзі називають свою слабку сторону у професійному спілкуванні та наводять приклад, коли зазначена особливість не дозволила досягти бажаного результату у професійному спілкуванні.

Вправа 3. «Питання 25»

Тренер надає учасникам тренінгу інформацію з наступних питань:

1. Особистісно-професійний саморозвиток як функція культури професійного спілкування державних службовців.
2. Розвиток культури професійного спілкування державних службовців як завдання безперервної освіти.
3. Індивідуальна освітня траєкторія розвитку державних службовців у професійному спілкуванні.

Вправа 4. Ідеальні та оптимальні рішення

Спочатку члени тренінгової групи визначають ідеальні умови розвитку комунікативної компетенції, якої їм бракує у професійному спілкуванні (див. вправу 2): час, необхідний для її розвитку, методичне забезпечення, кураторство тощо. Після обговорення визначених ідеальних умов група переходить до визначення оптимальних умов розвитку тієї ж комунікативної компетенції. Наголос робиться на тому, що за неможливості розвиватися через нереалістичність виконання ідеальних умов, альтернативою є розвиток з дотриманням оптимальних умов.

Вправа 5. «Автоматична думка»

Тренер розповідає учасникам тренінгової групи реальну ситуацію професійного спілкування державних службовців. Завдання членам тренінгової групи: слідкувати за своїми автоматичними думками, які приходять в голову під час розповіді тренера. Після цього члени групи аналізують свої автоматичні думки (зміст, зв'язок з досвідом, відношення тощо).

Вправа 6. Формули

Учасники групи знайомляться з формулою, промовляння якої є бажаною у складних ситуаціях професійного спілкування. Проголошення формул необов'язково повинно бути точним до тексту, можна робити деякі індивідуальні варіації і відступи у виборі стилю формули, слів, тривалості фраз тощо. Важливо чітко формулювати самонаказ, наприклад: «Я вірю в те, що...», «Я усе можу...». Формулу самонавіювання необхідно повторювати кілька разів. Можна експериментувати з інтонацією та темпом промовляння.

На основі всього вищевикладеного можна зробити наступні висновки. По-перше, функціональними аспектами культури професійного спілкування державних службовців є наступні: 1) перцептивно-аналітичний; 2) трансляційно-публічний; 3) управлінсько-координаційний; 4) особистісно-професійного саморозвитку. Структурними компонентами культури професійного спілкування державних службовців є наступні: 1) комунікативна готовність державних службовців до професійного; 2) комунікативна підготовленість державних службовців до професійного спілкування, що утворюється психологічною грамотністю та компетентністю; 3) акмеологічні інваріанти професіоналізму особистості державного службовця у професійному спілкуванні. По-друге, функціонально-структурні особливості культури професійного спілкування державних службовців покладено в основу розробки діагностичного компоненту технології розвитку культури професійного спілкування державних службовців. Ситуації професійного спілкування державних службовців пропорційно представляють усі функціональні аспекти культури професійного спілкування державних службовців, тобто розподілені на чотири діагностичні блоки. У кожному блоці міститься по 8 ситуацій, 4 з яких відбивають досвід внутрішньоорганізаційного спілкування державних службовців з колегами, а 4 ситуації – досвід позаорганізаційного спілкування. Оцінка досліджуваним кожної ситуації професійного спілкування відбиває структурні компоненти культури

професійного спілкування державних службовців. По-третє, функціонально-структурні особливості культури професійного спілкування є основою корекційно-розвивальної технології розвитку культури професійного спілкування державних службовців, яка складається з 32 занять, розподілених на 4 блоки відповідно до функціональних аспектів культури професійного спілкування державних службовців. В кожному занятті представлені завдання з розвитку структурних компонентів функціональних аспектів культури професійного спілкування державних службовців.

Список використаних джерел

1. Біскуп В. С. Застосування методу аналіз ситуацій в інтерактивних формах навчання. URL: http://www.sau.kiev.ua/docs/conference_internet08/v.s.biskup.doc (дата звернення: 20.03.2019).
2. Братченко С. Л. Диагностика личностно-развивающего потенциала: Методическое пособие для школьных психологов. Псков: ПОИПКРО, 1997. 68 с.
3. Вагапова Д. Х. Риторика в интеллектуальных играх и тренингах. М.: Цитадель, 1999. 460 с.
4. Долинська Л. В., Улунова Г. Є. Ускладнене спілкування в учнів шкіл-інтернатів: навчально-методичний посібник. К.: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2005. 119 с.
5. Інтерактивні методи навчання: навчальний посібник / за ред. П. Шевчука та П. Венриха. Шецін: Вид-во WSAP, 2005. 170 с.
6. Козлова А. А. Психотехнологии как средство формирования субъектной позиции клиента системы профконсультирования: дис. канд. психол. наук: 19.00.13. М., 2002. 216 с.
7. Панок В. Г. До побудови теоретичних засад української практичної психології. *Проблеми розвиваючого навчання*: матер. I та II Міжнар. конф. / за ред. академіка С. Д. Максименка. К., 1997. С. 344-351.
8. Столяренко Л. Д. Основы психологии. Ростов н/Д.: Феникс, 1997. 736 с.
9. Технології роботи організаційних психологів: навч. посіб. для студентів вищ. навч. закладів та слухачів ін-тів післядиплом. освіти / за наук. ред. Л. М. Карамушки. К.: Фірма «Інкос», 2005. 366 с.
10. Улунова Г. Є. Підходи до вивчення професійної культури у психології. *Особистість у просторі культури* : матеріали III Севастопольського міжнародного науково-практичного симпозиуму (17 вересня 2011 р.) / за ред. Г. О. Балла, О. Б. Бовть. Севастополь: Рібест, 2011. С. 167-169.
11. Федорчук В. М. Розвиток комунікативної компетентності викладача. Соціально-психологічний тренінг: навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський: Абетка-НОВА, 2003. 240 с.

ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ СУБ'ЄКТОГЕНЕЗИ ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ

Євдокимова Н. О.

Професійна суб'єктогенеза здобувачів вищої освіти полягає у набутті зрілості суб'єктних характеристик у фізіології, пізнанні, професії, моральності. Для суб'єкта на цій стадії суб'єктогенези першочергового значення набуває його свідомість (світогляд, смислова система, ставлення до праці, інших людей). Актуалізація і розвиток здібностей здійснюється через досконале пізнання і проби себе у практичній професійній діяльності, сексуальних і сімейних відносинах. Досягається внутрішня визначеність, цілісність суб'єкта, пік його психічної активності, що зумовлює прагнення людини братися за значні справи і звершення, й водночас тільки починається формування людини як суб'єкта власної професійної діяльності.

Оволодіваючи професією на основі свідомого самопокладання та усвідомленого мотиваційного вибору, суб'єкт вчиться самостійно знаходити необхідні засоби, свідомо підпорядковувати їх вибір поставленій меті, зважено приймати рішення, послідовно їх виконувати, адекватно і самокритично оцінювати результати виконання, цілеспрямовано фіксувати в індивідуальному досвіді способи і результати діяльності, перетворюючись із суб'єкта активності у цілісного суб'єкта свідомої діяльності.

Особливостями професійної суб'єктогенези здобувачів вищої освіти є: адаптація до умов навчання у закладі вищої освіти, формування особистісної готовності до здійснення навчально-професійної діяльності, формування соціокультурних запитів та інтересів, поглиблення інтересів у напрямку спеціалізації, переоцінка життєвих цінностей, планів, перспектив, становлення професійної ідентичності, формування психологічної готовності до майбутньої професійної діяльності, кар'єрних експектацій, сценаріїв життєздійснення, побудова траєкторії професійного розвитку.

Формування професійної суб'єктності здобувачів вищої освіти передбачає:

- усвідомлення правильності вибору професії;
- потребу у професійному навчанні й оволодінні професією;

- чітке уявлення про цілі і задачі майбутньої професійної діяльності;
- позитивне сприйняття себе у якості суб'єкта майбутньої професійної діяльності;
- емоційно-позитивне прийняття своєї належності до професійного співтовариства;
- успішне засвоєння прав і обов'язків, норм і правил майбутньої професійної діяльності;
- сформованість професійних знань, умінь, навиків, компетенцій;
- готовність до вирішення професійних задач, виконання професійних функцій;
- спрямованість на самореалізацію, саморозвиток, самоздійснення у майбутній професійній діяльності.

Реалізація зазначених умов становлення професійної суб'єктності можлива за умови оптимізації освітнього простору вишу, забезпечення якості вітчизняної освіти та ставлення до розвитку особистості професіонала як найвищої цінності суспільства. Це обумовлює пошук нових освітніх форм, технологій, засобів самореалізації здобувача вищої освіти, перетворення його у суб'єкта навчально-професійної діяльності.

Цьому сприяє організація освітнього процесу, що включає цілісні системи навчальних тренінгів.

Навчальний тренінг визначається нами як спеціально-організовані дії з моделювання навчальних ситуацій з метою формування базових понять та компетенцій на основі проблематизації індивідуального досвіду учасників.

Форма навчального тренінгу дозволяє організувати особливий специфічний освітній простір, у якому здобувачі вищої освіти (підкреслимо: група) усвідомлюють власну некомпетентність щодо вирішення ситуації чи певного класу задач, визначаються з власними обмеженнями у наявних знаннях чи компетенціях через виконання певних дій, операцій, які не дають бажаних результатів. Емоційне переживання власних обмежень спонукає здобувачів вищої освіти до колективного пошуку ефективних способів дій. Саме шляхом проб і помилок відбувається пошук альтернативних варіантів вирішення ситуації. Ефективні варіанти, котрі дають бажані результати, усвідомлюються шляхом ретроспективної рефлексії та алгоритмізуються. Це дозволяє здобувачам вищої освіти у подальших аналогічних навчальних

ситуаціях швидко адаптуватись та вирішити поставлені завдання. Проекція навчальної ситуації та власних дій у певну реальність допомагає їм усвідомити власну компетентність, а при повторях певних способів дій в інших ситуаціях – набути неусвідомленої компетентності, що дозволяє у подальшій професійній діяльності швидко адаптуватись до ситуації (проблемної чи взагалі невизначеної) та вирішити поставлені завдання завдяки сформованому репертуару способів дій.

Процес колективної мислєдїяльності у навчальному тренінгу дозволяє включити в освітню діяльність всіх (без винятку) здобувачів вищої освіти, спрямувати їх зусилля у конструктивне русло, що, безумовно, детермінує їх подальший розвиток, їх якісну зміну, підвищення мотивації до навчання та пізнання нового. Такий метод втягує учасників у процес навчання, а сам процес навчання стає легшим і цікавішим, що досягається завдяки впровадженню партисипаторного підходу до навчального тренінгу.

Нагадаємо, що партисипаторний підхід до тренінгу (навчання через справу) базується на впевненості у тому, що здобувачі вищої освіти ефективніше вчаться, коли цінуються їх власні знання та спроможність щось зробити, а також, коли вони можуть поділитися своїми думками, поглядами, враженнями та проаналізувати власний досвід у комфортному для себе середовищі. Зміст тренінгу має відповідати потребам учасників і бути прийнятним для їх досвіду.

Навчальний тренінг, створюючи ігрову реальність, знімає бар'єри на шляху креативності мислення, страх помилки (адже ситуація несправжня) і дозволяє вирішувати цілком реальні проблеми, пов'язані з майбутньою професійною діяльністю. Ігрова реальність дозволяє апробувати певні способи дій неодноразово, відкидаючи хибні та відбираючи конструктивні. Знайдені способи дій закріплюються у пам'яті на тривалий час, оскільки знання, отримані у діяльності, запам'ятовуються на 90%.

Абстрагування від конкретної ситуації та виведення законів, закономірностей дозволяють здобувачам вищої освіти класифікувати навчальні завдання за класами, відбираючи ті способи дій, що дозволяють вирішувати задачі певних класів, вільно оперувати отриманими знаннями, формулювати власні учбові задачі, стаючи дійсними суб'єктами власної навчально-професійної діяльності.

Використання навчального тренінгу як форми роботи активізує здобувачів вищої освіти як суб'єктів навчально-професійної діяльності, стимулює їх креативність, розвиває дивергентне мислення, що у подальшому сприяє створенню власної концепції й побудові траєкторії освіти впродовж життя. Переконані, що саме навчальний тренінг є тією технологією, котра дозволяє реалізувати в освітньому процесі вищої школи суб'єкт-суб'єктну взаємодію, організувати процес отримання здобувачами вищої освіти особистісних знань та компетенцій, сформувати майбутніх фахівців на сучасному рівні вимог ринку праці.

Структурно навчальний тренінг може включати такі стадії (фази):

- 1) актуалізація особистого досвіду здобувача вищої освіти;
- 2) визначення обмежень у наявних знаннях для вирішення певного навчального завдання;
- 3) колективний пошук способів дій у невизначеній ситуації;
- 4) апробація знайдених способів дій та їх демонстрація;
- 5) колективний аналіз запропонованих способів дій і формування базових понять;
- 6) закріплення ефективних способів дій та їх узагальнення;
- 7) рефлексія щодо власних способів дій та готовності до професійної практики.

Розглянемо стадії навчального тренінгу більш детально. На першій стадії у соціально-психологічній взаємодії учасників виникає особистісне переживання ними певної ситуації і таким чином задіюється емоційний інтелект до вирішення навчального завдання. На другій стадії здобувачі вищої освіти, приступивши до вирішення певного навчального завдання, приходять до розуміння, що наявних у них знань та способів дій недостатньо. Тому на третій стадії процес колективної мислєдіяльності спрямовує перетворення навчального завдання в учбову задачу, тобто детермінує процес цілепокладання в навчально-професійній діяльності. Саме на цій стадії робоча група діє як самостійний суб'єкт мислєдіяльності. Викладач, ретельно слідкуючи за роботою груп, організує та направляє їх роботу у конструктивне русло, надаючи певну інформацію, включаючи у свою роботу міні-лекції, алгоритми дій у навчальній чи професійній ситуації, здійснюючи позиційну розстановку учасників, виштовхуючи їх у різноманітні функціональні позиції: «фахівець»,

«експерт», «клієнт» тощо. Досягненням здобувачів вищої освіти на цій стадії є оволодіння певним способом дій, поняттями, виходячи з власного досвіду групової взаємодії. Подальша апробація виведених понять та знайдених способів дій допомагає сформулювати базові поняття та визначити найбільш ефективні способи дій. Як правило, закріплення ефективних способів дій відбувається при вирішенні іншого навчального завдання, котре можна віднести до типу задач, який пропонувався до засвоєння. Таким чином, у здобувачів вищої освіти формується досвід реалізації способу дій у професійних ситуаціях, психологічна готовність до професійної практики. Рефлексія здобувачів вищої освіти щодо власних способів дій та психологічної готовності до виконання професійних задач, вирішення професійної ситуації допомагає учасникам тренінгу усвідомити власні досягнення та обмеження в навчально-професійній діяльності та спрямувати власний розвиток у професійній сфері.

Важливим аспектом навчального тренінгу є організація навчальної комунікації між викладачем і групою здобувачів вищої освіти, між здобувачами вищої освіти у групі. Зазначена комунікація, як і сам тренінг, передбачає проходження певних фаз:

- 1) встановлення комунікативного контакту, що передбачає повідомлення учасникам тренінгу його тематичної спрямованості (котра задається програмою навчальної дисципліни, яка розглядається нами як окремий суб'єкт учбової діяльності), цілей та задач;
- 2) обговорення фактів, що сприяє визначенню учасниками власних обмежень та актуалізує їх особистий досвід;
- 3) обговорення емоцій, які виникли у результаті обговорення фактів, що формує смисли пошуку способів власної діяльності у навчальній ситуації;
- 4) комунікативна взаємодія, спрямована на груповий чи колективний пошук способів вирішення навчальної ситуації;
- 5) презентація групових чи колективних наробок (у цій фазі креативність виявляється найбільшою мірою);
- 6) обговорення групових чи колективних наробок, визначення їх плюсів і мінусів;
- 7) формулювання колективних понять та рішень;
- 8) вербальна рефлексія власних способів дій та отриманих знань, умінь, компетенцій;

9) зворотній зв'язок щодо організації тренінгу.

Така навчальна комунікація дозволяє викладачу і здобувачу вищої освіти виступати партнерами, вибудовувати ефективну взаємодію щодо навчальної ситуації, у котрій обидва партнери навчаються один у одного.

Першим кроком до формування суб'єктної позиції є тренінг особистісної готовності до професійної діяльності, що передбачає формування потреби бути суб'єктом, усвідомлення росту своїх можливостей, створення моделі професійної діяльності, розуміння професійного Я, самоідентифікацію у професії, підвищення адекватності та полімодальності професійного сприйняття.

Другим кроком є тренінг соціальної взаємодії, спрямований на формування вмінь взаємодіяти з колегами у процесі вирішення професійних задач, клієнтами у процесі вирішення їх проблем, розуміти наявність та сутність проблем у сфері професійного спілкування, загальних підходів до їх вирішення, формування комунікативного потенціалу здобувача вищої освіти.

Третім кроком є тренінг професійної ідентичності, спрямований на вироблення кожним учасником свого професійного стилю, усвідомлення своїх професійних можливостей, визначення шляхів професійного зростання, кар'єрних орієнтацій, формування рефлексивного ставлення до професії.

Наступним, найважливішим, кроком є професійно-психологічний тренінг, що організує рух людини у професійній компетенції, формує професійне мислення, алгоритми професійних дій у конкретних практичних ситуаціях.

Завершальним кроком є тренінг управлінських компетенцій, що дозволяє сформувати у здобувачів вищої освіти цикл управлінських умінь, соціальну компетенцію керівника, високу управлінську культуру; оволодіти ефективними методами керівництва, організації командної роботи, вміннями позитивної мотивації персоналу, його моніторингу і розвитку.

Крім того, акцентуємо, що навчальний тренінг – це, передусім, процес колективної мислєдіяльності, котрий не є сумою індивідуальних процесів мислєдіяльності, проте її результат може стати надбанням кожного учасника тренінгу.

Застосування навчальних тренінгів у практиці вишу дозволяє здобувачам вищої освіти розширити особистісний репертуар способів дій у

практичних ситуаціях, сформувати готовність до професійної діяльності. З огляду на це, вважаємо навчальний тренінг вельми перспективною психологічною технологією навчально-професійної діяльності.

Крім того, формування суб'єктних атрибутів здобувачів вищої освіти здійснюється, традиційно, засобами соціально-психологічного тренінгу.

Соціально-психологічний тренінг – це форма спеціально організованого спілкування, психологічний вплив якого базується на активних методах групової роботи. Соціально-психологічні тренінги допомагають здобувачам вищої освіти адаптуватись до навчання у закладі вищої освіти, сформувати психологічну готовність до професійної діяльності, здатність до комунікації, конфліктостійкість та стресостійкість, запобігти професійному вигоранню та професійним деформаціям у майбутньому. У ході тренінгу значно ефективніше вирішуються питання форсування суб'єктності та розвитку особистості, успішно формуються комунікативні навички. Тренінг дозволяє учасникам свідомо переглянути сформовані раніше стереотипи і вирішити свої особисті проблеми. Отже, соціально-психологічний тренінг - це запланований процес, призначений поповнити навички та знання учасників і перевірити їх ставлення, ідеї, поведінку з метою зміни та оновлення. Він містить широке коло знань, що може повністю змінити чи посилити шкалу оцінок і цінностей. У широкому змісті соціально-психологічний тренінг – це:

- пізнання себе і навколишнього світу;
- зміна свого «Я» через спілкування;
- спілкування у довірчій атмосфері і неформальній обстановці;
- ефективна форма роботи для засвоєння знань;
- інструмент для формування вмінь і навичок.

Соціально-психологічний тренінг насамперед розвиває вміння підтримувати спілкування, психологічно стимулювати активність партнера; максимально використовувати соціально-психологічні характеристики комунікативної ситуації для реалізації своєї стратегічної лінії; прогнозувати можливі шляхи розвитку комунікативної ситуації, у рамках якої розгортається спілкування; психологічно налаштовуватись на емоційний тон партнерів по спілкуванню. Завдяки створенню у групі атмосфери безпеки, терпимості, де не критикують і не засуджують, люди знаходять можливість позитивної взаємодії з іншими.

Тренінгова технологія поза реальною ситуацією дозволяє особистості побачити можливість вольового переходу з одного стану (негативного) в інший (позитивний) та натренувати цю здібність, яка потім може бути застосована до теперішніх станів та стати рисою особистості. Ця технологія може застосовуватися як у простому варіанті (багаторазові переходи від довільного негативного стану до позитивного та навпаки), так і в ускладненому (коли раніше обговорені конкретні негативні та позитивні психічні стани).

Усвідомлення неадекватності реагування у звичних ситуаціях розхитує поведінкові стереотипи учасників, формує установку на засвоєння нової інформації, знань, способів дій, моделей поведінки, поведінкових патернів, які сприяють адекватному реагуванню на ситуацію. Зміна установок, стереотипів і поведінки дозволяє перенести засвоєні у тренінгу способи дій у реальність.

Для соціально-психологічного тренінгу характерні:

- персональна актуалізація мотивів і постановка задач;
- створення оптимальної робочої напруги;
- покрокове навчання і засвоєння нового матеріалу;
- створення взірця поведінки;
- перехід імпульсивної поведінки у рефлексивну і навпаки;
- зниження особистісних психологічних бар'єрів;
- актуалізація творчого потенціалу учасників у процесі активного міжособистісного спілкування;
- підвищення соціальної сенситивності учасників;
- переважання процесу навчання над результатом;
- зворотній зв'язок у системі «Учасник – Група»;
- контроль рівня досягнень.

Навчання у соціально-психологічному тренінгу умовно зводиться до трьох рівнів: поверхового, первинної міжособистісної відвертості, глибокого особистісного саморозкриття.

На поверховому рівні відбувається орієнтування у групі, розвивається почуття симпатії й антипатії, спостерігаються поверхові взаємодії відповідно до соціальних і групових норм.

На рівні первинної міжособистісної відвертості знижуються захисні

бар'єри, відбувається часткове саморозкриття, виникає готовність до сприйняття критики, встановлюється подібність і відмінність думок, установок, підвищується соціальна сенситивність.

На рівні глибокого особистісного саморозкриття виключаються механізми самозахисту, загострюється чутливість до реакцій учасників, виявляються відхилення від морально-етичних поведінкових норм, розкриваються «Я»-концепція та «Я»-образ кожного учасника.

Психологічний зміст процесів, що протікають у соціально-психологічному тренінгу, зводиться до:

- 1) зниження егоцентричних тенденцій у поведінці учасників (зменшується багатослів'я, зростає кількість невербальних контактів, посилюється зворотній зв'язок, підвищується розуміння партнера та взаєморозуміння);
- 2) загострення соціальної сенситивності учасників (знижуються комунікативні пороги, загострюються відчуття ситуації, групових станів і процесів);
- 3) розгальмування (послаблюється дія захисних механізмів, нормативного самоконтролю, з'являється почуття захищеності і безпеки, посилюється природність поведінки, відкритість вираження почуттів, думок, відношень, активізуються особистісні потенціали);
- 4) актуалізації творчого потенціалу учасників (виростає швидкість генерування ідей, збільшується варіативність реакцій і поведінки у цілому, підвищується оригінальність вирішення проблем);
- 5) об'єктивації поведінки учасників (підвищується адекватність само- і взаємооцінки, знижується категорійність висловлювань й ускладнюються когнітивні конструкти);
- 6) розвитку самодостатності групи (з'являється взаємопідтримка, необхідність один в одному, відчуття замкненості групи);
- 7) підвищення ефективності групової роботи (зростає взаєморозуміння між учасниками, зменшуються часові витрати на організацію спільної групової роботи).

Залежно від пріоритету завдань, на які спрямований соціально-психологічний тренінг, він може набувати різних форм. Усе різноманіття цих форм умовно можна розділити на дві групи:

- 1) зорієнтовані на почуття і розвиток спеціальних навичок;

2) націлені на поглиблення досвіду аналізу певних ситуацій, наприклад, корекція, формування і розвиток установок, необхідних для успішної діяльності, розвиток здатності адекватно сприймати себе та інших людей, аналізувати ситуації групової взаємодії тощо.

Процес надбання нових навичок і досвіду здійснюється за активної участі членів групи. У практиці соціально-психологічного тренінгу емпірично виділені умови, необхідні для отримання конструктивного зворотного зв'язку, наприклад, описовий, а не оціночний характер зворотного зв'язку, його специфічність, відповідність потребам й очікуванням, реалізація його у контексті групи тощо. Окрім цього, програма психологічного супроводу передбачає групову рефлексію процесу та індивідуальну консультативну роботу з респондентами.

Основна з характеристик тренінгу – групова динаміка. У груповій динаміці можна виділити три основні рівні:

- 1) окрема особистість та її внутрішньопсихічна динаміка;
- 2) міжособистісна взаємодія учасників групи;
- 3) ситуація та динаміка групи як одного цілого.

Груповий процес охоплює три основні аспекти особистості:

- Когнітивний – отримання нової інформації про себе за допомогою постановки дослідницьких завдань, аналізу ситуації.
- Емоційний – переживання особистісної значущості отриманої інформації, проживання її, переживання та оцінювання нових знань про себе та інших; відчуття своїх неуспіхів і недоліків, переживання зниження самооцінки.
- Поведінковий – розширення поведінкового репертуару через усвідомлення неефективності деяких звичних способів поведінки.

Виділяються чотири стадії зміни поведінки учасника тренінгу: підготовка, усвідомлення, переоцінка, дія. Для ефективної роботи на стадії підготовки завжди необхідний деякий «розігрів», створення мотивації змін. Для зняття напруги на цій стадії використовуються психогімнастичні ігри з релаксаційною спрямованістю. Перехід на стадію усвідомлення відбувається завдяки когнітивним змінам. Це пов'язано з новими особливостями рефлексивних процесів. Рівень усвідомлення істотно підвищується завдяки спостереженню, протиставленню, інтерпретації можливих точок зору, позицій, способів і прийомів сприйняття і поведінки,

що обговорюються у малих групах. Через активізацію емоційної сфери та формування значущих навичок учасники приходять до усвідомленої поведінки. У спеціально сконструйованій пізнавальній діяльності відбувається активізація пасивного знання, відпрацювання отриманих раніше навичок у поєднанні з новим досвідом.

Успішне проведення тренінгу можливе завдяки:

- чіткій цільовій установці;
- акцентуванню уваги на значущості проблеми;
- обґрунтованому вибору змісту інформаційно-освітнього матеріалу відповідно до пізнавальної та методичної потреби учасників тренінгу;
- пошуковому характеру заняття;
- доброзичливості, довірі учасників групи один до одного;
- дотриманню встановлених правил.

Виходячи з певних нюансів тренінгової роботи у групі постає питання, як саме організувати процес тренінгу, які прийоми треба використовувати, щоб донести саме ту інформацію, яку планує дати тренер, тобто від чого залежить контекст тренінгу. Для розуміння цієї проблеми пропонується розглянути принципи та засади, на яких базується *тренінговий контекст*.

Мета інтерактивного процесу – зміна та покращення моделей поведінки учасників. Аналізуючи свої реакції і реакції партнера, учасник змінює свою модель поведінки та усвідомлено засвоює її, що дозволяє говорити про інтерактивні методи не тільки як про інтерактивне навчання, а і як про виховання.

Рамкові умови – для ефективного тренінгового процесу слід враховувати організаційні моменти: стан приміщення, підбір необхідного роздаткового матеріалу, час початку та закінчення, тривалість тренінгу.

Учасники – визначається цільова група, на яку спрямовано тренінг. Саме від цільової групи залежить мета, визначається зміст тренінгового процесу, відповідно до якого добираються методи тренінгу.

Оптимальною прийнято вважати групу з дванадцяти осіб. Саме за такої кількості можлива адекватна взаємодія учасників «одного з одним», а також підбір методів роботи у групі, який передбачає роботу у «двійках», «трійках», «четвірках». Недоцільно також, щоб група складалася більш, ніж з вісімнадцяти осіб, оскільки це створює проблеми зі зворотнім зв'язком.

Важливо, щоб учасники групи, які пройшли навчання за програмою тренінгу, закінчили роботу з високою мотивацією до подальшої діяльності та почуттям упевненості у собі.

Використання різноманітних технік не тільки сприяє збереженню уваги та працездатності групи, а й відображає реальні життєві ситуації. Знаючи чинники, які впливають на контекст тренінгу, можна з більшим успіхом досягти поставленої мети.

Залежно від спрямованості тренінгу він може передбачати, в одному випадку – більше акцентування на психологічних ознаках особистості, в іншому – на формуванні певних знань, умінь та навичок.

Тренінгові технології направлені на вироблення вмінь та способів дій у практичних ситуаціях. У психологічному плані це означає розвиток індивіда як суб'єкта діяльності, розширення його набору поведінкових моделей, аналогових схем і створення вмінь користуватися ними відповідно до ситуації.

В основу тренінгових технологій завжди покладена теоретична модель, яка містить нормативний опис способів дій. На основі теоретичної моделі технологічний процес розбивається на «технологічні кроки», що відповідають принципам:

- а) послідовності і наступності (кожен крок має бути логічним продовженням попереднього);
- б) циклічності (кожен крок є завершеним циклом послідовних дій);
- в) цілісності (кожен крок є необхідним на шляху досягнення кінцевої мети й отримання очікуваного результату).

На кожному кроці визначається його мета і завдання і результати учасників, а також ознаки ефективного проходження певного етапу учасниками, що і є критерієм переходу до наступного технологічного кроку. Просування учасника і його результати характеризуються також певною етапністю і послідовністю. Кожен етап є обов'язковим і не може починатися без завершення попереднього. На кожному етапі відбуваються певні зміни, що обов'язково фіксуються, бо це виступає критерієм можливого просування студента по етапах.

Соціально-психологічні тренінги: адаптаційний, лідерський, мотиваційний, конфліктологічний, антиманіпулятивний – спрямовані на

прискорення процесу адаптації здобувачів вищої освіти, формування їхньої мотиваційної сфери та професійної ідеології, розвиток комунікативних навичок у конфліктах, протистояння маніпулятивному впливу, лідерських якостей та здатностей до рефлексії, підвищення психологічної культури, поглиблення відповідальності учасників за власний професійний розвиток.

Структурно соціально-психологічний тренінг включає: постановку проблеми, актуалізацію особистого досвіду учасників, отримання ними нового досвіду через моделювання способів дій, моделей поведінки, формування поведінкових патернів, усвідомлення й обдумування нового досвіду з метою створення реального середовища, контроль рівня досягнень, зміну соціальних і професійних установок, стереотипів поведінки, що дозволяє перенести засвоєні у тренінгу способи дій у реальність.

Крім навчального та соціально-психологічного тренінгів, психотехнологіями професійної суб'єктогенези здобувачів вищої освіти є: розвивальна діагностика, психологічне консультування, моніторинг та соціальне проектування альтернативних сценаріїв соціально-професійного розвитку, організаційно-діяльнісні ігри.

Розвивальна діагностика дозволяє виявити всі особистісні і діяльнісні обмеження суб'єкта, що піддаються корекції у процесі його соціально-психологічного супроводу, розробити і реалізувати індивідуальні програми розвитку здобувачів вищої освіти.

Психологічне консультування з проблем соціально-професійного розвитку слугує орієнтації суб'єкта на індивідуальну траєкторію професійного розвитку, враховуючи його право самостійно приймати рішення щодо власного професійного становлення та нести відповідальність за наслідки цього рішення.

Моніторинг соціально-професійного розвитку дозволяє виявити параметри особистісного і професійного розвитку, котрі виступають критеріями ефективної організації професійної освіти, а за необхідності – здійснити корекцію професійного становлення.

Соціальне проектування альтернативних сценаріїв життєздійснення дозволяє суб'єкту цілеспрямовано пізнавати, прогнозувати та здійснювати своє життя відповідно до особистих цінностей та принципів, власної життєвої позиції.

Організаційно-діяльнісні ігри спрямовані на вирішення комплексних соціально-психологічних проблем, тому вони потребують консолідації зусиль усіх учасників гри. Використання у програмі організаційно-діяльнісних ігор дозволяє включати студентів у проектування соціально-психологічної інфраструктури закладу вищої освіти, залучати їх до проектування структури та змісту навчальних планів підготовки сучасного фахівця, освоєння майбутніх професійних практик. Результатом організаційно-діяльнісних ігор є зміни мотиваційної сфери здобувачів вищої освіти у бік саморозвитку як суб'єктів навчально-професійної діяльності, миследіяльності, формування нових якостей і властивостей, набуття успішності та бажання самореалізації у професії.

Відтак, упровадження у закладі вищої освіти психологічних технологій професіогенези надає освітньому процесу особистісної зорієнтованості на розвиток здобувача вищої освіти як конкурентоздатного, успішного професіонала, що прагне досконалості та довершеності як суб'єкт життєтворчості.

3.5

ПСИХОЛОГІЧНА ТЕХНОЛОГІЯ ПІДГОТОВКИ ОСВІТНЬОГО ПЕРСОНАЛУ ДО РОБОТИ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ НАПРУЖЕНОСТІ

Карамушка Л. М.

1. Поняття про соціальну напруженість в організації, її основні види та наслідки

Інтеграційний шлях українського суспільства в європейський простір, соціально-економічні та політичні проблеми, військові дії на Сході України обумовлюють виникнення соціальної напруженості, яка проявляється як на рівні всього суспільства, як і окремих організацій, зокрема, освітніх. Тому актуальним завданням є вивчення сутності соціальної напруженості в організації, її видів та наслідків, та психологічних умов її профілактики та подолання.

Під *соціальною напруженістю в організації* нами розуміється певний *психічний стан організації*, який характеризується загостренням

внутрішньоорганізаційних та зовнішньоорганізаційних протиріч об'єктивного і суб'єктивного характеру і проявляється в індивідуальній та груповій поведінці персоналу організації.

На основі вивчення літератури [2; 3; 4; 11; 13; 16 та ін.] та власного теоретичного аналізу проблеми [7] можна говорити про такі основні **види соціальної напруженості в освітніх організаціях**, які стосуються мезо- та мікрорівня аналізу.

Що стосується *мезорівня*, то мова йде про види соціальної напруженості, які мають відношення до: а) діяльності освітньої організації в цілому; б) взаємодії освітнього персоналу з організацією. Тут центральним є аналіз освітньої організації в цілому, як соціальної структури, її взаємодії із зовнішнім та внутрішнім середовищем, ролі освітнього персоналу у вирішенні завдань організації, його професійного становлення та професійної кар'єри в рамках організації, особливостей взаємодії персоналу в організації тощо. Відповідно, можна говорити про організаційний рівень та про рівень взаємодії персоналу з організацією.

Щодо *мікрорівня*, то йдеться про вивчення психічних станів освітнього персоналу, які виникають в результаті впливу соціальної напруженості в організації, яка проявляється на мезорівні. Тут провідне місце займає аналіз психологічних особливостей освітнього персоналу, які стосуються, насамперед, його психічних станів. Тому цей рівень можна назвати, як індивідуально-особистісний.

Наприклад, на рівні організації в цілому (на мезорівні) мова йде, про такі види соціальної напруженості в організації, як загальна або часткова, фонові, висока, середня, низька та ін. На індивідуально-персональному рівні (на мікрорівні) мова може йти про вивчення таких, наприклад, психічних станів, як настрій, тривожність, фрустрація та ін., а також виявів агресії, які можуть супроводжувати вказані процеси.

Слід зазначити, що різні види соціальної напруженості в освітній організації тісно пов'язані між собою. Так, як соціальна напруженість на рівні організації в цілому обумовлює виникнення соціальної напруженості на рівні освітнього персоналу, в той же час, виникнення негативних психічних станів освітнього персоналу може впливати на підвищення або пониження соціальної напруженості в організації.

Соціальна напруженість в освітніх організаціях може призводити, на наш погляд, до різного роду **наслідків, які можуть проявлятися** на рівні: організації в цілому, окремих підрозділів організації, конкретних працівників.

До *першої групи* наслідків, які виникають на рівні організації в цілому, відносяться такі: виникнення негативних психічних явищ в організації (організаційний стрес, організаційні конфлікти, плинність працівників та ін.); зниження ефективності діяльності організації в цілому (зниження продуктивності праці; плинність кадрів та ін.); виникнення протестної поведінки всієї організації та ін.

Друга група наслідків, які можуть виникати на рівні окремих підрозділів організації, включає: виникнення негативних психічних явищ (організаційний стрес, організаційні конфлікти); зниження ефективності діяльності окремих підрозділів організації (зниження продуктивності праці, плинність кадрів та ін.); виникнення протестної поведінки окремих підрозділів.

І третя група представляє собою наслідки соціальної напруженості в організаціях, які виникають на рівні окремих працівників. Дана група включає виникнення такі наслідки: виникнення у персоналу негативних психічних станів у персоналу (тривожність, фрустрація, агресія та ін.; професійний стрес і професійне вигорання); зниження ефективності діяльності; виникнення протестної поведінки працівників та ін.

Результати проведених нами досліджень [9; 10] свідчать про достатньо високий рівень вираженості соціальної напруженості різних видів в освітніх організаціях. Враховуючи можливі її серйозні наслідки на всіх рівнях, варто говорити на наш погляд, про необхідність спеціальної психологічної підготовки освітнього персоналу з означеної проблеми та розробки спеціальної психологічної технології. Один із можливих підходів до її розробки буде представлено нижче.

2. Зміст та основні компоненти психологічної технології підготовки освітнього персоналу до роботи в умовах соціальної напруженості

В основу розробки психологічної технології підготовки освітнього персоналу до роботи в умовах соціальної напруженості покладено розроблений нами технологічний підхід в діяльності організаційних психологів.

Технологічний підхід в діяльності організаційних психологів являє собою розробку та впровадження спеціальних технологій, спрямованих на

розв'язання конкретних психологічних проблем в організації та підготовку персоналу.

До основних *переваг* технологічного підходу в діяльності організаційних психологів, на наш погляд, належать: можливість поєднання академічної та практичної діяльності організаційних психологів; «операціональність» діяльності організаційних психологів; «сфокусованість» на практичному розв'язанні конкретних психологічних проблем в організації; динамічність діяльності організаційних психологів; можливість вияву власного творчого потенціалу та інноваційності та ін.

Базуючись на ідеях технологічного підходу, ***психологічну технологію підготовки освітнього персоналу до роботи в умовах соціальної напруженості*** можна визначити, як систему принципів (активності, самостійності, діалогічності, ситуативності, рефлексивності та ін.), методів (проблемно-пошукових та інформаційно-репродуктивних) та інтерактивних технік (організаційно-спрямовуючих та змістовно-сміслових), які забезпечують організацію діяльності освітнього персоналу в умовах соціальної напруженості.

Технологія може реалізуватися в таких ***основних формах***: тренінгових програмах психологічної підготовки персоналу; консультаційних психологічних програмах; програмах психологічного супроводу стратегічного і тактичного розвитку організації з означеної проблеми та ін. Провідною формою реалізації цієї технології є ***психологічний тренінг***, про який буде йти мова далі.

Психологічна технологія підготовки освітнього персоналу до роботи в умовах соціальної напруженості (на рівні психологічного тренінгу) включає ***три основні компоненти***:

- а) ***інформаційно-смісловий компонент*** – визначає теоретичні підходи до аналізу сутності соціальної напруженості в освітніх організаціях, її основних видів, сприяє формуванню основних понять учасників тренінгу тощо;
- б) ***діагностичний компонент*** – розкриває основні критерії, показники, методи вивчення сутності соціальної напруженості, рівня її вираженості, чинників, які обумовлюють її виникнення; обґрунтовує доцільність застосування тих чи інших діагностичних методів при вимірюванні певних параметрів; забезпечує вивчення вираженості соціальної напруженості, наприклад, в конкретній освітній організації, де використовується технологія та ін.;

в) *корекційно-розвивальний компонент* – визначає зміст, основні напрямки, методи та форми здійснення корекційно-розвивальної роботи (обґрунтування основних умов профілактики та подолання соціальної напруженості в освітніх організаціях, використовуючи закономірності впливу різних психологічних чинників її розвитку тощо).

Кожний із компонентів реалізується за допомогою спеціальних інтерактивних технік. Відповідно до пропонованої нами класифікації, інтерактивні техніки як складові психолого-організаційних технологій можна об'єднати у дві групи (залежно від функцій, які вони виконують в організації навчання та в професійній взаємодії): організаційно-спрямовуючі; змістовно-сміслові.

Основне призначення *організаційно-спрямовуючих інтерактивних технік* полягає в тому, щоб створити необхідні організаційні умови для активної пізнавальної діяльності та взаємодії менеджерів та персоналу організацій (забезпечити адекватні умови діяльності для учасників, включити учасників у виконання певних завдань, підтримати їхню активність, здійснити послідовний перехід від одного смислового блоку до іншого, сприяти відновленню фізичних та психічних ресурсів та ін.). До цієї групи, згідно із розробленими нами підходами, відносяться такі техніки: організаційно-підготовчі; вивчення очікувань учасників; спільна розробка правил групової роботи; «криголами»; створення малих груп (або пар) тощо.

Мета *змістовно-сміслових інтерактивних технік* полягає в тому, щоб сприяти безпосередньому вирішенню проблеми соціальної напруженості в організації. Зазначена група поєднує такі основні техніки: заповнення робочих листків; «мозкові штурми»; аналіз управлінських (професійних) ситуацій; рольові ігри; ділові ігри та ін.

Далі розглянемо детально тренінгову програму «Психологія соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому».

3. Мета, завдання, загальна структура та обсяг тренінгової програми «Психологія соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому»

Мета тренінгової програми: підготовка освітнього персоналу до розуміння психологічних особливостей соціальної напруженості на рівні різних соціальних суб'єктів та визначення сутності та видів соціальної напруженості в освітніх організаціях (на рівні організації в цілому);

Завдання тренінгової програми:

- 1) оволодіння освітнім персоналом знаннями про сутність соціальної напруженості та її основні вияви на рівні різних соціальних суб'єктів та визначення змісту соціальної напруженості в освітніх організаціях (на рівні організації в цілому);
- 2) аналіз освітнім персоналом вираженості соціальної напруженості на рівні різних соціальних суб'єктів та в освітніх організаціях (на рівні організації в цілому) та організаційно-психологічних чинників, які обумовлюють її виникнення;
- 3) визначення освітнім персоналом організаційно-психологічних умов профілактики та зниження соціальної напруженості на рівні різних соціальних суб'єктів та в освітніх організаціях (на рівні організації в цілому).

Загальна структура тренінгової програми:

Тренінгова програма «Психологія соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому» складається із 3 тренінгових сесій (*табл. 1*) та має таку загальну структуру:

Тренінгова сесія 1. «Соціальна напруженість як міждисциплінарний феномен та її вияви у різних соціальних суб'єктів».

Тренінгова сесія 2. «Соціальна напруженість в освітніх організаціях та її вияви на мезо- та мікрорівні».

Тренінгова сесія 3. «Основні види соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому».

Обсяг тренінгової програми:

Загальний обсяг тренінгу складається із 46 академічних годин. Кожна із тренінгових сесій складається із таких частин та має таку часову «наповнюваність»: вступ до тренінгової сесії (2 години), інформаційно-смісловий компонент (2 години), діагностичний компонент (2 години), корекційно-розвивальний компонент (2 години), завершення тренінгової сесії (2 години), творче домашнє завдання (4 години). Тобто обсяг однієї тренінгової сесії складає 14 академічних годин. Відповідно, обсяг трьох тренінгових сесій складає 42 академічні години. До того ж, до обсягу тренінгу ще додається 2 години на загальний вступ до тренінгу та 2 години на загальну заключну частину тренінгу.

Таблиця 1

Структура тренінгової програми «Психологія соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому»

Тренінгові сесії	Компоненти тренінгових сесій	Навчальні (академ.) години
Загальний вступ до тренінгової програми		2
Тренінгова сесія 1. «Соціальна напруженість як міждисциплінарний феномен та її вияви у різних соціальних суб'єктів»	<i>Вступ до тренінгової сесії;</i>	2
	<i>Інформаційно-смісловий компонент:</i> «Сутність соціальної напруженості як міждисциплінарного феномену та її вияви у різних соціальних суб'єктів»	2
	<i>Діагностичний компонент:</i> «Аналіз основних причин виникнення соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів»	2
	<i>Корекційно-розвивальний компонент:</i> «Як можна впливати на соціальну напруженість у різних соціальних суб'єктів?»	2
	<i>Завершення тренінгової сесії</i>	2
	<i>Творче домашнє завдання:</i> «Допомога психологів у профілактиці та подоланні соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів»	4
Тренінгова сесія 2. «Соціальна напруженість в освітніх організаціях та її вияви на мезо- та мікрорівні»	<i>Вступ до тренінгової сесії</i>	2
	<i>Інформаційно-смісловий компонент:</i> «Соціальна напруженість в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні: у чому вона проявляється?»	2
	<i>Діагностичний компонент:</i> «Аналіз основних показників соціальної напруженості в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні»	2
	<i>Корекційно-розвивальний компонент:</i> «Які організаційно-психологічні умови попередження та подолання соціальної напруженості в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні?»	2
	<i>Завершення тренінгової сесії</i>	2
	<i>Творче домашнє завдання:</i> «Як можна управляти ситуаціями соціальної напруженості в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні?»	4

Продовження таблиці 1

Тренінгова сесія 3. «Основні види соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому»	<i>Вступ до тренінгової сесії</i>	2
	<i>Інформаційно-смісловий:</i> «Сутність соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому та її основні види»	2
	<i>Діагностичний компонент:</i> «Діагностика основних видів соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому»	2
	<i>Корекційно-розвивальний:</i> «Як можна сприяти профілактиці та подоланню основних видів соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому?»	2
	<i>Завершення тренінгової сесії</i>	2
	<i>Творче домашнє завдання:</i> «Ситуації соціальної напруженості в моїй освітній організації: які вони, як можна здійснювати профілактику їх виникнення і як їх можна долати?»	4
Загальна заключна частина тренінгової програми		2
Загалом:		46

4. Зміст тренінгової програми «Психологія соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому»

Загальний вступ до тренінгової програми:

- *Криголам:* «Знайомство»: «Мене звати... Я працюю... Протягом останнього місяця я зустрівся з такими виявами соціальної напруженості в моїй освітній організації ...»;
- *Вивчення очікувань учасників тренінгу* (заповнення індивідуальних робочих аркушів з наступним груповим обговоренням). Учасники відповідають на такі запитання: «Чому я беру участь у тренінгу?»; «Що б я хотів принести нового у свою роботу після проходження тренінгу?»;
- *«Мозковий штурм» (груповий варіант):* «Визначення правил групової роботи (визначення правил міжособистісної взаємодії та спільної роботи в групі)»;
- *Мультимедійна презентація:* «Яким буде наш тренінг? (визначення мети та завдань тренінгу)»;
- *Групове обговорення:* «Як ми будемо працювати сьогодні?» (визначення організаційних питань – тривалість роботи, кількість перерв

тощо). (Для підготовки вступу до тренінгу використано наявні в літературі розробки, виконані, зокрема, в рамках розробленого автором технологічного підходу [12; 14; 18]).

Тренінгова сесія 1. «Соціальна напруженість як міждисциплінарний феномен та її вияви у різних соціальних суб'єктів»

Вступ до тренінгової сесії:

- *Мета, завдання, організація тренінгової сесії.*

Інформаційно-смысловий компонент: «Сутність соціальної напруженості як міждисциплінарного феномену та її вияви у різних соціальних суб'єктів»:

- *Метод незавершених речень* (індивідуальна робота): «Соціальна напруженість в українському суспільстві сьогодні проявляється в ...»;
- *Робота в малих групах:* «Особливості вияву соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів». (Завдання здійснюється з урахуванням результатів виконання учасниками тренінгу індивідуального завдання, а також заданого керівником тренінгу «вектору» аналізу основних соціальних суб'єктів. Кожна група обирає для аналізу один із соціальних суб'єктів (суспільство, регіон, територіальну громаду, освітній округ, організацію, особистість та ін.) і характеризує особливості вияву соціальної напруженості у певного суб'єкта);
- *Міжгрупове обговорення:* «Сутність та основні вияви соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів». (Усі робочі групи по черзі представляють результати своєї роботи, характеризуючи особливості вияву соціальної напруженості на рівні суспільства, окремих регіонів, організації та особистості);
- *Міні-лекція:* «Соціальна напруженість у різних соціальних суб'єктів: міждисциплінарний підхід до аналізу». (Для підготовки міні-лекції використовуються наявні літературні джерела [1; 3; 9; 11; 13; 16] та розробки автора [8; 9]). При висвітленні матеріалів лекції розкривається сутність соціальної напруженості та особливості її вивчення різними науками (соціологією, політологією, економікою, психологією та ін.), наслідки соціальної напруженості та ін.

Діагностичний компонент: «Аналіз основних причин виникнення соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів»:

– *Робота в групах: Аналітичне завдання 1:* «Діагностика причин виникнення соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів». (Для виконання завдання створюються 3-4 робочі групи, кожна із яких обирає конкретний соціальний суб'єкт, який вона аналізує. Завдання: «На основі аналізу інтернет-ресурсів (доступ до яких забезпечується за допомогою телефонів чи комп'ютерів) проаналізуйте основні причини виникнення соціальної напруженості в українському суспільстві сьогодні на рівні різних соціальних суб'єктів: на рівні суспільства в цілому, окремих регіонів, організацій та особистості. Наприклад, на рівні суспільства в цілому це можуть бути політичні, економічні, соціальні, етнічні, екологічні причини тощо. Визначте найбільш виражені причини. Обговоріть отримані результати з учасниками з інших груп. Зробіть відповідні узагальнення);

Аналітичне завдання 2: «Діагностика показників соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів». (Для виконання завдання створюються 3-4 робочі групи, кожна із яких обирає конкретний соціальний суб'єкт, який вона «аналізує». Завдання: «Опишіть на прикладі 3-4 ситуацій об'єктивні та суб'єктивні показники соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів (наприклад, зростання цін, безробіття, незадоволення населення існуючою ситуацією, виникнення тривожності, агресії тощо). Проаналізуйте, яку роль відіграє кожна із груп показників. Зробіть відповідні висновки).

Корекційно-розвивальний компонент: «Як можна впливати на соціальну напруженість у різних соціальних суб'єктів?»:

– *Робота в парах: Творче завдання:* «Соціально-економічні та соціально-психологічні умови профілактики та подолання соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів». (Завдання: «Із наведених під час виконання діагностичного завдання причин виникнення соціальної напруженості, наприклад, на рівні суспільства, регіону тощо, виберіть одну групу причин (за бажанням) та визначте соціально-економічні та соціально-психологічні умови їх профілактики та подолання. Подумайте також над тим, чи може соціальна напруженість відігравати і позитивну роль у життєдіяльності суспільства»).

Творче домашнє завдання: «Допомога психологів у профілактиці та зниженні соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів»

Завдання: «На прикладі 2-3 ситуацій соціальної напруженості опишіть Ваше бачення, того, як психологи можуть сприяти профілактиці та зниженню соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів (вплинути на емоційний стан, поведінку людей тощо). Визначте напрямки, методи та форми роботи психологів. При цьому можна звернутись до найбільш актуальних напрямків роботи психологів сьогодні з проблеми соціальної напруженості, таких, наприклад, як психологічна допомога учасникам АТО та їхнім сім'ям, робота з внутрішньо переміщеними особами та ін. Використайте для цього матеріали соціальних мереж, радіо, телебачення тощо».

Завершення тренінгової сесії:

- Підведення підсумків тренінгової сесії;
- Визначення творчого домашнього завдання.

Тренінгова сесія 2. «Соціальна напруженість в освітніх організаціях та її вияви на мезо- та мікрорівні»

Вступ до тренінгової сесії:

- *Мета, завдання, організація тренінгової сесії;*
- *Актуалізація попереднього досвіду* (досвіду участі в попередній тренінговій сесії): «Що найбільше мені запам'яталось з попередньої тренінгової сесії?»;
- *Представлення та аналіз результатів виконання творчого домашнього завдання:* «Допомога психологів у профілактиці та подоланні соціальної напруженості у різних соціальних суб'єктів».

Інформаційно-смісловий компонент: «Соціальна напруженість в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні: у чому вона проявляється?»:

- *Метод незавершених речень* (індивідуальна робота): «Соціальна напруженість в освітніх організаціях – це...»;
- *Робота в малих групах:* «Аналіз змісту та основних виявів соціальної напруженості в освітніх організаціях». (Завдання реалізується на основі результатів виконання учасниками тренінгу результатів індивідуального завдання, їхнього аналізу, узагальнення, доповнення тощо);
- *Міжгрупове обговорення:* «Сутність та основні вияви соціальної напруженості в освітніх організаціях». (Кожна група по черзі представляє результати своєї роботи, інші групи виступають у ролі «опонентів», тобто ставлять репродуктивні та проблемні питання. Тренер організовує обговорення цієї проблеми, зокрема, в процесі обговорення акцентує увагу

на тому, щоб кожна група виділяла те, що вона «вносить нового» у висвітлення даної проблеми);

– *Міні-лекція:* «Основні види соціальної напруженості в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні». (Для підготовки міні-лекції використовуються розробки автора з проблеми [7; 8] та інші літературні джерела [2; 4].

Після висвітлення основних матеріалів лекції також проводиться порівняльний аналіз того, як аудиторія «бачила» проблему, що аналізується, до міні-лекції і що «внесено» в її розуміння після міні-лекції, визначаються основні результати порівняльного аналізу. У результаті такого обговорення з'являється базове розуміння соціальної напруженості в освітніх організаціях та виокремлюються основні її види: а) на мезорівні (на рівні організації в цілому та на рівні взаємодії персоналу та організації): б) на мікрорівні (на рівні особистості) [7].

Діагностичний компонент: «Аналіз основних показників соціальної напруженості в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні»:

– *Робота в парах (з наступним міжгруповим обговоренням):* Творче діагностичне завдання: «Діагностика основних показників соціальної напруженості в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні».

Для виконання завдання створюються пари учасників, які формуються із представників різних організацій або підрозділів (у випадку, коли тренінг проводиться на базі однієї освітньої організації). Кожна пара виконує таке завдання: «На основі власного досвіду згадайте та наведіть конкретні приклади ситуацій соціальної напруженості, які виникали у Вашій освітній організації на мезо- та мікрорівні протягом останніх 3-4 місяців. Опишіть те, які показники притаманні таким ситуаціям. Систематизуйте виділені показники та зазначте, з якою метою їх варто враховувати освітньому персоналу. Представте результати Вашої роботи Вашим колегам із сусідньої пари, обговоріть отримані результати (що у них спільного, а що відмінного), зробіть певні висновки щодо основних показників соціальної напруженості в освітніх організаціях».

Корекційно-розвивальний компонент: «Які організаційно-психологічні умови попередження та подолання соціальної напруженості в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні?»:

– *Ділова гра:* «Із ситуацій соціальної напруженості в освітніх організаціях, які обговорювали раніше, учасники вибирають одну, яка, на їхній погляд, є найбільш значущою, і моделюють її під час проведення ділової гри. 4 учасники тренінгу (за бажанням або за призначенням тренера) виступають у ролі «керівника освітньої організації», який має у процесі активної взаємодії з педагогічним колективом, що чинить опір керівнику, розв'язати дану ситуацію соціальної напруженості».

Після програвання ситуації всіма «керівниками» учасники тренінгу обговорюють позитивні та негативні засоби, які використовувалися кожним «керівником», враховують думку самих «керівників» (про доцільність та результативність їхніх управлінських дій), роблять висновки про найбільш адекватні організаційно-психологічні умови для подолання ситуації соціальної напруженості в освітній організації. Наприклад, це може бути залучення персоналу до обговорення проблеми, реалізація стратегії партнерської взаємодії між учасниками ситуації напруженості, розробка і реалізація чіткого плану аналізу та розв'язання проблеми тощо) [8].

Творче домашнє завдання: «Як можна управляти ситуаціями соціальної напруженості в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні?». –

– Завдання: «Наведіть по 2-3 приклади ситуацій соціальної напруженості в організації. Виділіть організаційно-психологічні умови, які доцільно використати для профілактики та подолання таких ситуацій (для кожної ситуації окремо). Зробіть відповідні висновки».

Завершення тренінгової сесії:

- Підведення підсумків тренінгової сесії;
- Визначення творчого домашнього завдання.

Тренінгова сесія 3. «Основні види соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому»

Вступ до тренінгової сесії:

- *Мета, завдання, організація тренінгової сесії;*
- *Актуалізація попереднього досвіду* (досвіду участі в попередній тренінговій сесії): «Що я виніс для себе із попередньої зустрічі?»;
- *Представлення та аналіз результатів виконання домашнього завдання:* «Як можна управляти ситуаціями соціальної напруженості в освітніх організаціях на мезо- та мікрорівні?».

Інформаційно-смісловий компонент: «Сутність соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому та її основні види»:

– *Метод незавершених речень* (індивідуальна робота): «Соціальна напруженість в освітніх організаціях на рівні організації в цілому – це ...»;

– *Робота в малих групах*: «Аналіз основних видів соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації». (Тренер називає основні критерії для аналізу видів соціальної напруженості, такі як «інтенсивність», «масштабність», «локалізація», «включеність різних суб'єктів» [7]. Далі створюються чотири робочі групи, кожна із яких аналізує основні види соціальної напруженості за певним критерієм. Учасники тренінгу можуть також запропонувати додаткові критерії для аналізу основних видів соціальної напруженості, у такому випадку створюється не чотири, а більше робочих груп. Результати роботи оформляються у виглядів схем, рисунків, таблиць тощо);

– *Міжгрупове обговорення*: «Особливості основних видів соціальної напруженості на рівні організації». Кожна робоча група послідовно представляє результати своєї роботи, розкриваючи зміст видів соціальної напруженості, які виділені за певним критерієм, наводить конкретні приклади з їхніх організацій. Наприклад, одна із груп, яка аналізувала соціальну напруженість за критерієм «включеність різних суб'єктів», характеризує такі види соціальної напруженості, які стосуються взаємодії окремих працівників, підрозділів, окремих керівників, управлінських команд, клієнтів, партнерів, конкурентів, організацій в цілому тощо. Друга група, яка «працювала» з критерієм «масштабність», називає та характеризує такі види соціальної напруженості, як «часткова», «загальна» та ін. Решта груп беруть активну участь у обговоренні змісту видів соціальної напруженості, які виділені за тим чи іншим критерієм (ставлять питання, наводять коментарі тощо);

– *Мультимедійна презентація (міні-лекція)*: «Типологія основних видів соціальної напруженості на рівні організації в цілому» (для підготовки міні-лекції використовуються наявні бібліографічні ресурси та власні розробки автора [7]). Також робиться висновок про те, що центральним при аналізі соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому є аналіз організації як соціальної структури, її взаємодії із зовнішнім та внутрішнім середовищем тощо.

Діагностичний компонент: «Діагностика основних видів соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому»:

– *Психологічний практикум:* «Діагностика основних видів соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому»;

Психологічний практикум проводиться за допомогою анкети «Соціальна напруженість в організації» Л. Карамушки [6], яка дає можливість учасникам тренінгу проаналізувати вираженість різних видів напруженості у своїх освітніх організаціях (на рівні організації в цілому), що належать до чотирьох груп, які виділені за такими критеріями: а) «інтенсивність» («фонові», «низька», «середня», «висока», «конфлікт»); б) «масштабність» («часткова», «загальна»); в) «локалізація» («внутрішньоорганізаційна», «зовнішньоорганізаційна», «комбінована»); «включеність різних суб'єктів» (напруженість, яка стосується окремих працівників, підрозділів, окремих керівників, управлінських команд, клієнтів, партнерів, конкурентів, організації в цілому). Після індивідуального заповнення анкети учасники працюють в парах та обговорюють, які види соціальної напруженості в їхніх організаціях виражені найбільше, які найменше, а також порівнюють отримані дані у двох чи більше організаціях. За бажанням, пари можуть представляти результати аналізу своїх освітніх організацій перед всією аудиторією. У цілому, в результаті психологічного практикуму визначається «реальний» стан вираженості соціальної напруженості в освітніх організаціях, представники яких беруть участь в тренінгу.

Корекційно-розвивальний компонент: «Як можна сприяти профілактиці та подоланню основних видів соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому?»

– *Робота в малих групах:* Аналіз ситуацій соціальної напруженості на рівні організації в цілому: «Як подолати напруженість в освітній організації?».

З урахуванням результатів, отриманих під час проведення психологічного практикуму та власного досвіду роботи в організації, учасниками тренінгу підбираються та аналізуються конкретні ситуації соціальної напруженості в організації, які належать до чотирьох основних груп, та аналізуються організаційно-психологічні умови їхнього подолання. Наприклад, це може бути ситуація соціальної напруженості в освітній організації, «коли у процесі спільної підготовки науково-практичної

конференції один з партнерів, організаторів конференції, не виконав своїх зобов'язань, в результаті чого виникла загроза того, що програма та збірник конференції не будуть надруковані. У результаті цього виникла виражена ситуація соціальної напруженості між партнерами-організаторами конференції». Ця ситуація належить до групи ситуацій соціальної напруженості, яка виділена за критерієм «включеність різних суб'єктів». Або, скажімо, це може бути «ситуація соціальної напруженості, яка виникла в освітній організації у зв'язку з необхідністю скорочення освітнього персоналу (5 осіб)». У результаті склалася ситуація «загальної» соціальної напруженості в освітній організації, яка належить до групи ситуацій напруженості, що виділені за критерієм «масштабність».

Учасники тренінгу поділяються на групи за власним бажанням або за іншими критеріями, кожна група обирає «свою» ситуацію, але обов'язковою умовою є те, щоб створені групи «покрили» всі чотири основні типи ситуацій. Далі кожна група визначає організаційно-психологічні умови вирішення «своєї» ситуації та представляє його на розсуд іншим групам. У процесі аналізу різних типів ситуацій напруженості та міжгрупової дискусії виробляється загальний алгоритм подолання соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому.

Завершення тренінгової сесії:

- Підведення підсумків тренінгової сесії;
- Визначення творчого домашнього завдання.

Творче домашнє завдання: «Ситуації соціальної напруженості в моїй освітній організації: які вони, як можна здійснювати профілактику їх виникнення, і як їх можна долати?»

Завдання: «Наведіть 2 приклади соціальної напруженості у Вашій освітній організації на рівні організації в цілому. Один приклад має мати знак «+» (ситуація була вирішена позитивно), інший приклад – має мати знак «-» (ситуація була вирішена негативно). Проаналізуйте організаційно-психологічні умови, методи та форми освітнього персоналу, які привели до позитивного та негативного результату».

Загальна заключна частина тренінгової програми:

Загальна заключна частина тренінгової програми включає такі складові: *рефлексивний аналіз: «Мої думки про тренінгову програму»:* «Якою

мірою тренінгова програма задовольнила Ваші очікування?»; «Що найбільше сподобалось (не сподобалось) Вам у тренінговій програмі?»; «Чи порадили б Ви пройти таку тренінгову програму своїм колегам (друзям)?».

У процесі розробки заключної частини тренінгу враховуються наявні в літературі розробки з технологій організації та проведення тренінгів [12; 14; 16; 17].

Тренінг може проходити в **двох основних організаційних формах**: а) на рівні освітніх організаціях (як «очна» форма роботи); б) на рівні інститутів післядипломної педагогічної освіти (як «очно-дистанційна» форма роботи).

Щодо *першої організаційної форми*, то можна зазначити, що організаційно тренінгова програма може проходити раз на тиждень протягом одного місяця. У період між очними сесіями учасники тренінгу можуть виконувати домашні творчі завдання, що дасть їм можливість: а) закріпити знання, уміння та навички, отримані під час очних занять; б) побудувати «організаційний» профіль різних видів соціальної напруженості у освітній організації, де вони працюють; в) актуалізувати власний досвід з проблеми; г) осмислити низку проблем, які потребують подальшого розв'язання та ін.

Щодо типів освітніх організацій, то слід зазначити, що психологічна технологія може використовуватись, як на рівні закладів середньої освіти (коли беруть участь лише працівники однієї освітньої організації), так і на рівні районних (міських) відділів (управлінь) освіти (коли склад учасників тренінгу формується із представників різних організацій за певним критерієм, наприклад, «члени управлінської команди» чи «вчителі певного предметного профілю» тощо. Також це можуть бути «змішані» групи, наприклад адміністрація закладу середньої освіти разом з батьками).

Друга організаційна форма може розгортатися за відповідним навчальним планом в інститутах післядипломної педагогічної освіти (як очно-дистанційна форма роботи). Це передбачає проведення 3-4 очних зустрічей слухачів та виконання ними самостійної роботи, яка, як правило, орієнтована на вирішення практично значущих проблем в освітніх організаціях, які мають пряме відношення до теми, яка розглядається в процесі тренінгових програм.

Слід зазначити, що відповідно до організаційної форми використання технології, організатори психологічного навчання персоналу складають

спеціальні навчальні програми психологічної підготовки, базуючись на загальному змісті психологічної підготовки, який буде розкрито нижче.

Висновки:

1. *Психологічна технологія підготовки освітнього персоналу до роботи в умовах соціальної напруженості* являє собою систему принципів (активності, самостійності, діалогічності, ситуативності, рефлексивності та ін.), методів (проблемно-пошукових та інформаційно-репродуктивних) та інтерактивних технік (організаційно-спрямовуючих та змістовно-смыслових), які забезпечують організацію діяльності освітнього персоналу в умовах соціальної напруженості.
2. Технологія може реалізуватися в таких **основних формах**: тренінгових програмах психологічної підготовки персоналу; консультаційних психологічних програмах; програмах психологічного супроводу стратегічного і тактичного розвитку організації з означеної проблеми та ін. Провідною формою реалізації цієї технології є *психологічний тренінг*, про який буде йти мова далі.
3. До складу тренінгової програми «Психологія соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому входять *три тренінгові сесії*: «Соціальна напруженість як міждисциплінарний феномен та її вияви у різних соціальних суб'єктів»; «Соціальна напруженість в освітніх організаціях та її вияви на мезо- та мікрорівні»; «Основні види соціальної напруженості в освітніх організаціях на рівні організації в цілому».
4. Кожна тренінгова сесія включає *три основні компоненти*: а) інформаційно-смысловий (розкриття сутності певного феномену, його структури, функцій та ін.); б) діагностичний (дослідження рівня вираженості даного феномену та чинників, які впливають на його розвиток); в) корекційно-розвивальний (визначення умов та шляхів зміни, вдосконалення даного феномену).
5. Для розкриття змісту тренінгової програми та залучення учасників тренінгу до активної взаємодії використовуються спеціальні інтерактивні техніки: а) *організаційно-спрямовуючі* (спільне визначення правил групової роботи; вивчення очікувань; «криголами»; створення малих груп за певними критеріями та ін.); б) *змістовно-смыслові* (метод незакінчених речень, робота в малих групах, міжгрупове обговорення, «мозковий

штурм», міні-лекції, психологічні практикуми, ділові ігри, аналітичні завдання, домашні творчі завдання та ін.).

6. Тренінгова програма може використовуватися в *двох організаційних формах*: а) на рівні освітніх організацій (як «очна» форма роботи); б) на рівні інститутів післядипломної педагогічної освіти (як «очно-дистанційна» форма роботи).

Список використаних джерел

1. Андременко О. Інтегральна оцінка соціальної напруженості регіонів [Електронний ресурс] / О. Андременко, С. Мордовцев // Соціально-економічні проблеми і держава. – 2015. – Вип. 2 (13). – С. 161–168. – Режим доступу до журн. : <http://sepd.tntu.edu.ua/images/stories/pdf/2015/15aoasnr.pdf>.
2. Андрищенко А. І. Соціальна напруженість на підприємствах: теоретико-методичний аспект аналізу / А. І. Андрищенко, І. А. Євдокимова // Методологія, теорія та практика соціологічного аналізу сучасного суспільства : зб. наукових праць. – Х. : ХНУ ім. В. Н. Каразіна, 2008. – С. 201-206.
3. Бєлай В. Дослідження соціальної напруженості як передумови виникнення кризових явищ / В. Бєлай // Теорія та практика державного управління. – Вип. 3 (38). – 2012. – С. 27-34.
4. Вакуленко С. М. Соціальна напруженість на підприємствах: результати апробації типової методики експертизи стану соціально-трудових відносин / С. М. Вакуленко, О. В. Чернявська, Т. В. Яковенко // Вісник Харківського національного університету ім. В. Н. Каразіна. – 2009. – №844. – Соціологічні дослідження сучасного суспільства: методологія, теорія, методи. – Вип. 23. – С. 176-183.
5. Елисеєв О. П. Практикум по психологии личности / О. П. Елисеєв. – СПб.: Питер, 2006. – С. 219–222.
6. Карамушка Л. М. Методики для дослідження складових, видів, чинників та умов соціальної напруженості в організації / Л. М. Карамушка // Актуальні проблеми психології: зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України – 2017. – Том I : Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія. – Вип. 46. – С. 10-17.
7. Карамушка Л. М. Класифікація видів соціальної напруженості в освітніх організаціях / Л. М. Карамушка // Організаційна психологія. Економічна психологія / [за наук. ред. С. Д. Максименка та Л. М. Карамушки]. – К. : Логос, 2018. – № 1(12). – С. 44-56.
8. Карамушка Л. М. Соціальна напруженість в організації: види, наслідки, умови попередження та подолання / Л. М. Карамушка // Fundamental and

- applied researches in practice of leading scientific schools. – 2017. – V. 21. – № 22 (4). – P. 79-84.
9. Карамушка Л. М. Соціальна напруженість в організації: сутність, підходи до вивчення, основні види / Л. М. Карамушка, // Актуальні проблеми психології: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки. – К. : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2016. – Т. 1. – Вип. 45. – С. 3-117.
 10. Карамушка Л. М. Соціальна фрустрованість освітнього персоналу: зв'язок із типами організаційної культури загальноосвітніх навчальних закладів / Л. М. Карамушка, І. В. Заїка // Організаційна психологія. Економічна психологія. – № 2–3 (5–6). – 2016. – С. 80-89.
 11. Креденцер О. В. Теоретичний аналіз поняття «соціальна напруженість»: міждисциплінарний підхід / О. В. Креденцер, В. І. Лагозінська, О. С. Ковальчук // Актуальні проблеми психології: Організаційна психологія. Економічна психологія. Соціальна психологія : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки. – К. : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2016. – Т. 1. – Вип. 45. – С. 48-55.
 12. Психологічні засади організаційного розвитку : монографія / за наук. ред. Л. М. Карамушки. – Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. – 206 с.
 13. Семикіна М. В. Напруженість соціально-трудових відносин як гальмо економічного зростання регіону [Текст] / М. В. Семикіна // Наукові праці Кіровоградського національного технічного університету. Економічні науки, 2012. – Вип. 22(1). – С. 96–103.
 14. Синдром «професійного вигорання» та професійна кар'єра працівників освітніх організацій: гендерні аспекти : [навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти] / за наук. ред. С. Д. Максименка, Л. М. Карамушки, Т. В. Зайчикової. – К. : Міленіум, 2006. – 368 с.
 15. Сірий Є. Теоретичні розвідки в концептуалізації соціальної напруженості / Є. Сірий // Соціально-економічні проблеми і держава. – 2017. – №16 (1). – С. 139-147.
 16. Слюсаревський М. Соціальна напруженість: теоретична модель необхідних і достатніх показників / М. Слюсаревський // Наукові студії із соціальної та політичної психології. – 2002. – № 5 (8). – С. 24-34.

17. Терещенко К. В. Зміст та структура тренінгу розвитку толерантності персоналу закладів освіти в умовах соціальної напруженості / К. В. Терещенко // Організаційна психологія. Економічна психологія. – 2017. – № 1 (8). – С. 65–75.
18. Технології роботи організаційних психологів : [навч. посіб. для студентів вищ. навч. закл. та слухачів ін-тів післядиплом. освіти] / за наук. ред. Л. М. Карамушки. – К. : Фірма «ІНКОС», 2005. – 366 с.
19. Тополов Є. В. Професійна агресивність особистості. Монографія / Є. В. Тополов. – К. : Видавничий дім «Слово», 2011. – С. 157-158.
20. Хоменко З. І. Вплив учителя на емоційний стан учнів / З. І. Хоменко. – К. : Редакції загальнопед. газет, 2012. – 128 с.
21. Шапиро Д. Конфликт и общение: Путеводитель по лабиринту регулирования конфликтов ; пер. с англ. / Д. Шапиро. – Кишинэу : ARC, 1997. – 320 с.
22. Kahn, R. L. Organizational Stress: Studies in Role Conflict and Ambiguity / R. L. Kahn, D. M. Wolfe. – New York : John Wiley, 1964. – pp. 424-425.

3.6

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ ТА КОМПЕТЕНТНОСТІ ФАХІВЦІВ СОЦІОНОМІЧНИХ ПРОФЕСІЙ

Кокун О. М.

Соціально-економічні перетворення сучасного суспільства, інтенсивність яких підвищується з кожним роком, постійно змінюють вимоги й до особистості сучасного фахівця. Здатність фахівця бути суб'єктом свого професійного розвитку та самостійно знаходити вирішення соціально та професійно значущих проблем в умовах мінливої дійсності з кожним роком набуває все більшого значення [2; 6]. Особливо важливим є набуття здатності до прийняття адекватних рішень в «нестандартних» ситуаціях, в умовах дефіциту часу, навичок оптимальної взаємодії із учасниками виробничого процесу у спільній професійній діяльності [1]. Саме тому особливої уваги науковців нині потребують фахівці соціономічних професій [6]. Це зумовлено, окрім надзвичайно важливої

суспільної значущості таких професій, яку вони мають самі по собі, так би мовити «у чистому вигляді», ще й тим, що вони природним чином тісно інтегровані у професії всіх інших типів [4; 8].

Разом з тим, у підготовці фахівців соціономічних професій, наявне суттєве протиріччя: з одного боку, соціально-економічні зміни, що відбуваються в суспільстві зумовлюють підвищення вимог до таких фахівців, їхньої активності і відповідальності відносно власного професійного й особистісного розвитку, а з іншого – підготовка цих фахівців здебільшого залишається значною мірою суто формальною, а їх професійний розвиток найчастіше відбувається стихійно [9]. Також слід відзначити, що якщо етапам професійного відбору і, особливо, професійної підготовки професій типу «людина-людина» присвячено порівняно багато досліджень, то психологічні дослідження подальших етапів становлення фахівця у таких професіях практично не здійснювались. У зв'язку з цим, очевидною постала необхідність інтеграції численних, але досить різномірних досліджень, пов'язаних із різними аспектами становлення сучасних фахівців соціономічних професій, поєднання суто психологічних та психофізіологічних аспектів даної проблеми.

Загалом, під *професійним становленням* розуміють формування професійної спрямованості, компетентності, соціально значущих та професійно важливих якостей фахівців, їх готовності до постійного професійного зростання, пошуку оптимальних прийомів якісного і творчого виконання діяльності у відповідності до власних індивідуально-психологічних особливостей [2]. Сприяння професійному становленню фахівців соціономічних професій можна розглядати в якості одного із найактуальніших завдань сучасної практичної психології [4]. Однак, для ефективного його вирішення необхідно базуватися на результатах відповідних психологічних досліджень, спрямованих на визначення сучасних особливостей та закономірностей такого становлення [6]. Зокрема, на визначення особливостей формування професійної компетентності та спрямованості фахівців соціономічних професій на різних етапах професійного становлення й були спрямовані наші дослідження, основні результати з яких ми викладемо нижче.

У цих дослідженнях було використано чотири психодіагностичні методики (Методика виявлення «Комунікативних та організаційних

здібностей» – КОЗ-2, Шкала самооефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема, Модифікація опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію – МВІ, Методика «Вивчення задоволеності своєю професією та роботою») та спеціально розроблений нами опитувальник. На основі перших 12-ти питань опитувальника для всіх досліджуваних було визначено кількісний «індекс етапу професійного становлення», який надав можливість розподілити їх за етапами професійного становлення (професійної адаптації, первинної професіоналізації, вторинної професіоналізації, професійної майстерності). Ще 11 питань опитувальника характеризували особливості професійної спрямованості фахівців та слугували індикаторами сприятливих та несприятливих для успішного перебігу їх професійного становлення чинників. Проведення досліджень засновувалось на використанні розроблених нами концепції *дистанційної професійної психодіагностики* [3] та діагностичного сайту <http://prof-diagnost.org>.

Всього у дослідженнях взяли участь 2234 фахівці. Однак для обробки отриманих результатів було відібрано результати лише 1027 досліджуваних, які здійснили діагностику за всіма методиками та анкетною. З цих досліджуваних 918 є представниками типових професій типу «людина-людина» (вчителі, вихователі, психологи, лікарі, адвокати, менеджери та ін.), або виконують роботу, безпосередньо пов'язану із професійною взаємодією із іншими людьми (службовці, ревізори, керівники, військові, адміністратори, торговельні працівники, маклери, журналісти та ін.). Інші 109 досліджуваних є представниками професій інших типів (хіміки, бухгалтери, економісти, інженери, механіки, художники, дизайнери, архітектори, маркетологи, програмісти та ін.).

Остаточним критерієм розподілу за цими двома групами (фахівців соціономічних професій та професій інших типів) у нашому дослідженні стали відповіді досліджуваних на питання «паспортички» анкети, чи доводиться їм за роботою контактувати із іншими людьми. До професій типу «людина-людина», були віднесені ті фахівці, кому за роботою доводиться контактувати із іншими людьми «постійно» або «часто»; до професій інших типів – «рідко» або «періодично». Результати фахівців, представників професії інших типів, використовувались для порівняльного аналізу. слід відзначити значне кількісне переважання фахівців, які можна віднести до

професій типу «людина-людина» над представниками професій інших типів (89% на 11%). Це свідчить про соціальну вагомість професій типу «людина-людина», і про те, що для багатьох професій інших типів є характерним поєднання із типом «людина-людина».

Особливості розвитку професійної компетентності та окремих професійно-важливих якостей у фахівців соціономічних професій

Як зазначалося вище, досліджувані були розподілені за різними етапами професійного становлення на основі обрахування *індексу* за першими 12-ма питаннями анкети, які характеризували відповідні для цих етапів *новотвори*. Кількісні характеристики здійсненого розподілу для представників фахівців соціономічних професій наведено у таблиці 1.

Таблиця 1

Розподіл досліджуваних фахівців соціономічних професій за етапами професійного становлення

№	Етап професійного становлення	Кількість		
		Чоловіки	Жінки	Разом
1	Професійної адаптації	2, 6%	3, 4%	3, 2%
2	Первинної професіоналізації	24, 3%	22, 6%	23, 0%
3	Вторинної професіоналізації	48, 8%	55, 5%	53, 9%
4	Професійної майстерності	24, 3%	18, 5%	19, 9%

Із наведених у таблиці результатів ми бачимо, що чоловіки у кількісному відношенні лише дещо переважають жінок на етапі професійної майстерності (якраз приблизно на ту кількість, на яку жінки переважають чоловіків на попередньому етапі – вторинної професіоналізації). Порівняння отриманих в дослідженні діагностичних показників чоловіків та жінок фахівців соціономічних професій показало, що вони практично не відрізняються. Лише на рівні статистичної тенденції ($p \leq 0, 1$) у жінок є дещо вищим показник «емоційного виснаження» за Модифікацією опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію (MBI), а у чоловіків – показники самоефективності та організаційних здібностей. Так само практично не відрізняються показники досліджуваних фахівців у залежності від країни проживання. Тому далі результати подаються за всією досліджуваною вибіркою.

У таблицях 2 та 3 переставлено динаміку (вікову та за етапами професійного становлення) такого узагальненого показника професійної компетентності фахівців соціономічних професій як професійна самоефективність (за Шкалою самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема).

Таблиця 2

**Рівень професійної самоефективності фахівців соціономічних професій
на різних етапах професійного становлення**

№	Етап професійного становлення	Рівень професійної самоефективності		
		М	σ	p ≤
1	Професійної адаптації	28, 5	5, 4	0, 01 з № 3; 0, 001 з № 4
2	Первинної професіоналізації	28, 3	4, 6	0, 001 з №№ 3 та 4
3	Вторинної професіоналізації	31, 4	4, 1	0, 01 з №1; 0, 001 з №№ 2 та 4
4	Професійної майстерності	35, 2	2, 9	0, 001 з №№ 1 - 3

Таблиця 3

**Рівень професійної самоефективності у різних вікових групах фахівців
соціономічних професій «людина-людина»**

№	Вікова група (роки)	Рівень професійної самоефективності		
		М	σ	p ≤
1	до 25 включно	31, 0	4, 9	–
2	26 – 30	30, 8	5, 1	–
3	31 – 40	31, 2	4, 6	–
4	41 – 50	31, 3	4, 7	–
5	51 і старші	31, 4	4, 7	–

Наведені у таблицях результати динаміки професійної самоефективності фахівців соціономічних професій наочно засвідчують, що перехід на все вищі етапи професійного становлення лише опосередковано пов'язаний із віком фахівця, і безпосередньо – із реальним зростанням рівня його професійної майстерності. Так усереднений рівень професійної самоефективності є практично тотожним у різних вікових групах досліджуваних фахівців. А якщо брати етапи професійного становлення, то практично однаковим він є лише на перших двох етапах (професійної адаптації та первинної професіоналізації), що виглядає цілком логічним. Далі він істотно (достовірно) підвищується на етапі вторинної професіоналізації. І приблизно ще так само підвищується на етапі професійної майстерності, значно перевищивши показник перших двох етапів. Ці результати також наочно показують валідність розробленого нами опитувальника для визначення етапу професійного становлення фахівця.

Отримані результати щодо динаміки комунікативних та організаційних здібностей є дуже близькими за своєю сутністю до проаналізованих перед цим результатів професійної самоефективності. Знову, якщо порівнювати між собою усереднені показники таких провідних для фахівців соціономічних

професій професійно-важливих якостей як комунікативні та організаційні здібності у різних вікових групах, то рівень організаційних здібностей із віком взагалі практично не змінюється, а рівень комунікативних здібностей дещо підвищується у віковій групі 31-40 років і у порівнянні із попередніми групами ($p \leq 0,05$) і далі із віком практично не змінюється. А от якщо розглядати динаміку даних якостей за етапами професійного становлення, то знову близькими за кількісними значеннями вони є на перших двох етапах (професійної адаптації та первинної професіоналізації). Далі рівні комунікативних та організаційних здібностей істотно підвищуються на етапі вторинної професіоналізації, і ще більше – на етапі професійної майстерності.

Тобто, комунікативні здібності лише незначно розвиваються в процесі професійної діяльності фахівців соціономічних професій, а організаційні – взагалі не розвиваються. І тому вищих етапів професійного становлення здатні досягати переважно фахівці, які початково мають вищий рівень розвитку даних здібностей. Такі результати повністю узгоджуються із існуючим у сучасній психології праці уявленням про те, що наявність у фахівця необхідних для виконання певної професійної діяльності якостей є провідним чинником рівня його професійних досягнень та успішності професійного становлення [5].

Особливості розвитку професійної спрямованості фахівців соціономічних професій

Встановлену у нашому дослідженні динаміку показників професійної спрямованості (за анкетуванням) подано таблиці 4.

Наведені у таблиці результати наочно засвідчують тісне взаємопоеднання розвитку професійних компетентності та спрямованості у професійному становленні фахівців соціономічних професій. Так всі використані у опитувальнику показники, які характеризували компоненти професійної спрямованості (зацікавленість у власній професійній діяльності, задоволеність її змістом, зарплатою, власною кар'єрою та соціальним становищем, любов до своєї професії, зусилля, спрямовані на підвищення власного професійного рівня), істотно підвищуються від одного етапу до іншого. Отже, переконливо емпірично підтверджено, що, поряд із професійно-важливими якостями, наявність високого рівня професійної спрямованості, також є провідним чинником успішного професійного становлення фахівця. Також нами встановлено, що, як і у попередніх

Таблиця 4

**Показники професійної спрямованості фахівців соціономічних професій
на різних етапах професійного становлення (за анкетуванням)**

№	Рівень	Етап професійного становлення			
		1	2	3	4
1	Зацікавленості у профес. діяльності	3, 06	3, 58	3, 87	4, 23
2	Задоволеності її змістом	1, 94	2, 67	2, 87	3, 42
3	Задоволеності зарплатою	1, 38	2, 00	2, 14	2, 52
4	Задоволеності кар'єрою	1, 56	2, 25	2, 53	3, 10
5	Задоволеності соціальн. становищем	1, 94	2, 22	2, 55	3, 03
6	Любові до своєї професії	2, 31	2, 97	3, 13	3, 56
7	Зусиль що підвищення профес. рівня	2, 38	2, 90	3, 29	3, 68

Примітки: 1) №№ етапів професійного становлення відповідно до табл. 2.16;
2) зміни всіх показників професійної спрямованості від третього до шостого етапів є статично достовірними ($p \leq 0, 05$).

випадках, рівень професійної спрямованості за різними його компонентами, сам по собі, практично не змінюється у віковому аспекті, а лише разом із переходом на наступний етап професійного становлення, являючи собою істотну передумову подібного переходу.

Приблизно така сама картина спостерігається й щодо такого психо-діагностичного показника, який характеризує професійну спрямованість фахівців, як «ступінь задоволеності фахівців своєю професією і роботою» за методикою «Вивчення задоволеності своєю професією та роботою» (табл. 5).

Таблиця 5

**Ступінь задоволеності своєю професією і роботою фахівців
соціономічних професій на різних етапах професійного становлення**

№	Етап професійного становлення	Ступінь задоволеності своєю професією і роботою		
		М	σ	$p \leq$
1	Професійної адаптації	-3, 5	4, 3	0, 001 з №№ 2 - 4
2	Первинної професіоналізації	1, 4	5, 6	0, 001 з №№ 1, 3, 4
3	Вторинної професіоналізації	4, 3	5, 4	0, 001 з №№ 1, 2, 4
4	Професійної майстерності	9, 6	4, 5	0, 001 з №№ 1 - 3

Знову діагностичний показник стрімко зростає від одного етапу професійного становлення до іншого, але залишаючись практично незмінним у різних вікових групах досліджуваних фахівців.

Особливості вияву чинників, які впливають на успішність професійного становлення фахівців соціономічних професій

В якості індикаторів чинників, які впливають на успішність професійного становлення фахівців соціономічних професій, у нашому дослідженні були використані питання застосованого опитувальника та діагностичні показники Модифікації опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію (MBI). Встановлену динаміку цих показників, відповідно до етапів професійного становлення, подано у таблицях 6 та 7.

Таблиця 6

Показники чинників, які впливають на успішність професійного становлення фахівців соціономічних професій на різних його етапах (за анкетуванням)

№	Рівень	Етап професійного становлення			
		1	2	3	4
1	Позитивності стосунків з колегами	3, 69	3, 87	4, 07	4, 14
2	Позитивності стосунків з начальством	3, 06	3, 70	3, 81	4, 02
3	Стомлення за робочий день	3, 06	2, 80	3, 02	3, 10
4	Здоров'я	3, 13	3, 57	3, 61	3, 87

Примітки: зміни показників № 1, 2 та 4 від третього до шостого етапів є статично достовірними ($p \leq 0, 05 - 0, 001$).

Таблиця 7

Показники модифікації опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію (MBI) фахівців соціономічних професій на різних етапах професійного становлення

№	Складові професійного «вигорання» та деформації	Етап професійного становлення			
		1	2	3	4
1	Емоційне виснаження	34, 0	27, 3	24, 3	18, 3
2	Деперсоналізація	17, 3	12, 9	11, 2	9, 5
3	Редукція особистих досягнень	25, 0	18, 7	14, 7	9, 8
4	Сумарне значення	76, 3	58, 9	50, 2	37, 6

Примітки: зміни всіх показників від третього до шостого етапів є статично достовірними ($p \leq 0, 01 - 0, 001$).

Отримані результати повністю узгоджуються із результатами, проаналізованими перед цим: показники сприятливих для професійного становлення фахівця чинників (рівень самооцінки позитивності стосунків із

колегами та начальством, а також власного здоров'я), поступово та достовірно підвищується від одного етапу до іншого, а показники негативних, або не змінюються (рівень стомлення за робочий день), або достовірно знижуються (всі чотири показники модифікації опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію). У той же час, у віковому аспекті всі названі показники залишаються достатньо стабільними.

Але безпосереднім чинником успішності професійного становлення фахівців, у даному випадку, виступає лише рівень здоров'я – фахівці із кращим здоров'ям, природно, мають більше передумов для вищих професійних досягнень. Інші ж чинники є опосередкованими. Так гарні стосунки із колегами та начальством, з одного боку, зумовлюються позитивним психологічним кліматом у колективі, а з іншого – гарними комунікативними якостями самого фахівця (про що вже говорилося вище) та його професіоналізмом. Так само, професійне «вигорання» та деформація попереджаються, з одного боку, раціональною організацією професійної діяльності фахівців певної організації та психологічним забезпеченням цієї діяльності, а з іншого – комплексом особистісних якостей фахівця, які надають йому резистентності до професійного «вигорання» та деформацій.

Взаємозв'язки показників професійної спрямованості і компетентності фахівців соціономічних професій та чинників, які впливають на успішність їх професійного становлення

Спочатку проаналізуємо кореляційні зв'язки (за Спірменом) між отриманими у нашому дослідженні показниками професійної спрямованості та компетентності фахівців соціономічних професій (таблиця 8).

Перше, що слід відмітити, всі отримані показники професійної спрямованості та компетентності пов'язані між собою на високому рівні значущості ($p \leq 0,001$), маючи коефіцієнти кореляції у межах 0,21-0,52. Це, як вже зазначалося вище, є достатньо закономірним. За абсолютними значеннями коефіцієнта кореляції найтісніше пов'язаними між собою виявилися два показники професійної компетентності – рівень професійної самоефективності та індекс етапу професійного становлення ($r = 0,6$).

До речі, такий рівень кореляційного зв'язку узагальненого показника розробленого нами опитувальника із діагностичним показником відомої психодіагностичної методики також є підтвердженням його валідності. Всі

Таблиця 8

Кореляційні зв'язки показників професійної спрямованості та компетентності фахівців професій типу «людина-людина»

№	Показники		1	2
1	Рівень професійної самоефективності		1, 0	0, 60
2	Індекс етапу професійного становлення		0, 60	1, 0
3	Ступінь задоволен. своєю професією і роботою		0, 40	0, 52
4	Рівень	Зацікавленості у професійній діяльності	0, 34	0, 27
5		Задоволеності її змістом	0, 35	0, 41
6		Задоволеності зарплатою	0, 21	0, 22
7		Задоволеності кар'єрою	0, 35	0, 40
8		Задоволеності соціальним становищем	0, 26	0, 34
9		Любові до своєї професії	0, 27	0, 36
10		Зусиль щодо підвищення професійного рівня	0, 38	0, 41

Примітки: 1) показник № 1 отримано за Шкалою самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема, № 2 – на основі перших 12-ти питань опитувальника, № 3 – за методикою «Вивчення задоволеності своєю професією та роботою», № 4-10 – за питаннями № 13-19 опитувальника; 2) всі наведені у таблиці коефіцієнти кореляції достовірні на рівні $p \leq 0, 001$.

Таблиця 9

Кореляційні зв'язки показників професійної компетентності та чинників, які впливають на успішність професійного становлення

№	Показники		1	2
1	Рівень професійної самоефективності		1, 0	0, 60
2	Індекс етапу професійного становлення		0, 60	1, 0
3	Комунікативні здібності		0, 35	0, 36
4	Організаційні здібності		0, 36	0, 35
5	Емоційне виснаження		-0, 51	-0, 45
6	Деперсоналізація		-0, 40	-0, 35
7	Редукція особистих досягнень		-0, 28	-0, 28
8	Сумарне знач. проф. «вигорання» та деформ.		-0, 58	-0, 48
9	Рівень	Позитивності стосунків з колегами	0, 27	0, 23
10		Позитивності стосунків з начальством	0, 28	0, 24
11		Здоров'я	0, 29	0, 23

Примітки: 1) показник № 1 отримано за Шкалою самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема, № 2 – на основі перших 12-ти питань опитувальника, №№ 3-4 – за методикою виявлення «Комунікативних та організаційних здібностей» (КОЗ-2), № № 5-8 – за Модифікацією опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію (МБІ), №№ 9-11 – за питаннями № 20, 21, 23 опитувальника; 3) всі наведені у таблиці коефіцієнти кореляції достовірні на рівні $p \leq 0, 001$.

показники професійної спрямованості теж достатньо тісно пов'язані між собою ($r = 0,26 - 0,57$; $p \leq 0,001$). Наочно це можна побачити у таблиці 9.

Щодо *спрямованості* даних зв'язків, то, на нашу думку, основним типом зв'язку між ними є *взаємовплив*. Так, наприклад, з одного боку, зацікавленість у професійній діяльності, любов до своєї професії, зусилля щодо підвищення фахівцем власного професійного рівня, сприяють зростанню професійної самоефективності фахівця, а з іншого – зростання професійної самоефективності забезпечує підвищення всіх вказаних у таблиці показників його професійної спрямованості.

У таблиці 9 подані кореляційні зв'язки між показниками професійної компетентності фахівців соціономічних професій та чинників, які впливають на успішність їх професійного становлення.

Із таблиці ми бачимо, що найбільш виражені кореляційні зв'язки обидва показники професійної компетентності мають із таким *негативним* для них чинником як сумарне значення професійних «вигорання» та деформації ($r = -0,48$ та $-0,58$), а також трьома складовими цього інтегрального показника опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію ($r = -0,26 - -0,51$).

Найбільш вираженими *позитивними* чинниками професійної компетентності фахівців соціономічних професій виявилися рівні розвитку таких важливих для професій цього типу професійно-важливих якостей як комунікативні та організаційні здібності. Також позитивні зв'язки показники професійної компетентності мають із показниками самооцінки фахівцями рівня позитивності власних стосунків із колегами та начальством, а також здоров'я ($r = 0,23 - 0,29$).

Щодо *спрямованості* даних зв'язків, то *переважно* *однобічний вплив* (позитивний), на нашу думку, справляють на професійну компетентність фахівців соціономічних професій рівень розвитку в них комунікативних і організаційних здібностей та рівень здоров'я.

Поєднання *однобічного* (негативного) впливу на професійну компетентність фахівців із *впливом третього фактора*, ми вважаємо, має місце у випадку із всіма показниками опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію. Так, нестаток професійної самоефективності фахівців та виникнення в них негативних особистісних змін внаслідок виконання професійної діяльності, може зумовлюватись невідповідністю особистісних

якостей фахівця вимогам, які ставить до неї робота за професіями типу «людина-людина». І навпаки, поєднання *однобічного* (позитивного) впливу на професійну компетентність фахівців із *впливом третього фактора*, очевидно, має місце у випадку із показниками позитивності власних стосунків із колегами та начальством – теж певні особистісні якості (як то комунікативні і організаційні здібності та ін.) зумовлюють вищу професійну ефективність фахівця та його гарні стосунки на роботі.

У наступній таблиці 10, з метою скорочення її обсягу, наведені кореляційні зв'язки із показниками чинників, які впливають на успішність професійного становлення фахівця, чотирьох основних (із семи використаних у дослідженні) показників професійної спрямованості.

Таблиця 10

Кореляційні зв'язки показників професійної спрямованості та чинників, які впливають на успішність професійного становлення

№	Показники		1	2	3	4
1	Ступінь задоволен. своєю професією і роботою		1, 0	0, 31	0, 37	0, 26
2	Рівень	Зацікавленості у професійній діяльності	0, 31	1, 0	0, 57	0, 36
3		Любові до своєї професії	0, 37	0, 57	1, 0	0, 38
4		Зусиль що підвищення професійного рівня	0, 26	0, 36	0, 38	1, 0
5	Комунікативні здібності		0, 28	0, 23	0, 25	0, 32
6	Організаційні здібності		0, 31	0, 21	0, 09*	0, 21
7	Емоційне виснаження		-0, 56	-0, 41	-0, 47	-0, 42
8	Деперсоналізація		-0, 49	-0, 35	-0, 40	-0, 34
9	Редукція особистих досягнень		-0, 40	-0, 31	-0, 35	-0, 31
10	Сумарне знач. проф. «вигорання» та деформац.		-0, 43	-0, 40	-0, 41	-0, 43
11	Рівень	Позитивності стосунків з колегами	0, 32	0, 20	0, 22	0, 21
12		Позитивності стосунків з начальством	0, 38	0, 23	0, 28	0, 23
13		Здоров'я	0, 28	0, 15	0, 13	0, 10*

Примітки: 1) показник № 1 отримано за методикою «Вивчення задоволеності своєю професією та роботою», №№ 2-4 – за питаннями 13, 18 та 19 опитувальника, №№ 5-6 – за методикою виявлення «Комунікативних та організаційних здібностей» (КОЗ-2), №№ 7-10 – за Модифікацією опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію (MBI), №№ 11-14 – за питаннями № 20-23 опитувальника; 2) позначені зірочкою коефіцієнти кореляції достовірні на рівні $p \leq 0, 05$; всі інші – на рівні $p \leq 0, 001$.

Слід відзначити, як і випадку із професійною компетентністю, показники професійної спрямованості мають найтісніші (негативні) кореляційні зв'язки із чотирма показниками опитувальника на професійне

«вигорання» та деформацію ($r = -0,31$ та $-0,56$). І як й у першому випадку, взаємозв'язки між цими двома групами показників мають, на нашу думку, характер поєднання *однобічного* (негативного) впливу на професійну спрямованість фахівців професійного «вигорання» та деформації із *впливом третього фактора* (невідповідністю особистісних якостей фахівця вимогам професії). Інші зв'язки між показниками професійної спрямованості та чинників, які впливають на успішність професійного становлення фахівця, за силою та характером також є схожими до проаналізованих вище зв'язків показників професійної компетентності.

Особливості професійної спрямованості, компетентності та професійно важливих якостей фахівців соціономічних професій у порівнянні із фахівцями професій інших типів

Порівняння отриманих показників професійної спрямованості, компетентності та професійно важливих якостей фахівців соціономічних професій із показниками фахівців професій інших типів дало можливість отримати досить цікаві та показові результати. Спочатку розглянемо результати порівняння показників професійної спрямованості та компетентності досліджуваних фахівців (таблиця 11).

Перше, що слід відмітити, за рівнем професійної компетентності (для професій свого типу), виділені нами вибірки практично не відрізняються – вони мають достатньо близькі усереднені показники рівня професійної самоефективності та індексу етапу професійного становлення. Це є повністю природнім та засвідчує адекватність вибору методичного інструментарію для дослідження цієї складової професійної спрямованості.

А от за п'ятьма із восьми показників професійної спрямованості, фахівці соціономічних професій мають достовірно вищі показники. І це саме такі показники професійної спрямованості, які несуть більше професійно-емоційне навантаження. І не випадково, що саме вони у представників соціономічних професій є вищими (задоволеність своєю професією і роботою, зацікавленість у власній професійній діяльності, задоволеність соціальним становищем, любов до своєї професії, зусилля, спрямовані на підвищення власного професійного рівня).

А за трьома показниками, які мають більше професійно-прагматичне навантаження (задоволеність змістом професійної діяльності, зарплатою та

Порівняння показників професійної спрямованості та компетентності фахівців соціономічних професій із показниками фахівців професій інших типів

№	Показники	Тип професій	М	σ	p ≤
1	Рівень професійної само-ефективності	соціономічні	31, 08	4, 77	—
		інші	30, 10	5, 49	
2	Індекс етапу професійного становлення	соціономічні	36, 90	7, 35	—
		інші	35, 47	8, 88	
3	Ступінь задоволен. своєю професією і роботою	соціономічні	3, 98	6, 39	0, 001
		інші	1, 01	8, 11	
4	Рівень зацікавленості у професійній діяльності	соціономічні	3, 85	1, 05	0, 05
		інші	3, 57	1, 14	
5	Рівень задоволеності її змістом	соціономічні	2, 91	, 91	—
		інші	2, 94	, 97	
6	Рівень задоволеності зарплатою	соціономічні	2, 16	1, 01	—
		інші	2, 10	, 94	
7	Рівень задоволеності кар'єрою	соціономічні	2, 55	, 98	—
		інші	2, 45	1, 04	
8	Рівень задоволеності соціальним становищем	соціономічні	2, 55	1, 00	0, 01
		інші	2, 20	1, 00	
9	Рівень любові до своєї професії	соціономічні	3, 15	0, 80	0, 05
		інші	2, 92	0, 91	
10	Рівень зусиль щодо підвищення професійного рівня	соціономічні	3, 25	0, 79	0, 05
		інші	3, 04	0, 89	

Примітки: показник № 1 отримано за Шкалою самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема, № 2 – на основі перших 12-ти питань опитувальника, № 3 – за методикою «Вивчення задоволеності своєю професією та роботою, №№ 4-10 – за питаннями №№ 13-19 опитувальника.

кар'єрою), виділені вибірки практично не відрізняються. Це як раз і є, на нашу думку, однією із найбільш характерних особливостей професійної спрямованості фахівців соціономічних професій у порівнянні із фахівцями професій інших типів.

Результати порівняння показників професійно-важливих якостей та чинників, які впливають на успішність професійного становлення між виділеними вибірками фахівців наведені у наступній таблиці 12.

Таблиця 12

**Порівняння показників професійно-важливих якостей та чинників,
які впливають на успішність професійного становлення фахівців
соціономічних професій із показниками фахівців професій інших типів**

№	Показники	Тип професій	М	σ	$p \leq$
1	Комунікативні здібності	соціономічні	11, 44	4, 70	0, 001
		інші	9, 21	5, 17	
2	Організаційні здібності	соціономічні	13, 34	3, 69	0, 001
		інші	10, 94	3, 96	
3	Емоційне виснаження	соціономічні	24, 68	10, 43	0, 001
		інші	28, 42	10, 64	
4	Деперсоналізація	соціономічні	11, 91	5, 82	0, 05
		інші	13, 51	5, 89	
5	Редукція особистих досягнень	соціономічні	15, 63	8, 03	0, 001
		інші	21, 22	9, 24	
6	Сумарне знач. проф. «вигорання» та деформації	соціономічні	52, 22	19, 88	0, 001
		інші	63, 15	20, 63	
7	Рівень позитивності стосунків з колегами	соціономічні	4, 03	, 63	0, 001
		інші	3, 65	, 75	
8	Рівень позитивності стосунків з начальством	соціономічні	3, 80	, 75	—
		інші	3, 78	, 85	
9	Рівень стомлення за робочий день	соціономічні	2, 99	, 84	—
		інші	2, 98	, 90	
10	Рівень здоров'я	соціономічні	3, 64	, 68	—
		інші	3, 55	, 79	

Примітки: показники №№ 1-2 отримано за методикою виявлення «Комунікативних та організаційних здібностей» (КОЗ-2), №№ 3-6 – за Модифікацією опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію (МВІ), №№ 7-10 – за питаннями №№ 20-23 опитувальника.

Як і у випадку із студентами, фахівці соціономічних професій природно мають суттєво вищі (на рівні достовірності $p \leq 0, 001$) діагностичні показники таких професійно важливих для цього типу професій якостей як комунікативні та організаційні здібності. Але особливо слід відзначити, що у представників соціономічних професій істотно нижчим є вияв всіх чотирьох показників опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію ($p \leq 0, 05-0, 001$). Тобто, представники даного типу професій менше підвладні виникненню подібних найпоширеніших негативних наслідків професійної

діяльності. Також представники соціономічних професій мають істотно кращі стосунки із колегами по роботі. Інші ж чинники, які здатні впливати на успішність професійного становлення фахівців (стосунки із та начальством, рівень стомлення за робочий день та рівень здоров'я), у виділених вибірках фахівців мають приблизно однаковий ступінь вияву.

Таким чином, отримані результати досліджень щодо визначення психологічних особливостей формування професійної спрямованості та компетентності фахівців соціономічних професій на чотирьох етапах професійного становлення, які охоплюють період самостійного здійснення професійної діяльності, надають можливість зробити такі узагальнюючі **висновки**:

Отримані результати наочно підтвердили, що перехід на все вищі етапи професійного становлення лише опосередковано пов'язаний із віком фахівця, і безпосередньо – із реальним зростанням рівня його професійної компетентності. Особливо виражено професійна компетентність зростає на етапі вторинної професіоналізації і далі ще більше – на етапі професійної майстерності.

Також підтверджено, що розвиток професійних спрямованості та компетентності тісно взаємопоєднані між собою у процесі професійного становлення фахівців соціономічних професій. Рівні професійної спрямованості та компетентності за різними показниками, самі по собі, практично не змінюються у віковому аспекті, а лише разом із переходом на наступний етап професійного становлення, являючи собою істотну передумову подібного переходу.

Такі провідні для фахівців соціономічних професій професійно-важливі якості як комунікативні та організаційні здібності, практично не змінюючись у виділених вікових групах, істотно підвищуються на етапі вторинної професіоналізації, і ще більше – на етапі професійної майстерності. Комунікативні здібності лише незначно розвиваються в процесі професійної діяльності фахівців соціономічних професій, а організаційні – взагалі не розвиваються. І тому вищих етапів професійного становлення здатні досягати переважно фахівці, які початково мають вищий рівень розвитку даних здібностей.

Показники сприятливих для професійного становлення фахівця чинників (рівень позитивності стосунків із колегами та начальством, а

також власного здоров'я), поступово та достовірно підвищується від одного етапу становлення до іншого, а показники негативних, або не змінюються (рівень стомлення за робочий день), або достовірно знижуються (всі чотири показники модифікації опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію). У той же час, у віковому аспекті всі названі показники залишаються достатньо стабільними.

Показники професійної спрямованості та компетентності мають найтісніші (*негативні*) кореляційні зв'язки із показниками опитувальника на професійне «вигорання» та деформацію. *Позитивні* достовірні зв'язки зафіксовано із показниками комунікативних та організаційних здібностей, а також здоров'я та позитивності стосунків із колегами і начальством.

Порівняння показників фахівців соціономічних професій із показниками фахівців професій інших типів показало, що за рівнем професійної компетентності вони практично не відрізняються. А за п'ятьма із восьми показників професійної спрямованості, які мають більше професійно-емоційне навантаження (задоволеність своєю професією і роботою, зацікавленість у власній професійній діяльності, задоволеність соціальним становищем, любов до своєї професії, зусилля, спрямовані на підвищення власного професійного рівня), фахівці соціономічних професій мають достовірно вищі показники.

За трьома ж показниками, які мають більше професійно-прагматичне навантаження (задоволеність змістом професійної діяльності, зарплатою та кар'єрою), виділені вибірки практично не відрізняються. Подібні відмінності можна розглядати в якості однієї із найбільш характерних особливостей професійної спрямованості фахівців соціономічних професій у порівнянні із фахівцями професій інших типів.

Фахівці соціономічних професій мають суттєво вищі, за фахівців професій інших типів, показники комунікативних та організаційних здібностей. Також вони значно менше підвладні професійним «вигоранням» та деформації, мають істотно кращі стосунки із колегами по роботі. Інші ж чинники, які здатні впливати на успішність професійного становлення фахівців (стосунки із та начальством, рівень стомлення за робочий день та рівень здоров'я), у виділених вибірках фахівців мають приблизно однаковий ступінь вияву.

Список використаних джерел

1. Балабанова К. В. Феномен життєстійкості в професійній діяльності осіб ризиконебезпечних професій / К. В. Балабанова // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. – 2016. – Вип. 53. – С. 5-12.
2. Зеер Э. Ф. Психология профессионального развития: Учебн. пособие / Э. Ф. Зеер. – 2-е изд. – М. : Издательский центр «Академия», 2007. – 240 с.
3. Кокун О. М. Теоретико-методологічні та практичні засади дистанційної психодіагностики в професійній сфері / О. М. Кокун // Практична психологія та соціальна робота. – 2010. – № 7. – С. 65-68.
4. Кокун О. М. Особливості прояву стресостійкості майбутніх фахівців соціономічних професій [Електронний ресурс] / О. Кокун, Дубчак Г. // Social and Human Sciences. Polish-Ukrainian scientific journal. – 2016. – №03 (11) . – Режим доступу: http://sp-sciences.io.ua/s2573969/kokun_oleg_dubchak_halyna_2016
5. Малхазов О. Р. Психологія праці (навчальний посібник) / О. Р. Малхазов. – К.: Центр навчальної літератури, 2010. – 180 с.
6. Психофізіологічне забезпечення професійного самоздійснення фахівця в умовах соціально-економічних перетворень : монографія [Електронний ресурс] / О. М. Кокун, В. В. Клименко, О. М. Корніяка, [та ін.] ; за ред. О. М. Кокун. – К.: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2018. – 298 с. – Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/712848>.
7. Панченко В. О. Модель підвищення рівня життєстійкості менеджерів комерційних організацій / В. О. Панченко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Психологічні науки. – 2015. – Вип. 126. – С. 122-127.
8. Kaplunenko Y. Personality prerequisites for Social Intelligence development among socionomic professionals / Y. Kaplunenko // Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools. – 2016. – № 1. – P. 230–244.
9. Kokun O. M. Professional self-fulfilment of skilled people of different professional groups and specialities / Kokun O. M. // Social Welfare. Interdisciplinary Approach. – 2015. – № 5 (2). – P. 19-32.

РОЗДІЛ IV

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ І ТЕХНОЛОГІЇ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЕФЕКТИВНОГО ФУНКЦІОНУВАННЯ ТА РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ ЖИТТЯ

4.1

ПСИХОЛОГІЧНА НАСТОЛЬНА Т-ГРА ЯК ТЕХНОЛОГІЯ КОРОТКОСТРОКОВОГО ПСИХОЛОГІЧНОГО КОНСУЛЬТУВАННЯ, КОУЧИНГУ, ТРЕНІНГУ (ПСИХОЛОГІЧНА ГРА З ЕЛЕМЕНТАМИ ТРЕНІНГУ «СМАРАГДОВЕ МІСТО»)

Большакова А. М.

Настільні психологічні Т-ігри як технологія надання психологічної допомоги дорослій людині

Розвивальний, корекційний, рекреаційний, діагностичний та ін. потенціал гри як особливої форми людської діяльності на сьогодні досліджено у різних галузях психологічної науки. У віковій психології показано, насамперед, її значення як провідного виду психічної діяльності у дошкільному віці, завдяки якому у психіці дитини формуються основні новоутворення віку [9]. В освітньому процесі середньої школи гра також відіграє суттєву роль як засіб навчання та виховання.

У дорослому віці спеціально створені та організовані психологічні ігри використовують з метою формування та розвитку комунікативних та професійних навичок особистості, згуртування колективів, з діагностичною та психокорекційною ціллю. Ефективність застосування гри як специфічної форми діяльності дорослої людини у практиці надання психологічної допомоги зумовлюється такими її особливостями, як: *вільний характер* (на відміну від праці ігровою діяльністю доросла людина займається заради задоволення, без врахування необхідності досягати певних конкретних цілей), *психологічна безпека* (можливість за власним бажанням обирати зміст, тривалість, глибину занурення в ігровий процес та інші обставини надають гравцеві відчуття контрольованості подій); *простір для проєкцій* (засто-

сування допоміжних матеріалів, спеціальних вправ та виконання ігрових дій сприяє відтворенню у свідомій ігровій діяльності неусвідомлюваних проблем, побоювань, комплексів, упередженості та ін.); *уявний характер* (ігрова ситуація у психологічній грі передбачає поведінку людини «не по-справжньому», в результаті, як зазначають психоаналітики, відбувається послаблення дії захисних механізмів, які зазвичай цензурують вчинки та висловлювання людини, отже – відбувається вільне виявлення психічних особливостей, загальмованих відчуттями тривоги, провини та сорому [8]).

Сучасні ігрові психотехнології на сьогодні реалізують в декількох видах: «ігрові оболонки», «великі» та «малі» рольові ігри, ігри – проживання, ігри-драми, ділові ігри (такі, що імітують, та такі, що відтворюють).

Окремим видом психологічних ігор, який на сьогодні набуває все більшого поширення, є настільні Т-ігри, які поєднують у собі характеристики, по-перше, власне настільної гри як форми рекреації та отримання задоволення (з урахуванням значної популярності настільних дозвіллевих ігор у різних верств населення) та, по-друге, таких форм практичної діяльності психолога, як психологічне консультування, психотренінг, коучінг (див. рис. 1).

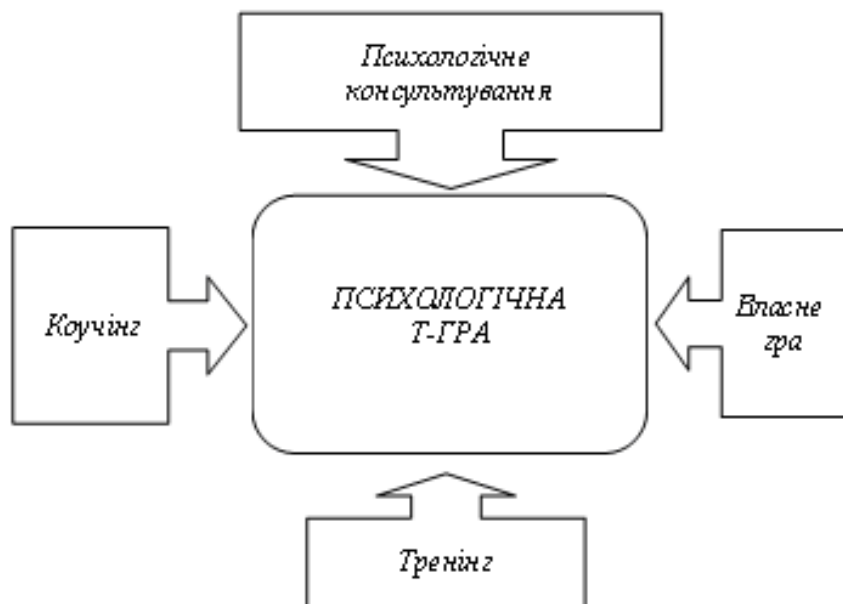


Рис. 1. Методологічні витoki виникнення настільних психологічних Т-ігор

Аналіз призначення та процедурних особливостей проведення дозволяє запропонувати робоче визначення настільних психологічних Т-ігор як категорії групових настільних ігор, що орієнтовані на психологічну роботу з

індивідуальними особистісними запитами учасників та спрямовані на винаходження оптимальних рішень складних життєвих ситуацій, прояснення та гармонізацію міжособистісних стосунків, здійснення важливих життєвих виборів, виявлення особистісних обмежень та ресурсів досягнення значущих цілей, самопізнання та саморозвиток.

Специфічними механізмами сучасної психологічної настільної Т-гри є механізм проєкції (реалізується завдяки розробки відповідних завдань, полупроєктивних запитань психолога – ведучого гри та роботі з метафоричними асоціативними картами як з допоміжним інструментом) та синхроністичності.

Проекція в процесі психологічної Т-гри виявляється як «процес, в результаті якого внутрішнє помилково сприймається як таке, що прийшло ззовні» [6, с. 146]. В реакціях учасників гри проєкція яскраво виявляється як певне «осяяння» за типом «це (картка з колоди МАК, окреме завдання, ігрова ситуація, тощо) дійсно про мене».

Синхроністичність є феноменом, описаним К. Юнгом, як «тип зв'язку, що відрізняється від причинного детермінізму та проявляється у не випадкових випадковостях, смислових співпадіннях..., одночасному перебігу подій, що мають смисловий зв'язок одна з іншою» [10]. У настільних психологічних Т-іграх реалізація принципу синхроністичності відбувається у відповідності до зазначеного девізу «випадковості не випадкові», отже, передбачається, що будь яка подія, що трапляється з учасником в ігровому процесі, може розглядатися як певна метафора, символ або знак того, що відбувається з ним у реальному повсякденному житті. Процес тлумачення таких метафор (знаків) відбувається за механізмом вже згаданої проєкції – учасник гри має відповісти, чому, на його думку, трапилася та, чи інша подія, як це характеризує його спосіб життя, світогляд, ставлення до оточуючих та ін.

Результатом участі у настільній психологічній Т-грі можуть бути: розуміння причинно-наслідкових зв'язків у ситуаціях власного життя; знаходження психологічного значення подій, що відбуваються, та прояснення їх обумовленості певними внутрішніми станами та особистісними якостями гравця; виявлення причин дисгармонійних внутрішніх переживань; знаходження ресурсів та виявлення перешкод на шляху до значущих цілей; визначення ресурсних та не ресурсних стратегій поведінки; здійснення вибору, прийняття важливого рішення; прогнозування розвитку подій життя.

Ефектами участі у психологічній грі (безпосередніми та відтермінованими) є зміни на емоційному рівні (позитивні переживання від самої гри, стабілізація емоційного стану, зняття тривоги та напруги), когнітивному рівні (розширення уявлень про себе та стосунки з оточуючими), мотиваційному рівні (виникнення і закріплення прагнення до самозмін та саморозвитку, досягнення важливих життєвих цілей), поведінковому рівні (вироблення рішень щодо змін стратегій поведінки в різних ситуаціях).

Вивчення існуючих на сьогодні настільних психологічних Т-ігор дозволяє дійти висновку про можливість їх типологізації (визначення видів) за декількома важливими критеріями.

За домінуючою методологією психологічної гри (теоретична база створення, особливості пояснення отримуваних учасниками результатів, термінологією та ін.) можна виокремити ігри:

- власне психологічні (методологія гри базується на науково обґрунтованих знаннях про особливості психічної діяльності людини та суспільства, процедура проведення та тлумачення (обговорення) результатів відповідає класичним законам та правилам проведення психотренінгів та психологічного консультування); такі ігри зазвичай надають учасникам можливість опрацювання широкого кола як внутрішньоособистісних, так і соціально-психологічних проблем);
- коучінгові (методологія гри базується на різних методологічних концепціях коучінгу); такі ігри майже виключно спрямовуються на опрацювання процесу досягнення конкретної мети, на початку процесу значна увага та час приділяються «правильному, коучінговому» формулюванню цілі;
- езотеричні (методологією створення гри та пояснення отримуваних результатів є певна сукупність «таємних, скритих» знань, які не відповідають сучасним науково обґрунтованим відомостям, наприклад «22 Аркана Таро», «Ліла», «Ліла чакра» та ін.); такі ігри можуть бути побудовані на уявленнях астрології, карт Таро (та інших передбачувальних систем), положеннях східних релігій та духовних практик. Слід зазначити, що езотеричні ігри можуть передбачати психологічний варіант проведення та інтерпретації отримуваних результатів, при якому езотеричні концепти використовують як символи, метафори та об'єкти проєкцій для виявлення учасником гри своїх особистісних та соціально-психологічних якостей;

– фінансові (методологією створення гри є економічні закони у поєднанні з психологічними принципами аналізу монетарної поведінки та установок особистості).

За змістовою особливістю цільової спрямованості настільні психологічні Т-ігри можна класифікувати на універсальні (це більшість ігор, що існують на сьогодні, в них можна брати участь з будь-яким запитом/метою та, навіть, без запиту) та спеціалізовані (які передбачають опрацювання цілі лише з певної сфери людського буття, наприклад гра «Обличчям до обличчя» – це прояснення стосунків з оточуючими, «КармаН» – вивчення психологічних механізмів досягнення фінансового благополуччя).

Ще одним параметром класифікації настільних психологічних Т-ігор, важливим для розуміння архітекτονіки та механіки їх створення і проведення, є особливості структури ігрового простору. За цією ознакою можна виділити ігри з ігровим полем (структурованим на певні елементи, що відповідають змісту гри, та неструктурованим) та ігри без ігрового поля (на сьогодні таких лічені одиниці, наприклад, найвідоміші «Лабіринт віддзеркалень», «Імперія магів», «Колісниця»).

За передбаченими особливостями взаємодії гравців можна виокремити ігри інтровертовані (в яких спілкування гравців виключається, або не є обов'язковим, наприклад «Ліла чакра») та екстровертовані (ігри, в яких взаємодія з іншими учасниками передбачена правилами та є важливим механізмом особистісної динаміки, наприклад «Імперія магів» або «Колісниця»).

До процедурних особливостей настільної психологічної Т-гри, які теж можуть визначати специфіку її перебігу та особистісної динаміки учасників, можна віднести тип запиту (мети) учасника, регулятор просування процесом, особливості ролі ведучого та його поведінки, варіанти завершення гри.

Щодо запиту (мети, проблеми), з яким працюють учасники, то він може бути узагальненим (вивчити себе) або конкретним: відкритим (якщо учасник повідомляє його іншим та ведучому, а також промовляє усі усвідомлення та розуміння, що «приходять» під час гри) та закритим (гравець не промовляє ані своєї мети/проблеми, ані проміжних/кінцевих варіантів її опрацювання). Хоча у сучасних психологічних іграх (де одним з провідних принципів є вільне самовизначення та комфорт учасників) приймаються як узагальнені, так і

конкретні закриті запити, найбільш продуктивним, з точки зору ефективності надання психологічної допомоги, є конкретні відкриті запити, які дозволяють ведучому гри спрямовувати особистісну динаміку учасника.

За психологічною особливістю регуляції розгортання ігрового процесу можна виокремити ігри екстерналізовані та інтерналізовані. В екстерналізованих іграх динаміка та напрям руху учасників ігровим простором визначається за принципом «долі» – зазвичай, для цього використовують кубики з різною кількістю граней –шість (власне кубик), чотири, вісім, десять, дванадцять та ін. В інтерналізованих іграх просування учасників по ігровому полю залежить від результатів його дій (прийнятих рішень, усвідомлених особливостей, досягнутих домовленостей та ін.).

Роль ведучого у процесі настільної психологічної Т-гри може бути роллю власно ведучого (керівника процесу, який роз'яснює правила, надає завдання, задає запитання, коментує дії та висловлювання учасників) та «еталонного гравця» (у цьому випадку ведучий, поряд з організацією ігрового процесу, на рівних правах з іншими гравцями опрацьовує свій особистий запит). Слід зазначити, що участь ведучого у грі в якості гравця є доцільною лише за умов потреби у розширенні репертуару стратегій мислення та поведінки, за якими можна спостерігати у грі, або за необхідності дотримання визначеної кількості гравців.

Закінчення процесу настільної психологічної Т-гри може відбуватися за такими варіантами: «виграш» (досягнення певного елементу ігрового простору, досягнення визначеного результату) одного з учасників; завершення часу (рекомендується у будь якому випадку закінчувати гру на позитивних, ресурсних результатах); завершення повного циклу гри (проходження усього ігрового простору), власне бажання учасника (за наявністю інших справ, усвідомленням «перенасиченості» отриманою інформацією, відчуттям психологічного або фізіологічного дискомфорту та ін.).

У якості додаткових інструментів при проведенні ігор можна використовувати метафоричні асоціативні карти, арт-терапевтичні техніки, психогімнастичні вправи, дихальні практики та інші форми психологічної роботи.

На завершення загальної характеристики настільних психологічних Т-ігор як інструмента надання психологічної допомоги, доцільно зазначити авторську позицію щодо обмежень в їх застосуванні. Уявляється, що через

короткочасність та одноразовість процедури (у середньому психологічна Т-гра є одноразовою акцією тривалістю до 4-5 годин) участь в ній не слід пропонувати особам із нестабільною психікою (за виключенням тих випадків, коли участь у грі є окремим елементом цілісного консультативного, корекційного або психотерапевтичного процесу). Також рекомендується відмовлятися від опрацювання запитів, пов'язаних з наслідками тяжких життєвих ситуацій (хвороби, втрати та ін.) через можливість ще більшої травматизації гравця та негативного впливу на оточуючих.

Психологічна Т-гра з елементами тренінгу «Смарагдове місто»: характеристика

«Смарагдове місто» – настільна психологічна Т-гра з елементами тренінгу, консультування та коучінгу, яка дозволяє знайти ресурсні і здолати нересурсні стратегії досягнення мети, просунутися в особистісному та професійному розвитку, гармонізувати стосунки з оточуючими.

В основі гри лежить метафора казки О. Волкова «Чарівник Смарагдового міста» (1939 р.), герої якої «дорогою з жовтої цегли» йшли до чародія за виконанням своїх заповітних бажань (отримання розуму, сміливості, здатності любити та ін.). У фіналі казки герої зрозуміли, що чарівник їм не потрібний. Завдяки дорозі з жовтої цегли, пригодам та випробуванням на ній вони усвідомили свої ресурси, навчилися ними користуватися і повірили у себе [2].

Загальна характеристика гри

Мета гри – «прямуючи дорогою з жовтої цегли» (просуваючись ігровим полем) захоплююче, але дбайливо дослідити актуальну проблемну ситуацію, опрацювати запит з будь-якої життєвої сфери, усвідомити і пробудити свої ресурси і навчитися їх використовувати.

Процес гри: учасники під керівництвом ведучого «дорогою з жовтої цегли» прямують до «Смарагдового міста» (до знаходження ресурсів, усвідомлення і подолання перешкод до досягнення поставлених цілей).

Потрапляючи за кидком кубика на різні елементи ігрового поля гравці отримують завдання, за результатами виконання яких, вони просуваються у вирішенні своєї проблеми, досягненні мети.

Формати проведення гри:

- індивідуальна консультативна робота;

- психологічна гра в групі (тривалістю 3 – 4 години) – кожен гравець прямує своїм шляхом і отримує завдання особисто для себе;
- психологічний тренінг (триваліший варіант) – гравці прямують до Смарагдового міста командою – завдання, які отримує кожен учасник, виконують усі, результати обговорюються.

Комплектація гри: ігрове поле, одинадцять колод карток відповідно до архітекτονіки і механіки гри, ігрові фішки, каунтери-ресурси шести кольорів, кубики, модифіковані бланки «Колеса балансу», маршрутний лист, збірка з вправами і завданнями для гравців та методичний посібник до гри для ведучого.

Хід гри

1. *Початок гри:* знайомство учасників, ознайомлення і обговорення правил поведінки, прийняття домовленостей про організаційні моменти (перерви, час закінчення гри, паузи на телефонні переговори та ін.)
2. *Формулювання запиту – постановка мети.*

Залежно від задуму ведучого можливі два варіанти проходження цього етапу (для кожного з них передбачено відповідний бланк):

- вільне формулювання мети у форматі бажань, намірів;
- коучінговий формат – чітка постановка мети як образу бажаного результату діяльності, того, що людина реалізує за допомогою усвідомленої, цілеспрямованої поведінки.

Правильно сформульована мета – це результат, що передбачається, сформульований так, щоб надихати, мотивувати та задавати чіткий напрям дій. За однією з моделей коучінгу коректно сформульована мета за своїми характеристиками має відповідати аббревіатурі PERFECT(Чудова):

P – positive (позитивна). Формулювання має бути позитивним: з використанням займенника **Я**, дієслів у теперішньому часі, без використання заперечення «не».

E – energetic (енергійна). Коректно сформульована мета має надихати, викликати бажання негайно діяти.

R – real (реалістична). Правильно сформульована perfect мета передбачає, що її досягнення має залежати від самої людини (як мінімум на 75 відсотків бути наслідком дій, які вона насправді спроможна вчинити). Надія на сприятливі обставини, виграш або допомогу інших враховуються, якщо є чіткі уявлення про те, як їх отримати.

F – frank (щира). Досягнення perfect мети має задовольняти основні життєві потреби гравця. Не приймаються намагання когось порадувати, відповідати якимось стандартам, щось комусь довести.

E – ecological (екологічна). Досягнення perfect мети має приносити тільки користь і радість. Якщо в результаті її досягнення постраждає щось важливе у житті учасника гри (наприклад, почне бракувати часу на щось суттєве) – така мета не приймається в опрацювання через гру.

C – concrete (конкретна). Perfect мета має включати якомога більше подробиць, уточнень і критеріїв її досягнення.

T – tasty (смачна). Perfect мета має подобатися гравцю в усіх своїх аспектах, зокрема, в особливостях процесу її досягнення.

Формулювання perfect мети з названими характеристиками має відповідати такій структурі: Я (який: стан здоров'я, зовнішності, емоцій...) (коли і де) (як і що роблю – дієслово у теперішньому часі) (уточнення - хто, що, скільки) (критерій досягнення).

Примітки: 1. Постановка мети в коучінговому форматі має істотні переваги: усвідомлення відмінностей між цілями і бажаннями (намірами), створення чіткого образу бажаного результату, відмова від ілюзій і помилок, усвідомлення страхів і інших обмежень, окреслення гравцем зони своїх можливостей і відповідальності. 2. Постановка мети в коучінговому форматі може викликати утруднення у учасників гри і потребувати допомоги ведучого. 3. Постановка мети в коучінговому форматі, як правило, вимагає значного часу. 4. «Посилити» етап постановки мети можна за рахунок введення певного ритуалу входження у гру, наприклад, прийнятність формулювання запиту оцінювати за киданням кубика (гра для гравця починається лише за умови випадіння певної грані, випадіння інших граней потребує доопрацювання формулювання). Введення такого ритуалу, особливо за умов багаторазового доопрацювання, сприяє кращому усвідомленню всіх аспектів бажаної цілі.

3. *Колесо життєвих ресурсів* – модифікований варіант роботи з відомою коучінговою технікою «Колесом життєвого балансу». Факультативний етап гри, який може бути виключений, наприклад, в умовах ліміту часу.

Учасники працюють з Колесом балансу, визначаючи, які ресурси для досягнення поставленої мети в яких сферах життя у них наявні на цьому етапі. У процесі роботи важливо скласти конкретний список ресурсів в таблиці. Колесо балансу у бланку зафарбовується для наочності (можна

запропонувати гравцям кольорові олівці, що відповідають кольорам дисків-каунтерів). Диски-каунтери різних кольорів символізують ресурси з шести життєвих сфер. Після заповнення Колеса ресурсів гравці отримують диски-каунтери відповідних кольорів (по сферах життя) у відповідній кількості (скільки згадали).

Робота з Колесом життєвих ресурсів завершується рефлексією під керівництвом ведучого гри. Рекомендовані питання для рефлексії:

- чи усі наявні ресурси було усвідомлено (названо)?
- чи усвідомлюють учасники, що ресурсами можуть бути абсолютно звичні речі (зовнішність, вдале місце проживання, друзі)?
- в яких сферах ресурсів більше / менше?
- як можна додати ресурсів у ті сфери, де їх бракує?

Отримані диски-ресурси або витрачаються у процесі гри (на відповідних елементах поля), або примножуються.

4. *Визначення місії на гру* (сили призначення). Факультативний етап, який вводиться в гру на розсуд ведучого.

Гравці дістають з відповідної колоди картку, з «Силою» (одна з п'яти варіантів: сила лідерства, сила відданості, сила любові, сила сміливості, сила мудрості), знайомляться з її психологічним змістом.

Отримання Сили гравцем супроводжується проективними запитаннями ведучого, наприклад:

- чому саме ця Сила дісталася в контексті поставленої меті?
- чи використовує гравець цю Силу?
- як Сила може допомогти у досягненні поставленої мети?

Надалі, при виконанні гравцями завдань по ходу гри, ведучий, за необхідністю, нагадує гравцям, яку місію вони отримали, та яку силу необхідно реалізовувати.

5. *Основний етап* проходження поля («Дороги з жовтої цегли»).

За кидком кубика гравець потрапляє на один з семи елементів ігрового поля з різним призначенням:

- мета (прояснення змісту різних змістових аспектів поставленої мети);
- Я (усвідомлення особистісних якостей, які мають суттєве значення з точки зору можливості досягнення мети);
- оточення (аналіз найближчого соціального оточення – родичів,

друзів, сусідів з точки зору впливу на процес досягнення мети та особистісну віру в її реалізацію);

- дії (аналіз поведінки – дій, які треба та не треба здійснювати задля досягнення встановленої мети);
- лінія часу (аналіз впливу психологічного минулого та уявлень про майбутнє на думки та дії щодо реалізації мети);
- перешкоди (усвідомлення перешкод на шляху до мети та можливостей щодо їх подолання);
- ресурси (виявлення та усвідомлення дієвості наявних особистісних, соціальних, фізичних, матеріальних ресурсів досягнення мети).

Потрапляючи за кидком кубика на той чи інший елемент поля, гравець дістає з відповідної колоди картку із завданням. Види карток :

- власне завдання. Отримане завдання /вправа виконується індивідуально (в форматі індивідуальної консультаційної роботи або психологічної гри) або усією групою (за умов тренінгового формату проведення гри), результати обговорюються;
- подарунок (факультативний елемент, який вводиться до гри на розсуд ведучого). Отримання ресурсів гравцем супроводжується проєктивними запитаннями ведучого: за що подарунок? чому саме у цій сфері? чому подарунок саме зараз? та ін.;
- життєвий вибір (факультативний елемент). Отримавши таку картку, гравець з відповідної колоди дістає описання ситуації вибору і здійснює його. За результатами прийнятого рішення та його рефлексії ведучий може примножити /витратити символи ресурсів учасника гри в тій або іншій сфері;
- ціна успіху (факультативний елемент). Отримавши таку картку, гравець з відповідної колоди дістає опис складної життєвої ситуації (з тих, що часто зустрічаються в повсякденному житті), аналізує її можливий вплив на своє життя і досягнення мети. За результатами рефлексії ведучий спільно з гравцем приймає рішення щодо втрати ресурсів у тій чи іншій сфері (залежно від того, які ресурси забрала б подібна ситуація у цього гравця). Втрата ресурсів супроводжується проєктивними запитаннями ведучого: чому випала картка втрати? чому саме у цій сфері? чому втрата відбулася саме зараз?;
- допомога друга (факультативний елемент), який надає гравцеві можливість попросити допомоги у вирішенні свого запиту у будь-якого іншого учасника. Можна просити: ради, ресурсів в подарунок, право ходу...

Можливі питання для рефлексії: як гравець ставиться до ситуації просити/отримувати/надавати допомогу? від кого гравець готовий/не готовий прийняти допомогу?....як гравець реагує на відмову у проханні про допомогу?;

– повернення (факультативний елемент). Отримавши таку картку, гравець викидає на кубик кількість кроків, на які треба повернутися. Повернення на декілька кроків супроводжується проєктивними запитаннями ведучого: чому довелося повернутися? чому довелося повернутися саме зараз? що ще треба зрозуміти, щоб рухатися далі? чому довелося повернутися саме на це поле?...)

6. *Підсумковий етап* проходження ігрового поля («Міст трансформації»). Проходження Мосту трансформації здійснюється без кубика – поступовим проходженням кожної з 5 позицій:

- готовність до змін - на цій позиції гравець усвідомлює необхідність змін і оцінює свою готовність / неготовність до них, Приймає рішення змінити щось у своєму житті;
- особистісне зростання – усвідомлення та формулювання напрямів позитивних особистісних змін, зміцнення мотивації;
- навчання – визначення напрямів навчання (отримання інформації, розвитку навичок, отримання освіти та ін.);
- дія – побудова планів конкретних дій з досягнення мети;
- ресурси – усвідомлення та резюмування ресурсів, які наявні у гравця для досягнення мети.

На етапі трансформації не передбачено виконання нових завдань. Основне завдання цього етапу – підведення підсумків, закріплення отриманих усвідомлень і прийнятих рішень.

7. *Завершення гри* – коротка рефлексія результатів проходження гри, отриманих вражень, усвідомлень, зроблених висновків, прийнятих рішень.

Психологічна Т-гра з елементами тренінгу «Смарагдове місто»: апробація ефективності

Для апробації ефективності настільної психологічної Т-гри «Смарагдове місто» як техніки надання короткочасної психологічної допомоги було проведено дослідження її впливу на розвиток особистісних якостей людини, важливих щодо побудови успішних стратегій життєздійснення.

Дослідження проведено у рамках концепції життєтворчості.

У сучасній екзистенційній психології життєтворчість визначають як «особистісно-орієнтовану практику розвитку та корекції відносин людини зі світом» [5, с. 108].

Український дослідник І. Єрмаков охарактеризував життєтворчість як процес, що інтегрує в собі певні аспекти проектування життя: «процес самовдосконалення особистості, набуття нею якостей, необхідних для самостійної і творчої побудови свого життя, – інтелектуальних, емоційно-вольових, морально-психологічних; спосіб розв’язання життєвих завдань; процес проектування, програмування і планування особистістю свого життя; спосіб корекції особистістю своїх життєвих цілей, свого життєвого успіху» [3, с. 11].

Аналіз результатів теоретичних та емпіричних досліджень психологічних та педагогічних проблем життєтворчості [3; 4; 7; 11] дозволив сформулювати основні положення цього наукового напрямку:

- життєтворчість є особливим, значущим проявом творчої природи людини, діяльністю, спрямованою на творче проектування та здійснення життєвого проекту. Проектуючи своє життя та здійснюючи цей проект, людина оволодіває мистецтвом жити – високою майстерністю в побудові життя, що ґрунтується на глибокому знанні життя, розвиненій самосвідомості та володінні системою засобів, методів та технологій життєвого проектування та життєздійснення;
- людське життя – це творення життя особистістю, життєтворчість спрямована на творення себе, побудову власного життя виходячи зі своїх особистісних властивостей, внутрішнього світу, світогляду, цілей, прагнень, розуміння смислу життя;
- життєве самоствердження особистості, її життєтворчість є результатом прийнятих нею рішень, здійснення вільних виборів з високим ступенем активності, нешаблонності та оригінальності, яку особистість проявляє при виконанні її соціальних ролей. Життєтворчість може бути притаманна особистості тільки на тому етапі життя, коли вона отримує здатність до самостійного прийняття важливих рішень, тобто формується як суб’єкт життєвого шляху;
- процес творчої побудови життя містить відтворення у свідомості людини цілісної картини свого світу, власного життя, його минулого, теперішнього та прогнозованого майбутнього, а також самої себе як частини світу;

- вузловим моментом життєтворчості є розробка стратегії життя – ймовірної моделі побудови та здійснення особистістю свого життя. Розробка стратегії життя передбачає: вибір провідного напрямку та способу життя, визначення головних цілей життя, послідовності та засобів їх досягнення; вирішення суперечностей життя в процесі досягнення життєвих цілей; фіксацію результатів процесу творення цінностей життя;
- провідну роль при створенні життєвої стратегії відіграють смисложиттєві орієнтації та життєві цінності, які визначають вибір ключових життєвих цілей та засобів їх досягнення;
- життєтворчість особистості передбачає створення та реалізацію життєвої програми, в якій вибудовуються послідовність життєвих цілей, етапи їх реалізації, періоди здобуття необхідних ресурсів, перетворення зовнішніх та внутрішніх умов існування;
- життєва програма втілюється в життя завдяки розробці життєвих планів, які мають конкретний характер, спрямовані безпосередньо на ціль та трансформуються залежно від змін ситуації, умов реалізації життєвої програми;
- сутнісною характеристикою життєтворчості є наявність усвідомлюваного смислу життя як провідного спрямування життя особистості на реалізацію певних життєвих цінностей та цілей. Уявлення життєтворчої людини про смисл життя стає провідним регулятором її активності;
- життєтворчість можлива за наявності високого рівня розвитку самосвідомості, оскільки творча організація життєвого процесу виходить зі сформованих уявлень про наявні умови життя та бажаний спосіб буття. Розвинута самосвідомість дозволяє оформити ці уявлення в концепцію життя, яка інтегрує в собі життєву позицію і життєве кредо особистості;
- у життєтворчості життєвий шлях людини постає як ціле, процес досягнення і зміни соціальних статусів й ролей, проходження певних вікових етапів, додання внеску в розвиток суспільства, еволюцію людства;
- життєтворчість обов'язково характеризується гуманістичною спрямованістю, високо моральним та духовним наповненням, вона пов'язана із самовдосконаленням особистості, прагненням до подолання особистісних вад та обмежень, турботою про благополуччя інших людей та оточуючого світу в цілому;

- сукупність життєтворчих здатностей складають основу життєвої компетентності, необхідної для вирішення поточних та стратегічних життєвих завдань і продуктивного здійснення життя в цілому;
- людина є суб'єктом свого життя та життєтворчості, вона свідомо та активно будує своє життя на основі сформованих уявлень про своє минуле, теперішнє та майбутнє (суб'єктивної картини життя);
- у будь-якій психічно здоровій людині закладений життєтворчий потенціал, можливість розвитку життєтворчих здібностей, вміння самовдосконалюватися, усвідомлено та творчо керувати своїм життєвим шляхом.

Вихідним припущенням дослідження ефективності психологічної Т-гри «Смарагдове місто» як техніки короточасної психологічної допомоги була гіпотеза про її позитивний вплив на що розвиток здатності людини до творчої побудови життєвого шляху, а отже, відповідає завданням цілеспрямованого розвитку життєтворчих здібностей особистості.

Сутність життєтворчого підходу, який реалізовано при розробці та проведенні оцінюваної гри, полягала у таких принципах:

- сприйняття кожного гравця як активного, ініціативного, відповідального суб'єкта власного життя, в якому, відповідно до його суто людської природи, вже закладений потенціал життєтворчості, а завдання психологічної гри – лише сприяння актуалізації цього потенціалу;
- спрямованість на усвідомлення кожним учасником гри себе як творця власного життя, прийняття відповідальності за наслідки своїх дій або бездіяльності на шляху до важливих життєвих цілей;
- ставлення до життя як до нескінченного ряду можливостей особистісного та професійного зростання, позитивних перетворень в усіх сферах життя;
- орієнтація на створення атмосфери творчого самопізнання, самопрогнозування, саморозуміння – усвідомлення гравцями як своїх сильних сторін так і обмежень, що ускладнюють процес досягнення встановленої мети;
- налаштування на майбутнє як етап життя, керований, контрольований та підвладний особистісним зусиллям, в якому мають бути реалізовані надбання гри.;
- ставлення до минулого як джерела позитивних емоцій, настанов, або принаймні цінного життєвого досвіду, який надихає учасників гри на досягнення встановленої мети та долаття перешкод на шляху до неї;

- орієнтація на проживання теперішнього часу за принципом «тут і зараз» – вміння цінувати та повноцінно проживати кожний момент існування;
- створення атмосфери творчого піднесення та переживання успіху від усвідомлення позитивних особистісних змін.

Для вивчення загального рівня розвитку життєтворчих здібностей та окремих їх видів в наших попередніх дослідженнях було створено відповідну психодіагностичну методику – «Опитувальник життєтворчих здібностей» [1], який містить вісім шкал:

- «осмисленість життя» – характеризує здатності людини знаходити смисл свого існування, відчувати безумовну цінність життя, формулювати власне життєве призначення;
- «життєстійкість» – описує здібності людини, пов'язані із здатністю протистояти життєвим труднощам: долати складні проблеми, розв'язувати конфлікти, опиратися деструктивному тискові та маніпуляціям оточуючих;
- «цілеспрямованість» – відображає життєтворчі здібності, що проявляються в умінні формулювати життєві цілі, бути активним, енергійним, рішучим, послідовним та наполегливим у реалізації задумів;
- «пластичність» – характеризує такі життєтворчі здібності, як толерантність до невизначеності, готовність до непередбачуваного майбутнього, гнучкість у життєвому плануванні, готовність до змін, відкритість новому досвіду, комфортні відчуття у незвичайних ситуаціях та несподіваних обставинах;
- «прагнення до особистісного зростання» – відображає впевненість у необхідності постійного особистісного та професійного зростання, активність у напрямку саморозвитку та самовдосконалення, прагнення до підвищення власної компетентності у різних сферах активності;
- «креативність» – відображає здатність людини зробити своє життя привабливим та цікавим, вміння знайти щось захоплююче у будь-якій справі, прагнення до створення нового у всьому, чим займаєшся;
- «рефлексивні здібності» – висвітлює зацікавленість людини у розумінні своїх особливостей, здатність знаходити психологічні причини своїх вчинків, прагнення до самопостереження з метою самопізнання.

Аналіз ефективності настільної психологічної Т-гри «Смарагдове місто», з точки зору її впливу на розвиток здатності до життєтворчості, здійснювалася шляхом зіставлення показників розвитку життєтворчих здібностей учасників гри, обмірюваних до та після її проведення.

Діагностика здійснювалася тричі: у перший раз – перед початком гри, другий раз – після її завершення, втретє – через місяць з моменту участі у грі. Результати першого діагностичного заміру показували початковий рівень розвитку життєтворчих здібностей гравців; результати другого заміру свідчили про «моментальну» ефективність гри; за результатами третього заміру можна було робити висновки про значущість та стійкість позитивних зрушень у розвитку здатності учасників гри до життєтворчості.

У дослідженні взяли участь 67 студентів віком від 18 до 23 років. 30 осіб склали експериментальну групу (шість команд з п'яти учасників, які брали участь у грі «Смарагдове місто»). 37 осіб склали контрольну групу (студенти, які не брали участі у грі та не знайомилися з її змістом).

Статистична значимість якісно-кількісних зрушень у життєтворчих здібностях учасників гри та контрольної групи визначалася за схемою «до та після» за допомогою t-критерію Стюдента.

Результати математико-статистичної обробки результатів первинної (1 замір), вторинної (2 замір) та ретестової (3 замір) діагностики життєтворчих здібностей в експериментальній (учасники настільної психологічної Т-гри «смарагдове місто») і контрольній групах узагальнені у табл. 1.

Таблиця 1

Апробація ефективності настільної психологічної Т-гри «Смарагдове місто» як технології розвитку життєтворчих здібностей особистості

Показники		Експериментальна група (учасники гри)				
		1 замір (перед початком)	2 замір (після завершення)	3 замір (через 1 міс.)	Оцінка розбіжностей значення t-критерію Стюдента	
					1/2 замір	1/3 замір
Опитувальник життєтворчих здібностей	Осмисленість життя	3, 11	3, 64	3, 71	2, 121*	2, 321*
	Життєстійкість	2, 78	3, 36	3, 39	2, 328*	2, 441*
	Цілеспрямованість	2, 12	3, 36	3, 49	3, 315**	3, 329**
	Пластичність	3, 44	3, 81	3, 87	2, 261*	2, 354*
	Прагнення до особистісного зростання	3, 17	3, 65	3, 76	2, 352*	2, 268*
	Креативність	3, 64	3, 85	3, 99	2, 154**	2, 169*
	Рефлексивні здібності	2, 85	3, 21	3, 17	2, 343*	2, 376*
Загальний показник		21, 11	24, 88	25, 38	2, 321*	2, 342*

Примітки: * статистична значущість при $p < 0, 05$; ** статистична значущість при $p < 0, 01$.

Дані, наведені у табл. 1, свідчать як про значний «моментальний» вплив гри «Смарагдове місто» на всі показники життєтворчих здібностей, так і на віддалений позитивний ефект участі в ігровому процесі за всіма життєтворчими показниками. Відсутність подібних значущих позитивних змін у контрольній групі дозволяє довести, що виявлений розвиток життєтворчих здібностей у даному випадку є не результатом стихійних факторів життя, а завдячує саме участі досліджуваних в оцінюваній психологічній Т-грі, яка є ефективною технологією надання короткострокової психологічної допомоги.

Список використаних джерел

1. Большакова А. М. Опитувальник життєтворчих здібностей. Вісник Нац. техніч. ун-ту України «Київський політехнічний інститут». Філософія. Психологія. Педагогіка: Зб. наук. праць. Київ: ЮЦ «Політехніка», 2010. – № 2.
2. Волков А. Волшебник Изумрудного города. Москва: АСТ, 2009. – 160 с.
3. Єрмаков І. Г. Життєтворча місія гімназії. Становлення виховних систем гімназії у контексті життєтворчості особистості. – Київ: Пульсари, 2003. – С. 4-18.
4. Життєва компетентність особистості: наук.-метод. посіб. / За ред. Л. В. Сохань, І. Г. Єрмакова, Г. М. Несен. – Київ: Богдана, 2003. – 520 с.
5. Леонтьев Д. А. Жизнетворчество как практика расширения жизненного мира. Материалы сообщений 1-й Всероссийской науч.-практ. конференции по экзистенциальной психологии. – Москва: Смысл, 2001. – С. 100-109.
6. Мак-Вильямс Н. Психоаналитическая диагностика: Понимание структуры личности в клиническом процессе. – Москва: Независимая фирма «Класс», 2001. – 480 с.
7. Мистецтво життєтворчості особистості: в 2 ч. Ч. 1: Теорія і технологія життєтворчості : наук.-метод. посіб. / Сохань Л. В. та ін. – Київ: [б. в.], 1997. – 391 с.
8. Райкрофт Ч. Критический словарь психоанализа. – СПб: ВЕИП, 1995. – 288 с.
9. Эльконин Д. Избранные психологические труды. – Москва: Педагогика, 1989. – 560 с.
10. Юнг К. Г. Синхронистичность. – Москва: Рефл-Бук Ваклер, 1997. – 320 с.
11. Ямницький В. М. Психологія життєтворчої активності особистості. – Одеса: СВД Черкасов М. П., Рівне: РДГУ, 2004. – 361 с.

КАЗКОТЕРАПЕВТИЧНЕ МОДЕЛЮВАННЯ ЕКЗИСТЕНЦІАЛЬНОЇ КРИЗИ ЯК ШЛЯХ АКТУАЛІЗАЦІЇ РЕСУРСІВ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

Бреусенко-Кузнєцов О. А.

Проблематика особистісного зростання (як розгортання, актуалізації потенціалу, закладеного в сутність особистості) становить типовий для казкотерапевтичної практики фокус уваги, принаймні якщо клієнтом виступає доросла людина. Власне, запит на «особистісне зростання» – у настановленнях гуманістичної традиції (А. Маслоу, К. Роджерс), де згадане поняття виникло, – передбачає радше постановку завдання, ніж вирішення проблеми. Проте, навіть коли до терапевта звертається не пацієнт із проблемою дефіцитарного характеру, а метамотивований клієнт із більш-менш усвідомленим завданням самореалізаційного плану, внутрішня проблемність у цьому запиті все одно виникає, адже внутрішній світ людини не є гомогенним у прагненні до позитивної трансформації, гармонії, самодостатності, креативності, моральної довершеності – та іншим показникам у відкритому реєстрі вимірів особистісного зростання. Завжди знаходяться сили, які цьому процесу протидіють, і йдеться не тільки про зовнішній, соціальний, але й про внутрішній, глибинний опір. У справі усвідомлення цих сил, їхньої інтеграції та гармонізації казкотерапія стає вельми ефективним засобом. Звісно, за умови відповідності цим завданням обраної казкотерапевтичної моделі.

«Казкотерапія – це зцілення казкою» [13]. Це найбільш широке визначення охоплює всі моделі використання казки у процесі зцілення і спирається на переконання, що казка «цілительна за самою своєю суттю, тому застосування її з терапевтичною метою є природним, можливим і необхідним» [13]. Термін «казкотерапія», що з'явився у 1990-ті роки, не випадково містить слов'янський корінь як ознаку походження. У всякому випадку, англійська версія терміну «fairy tale therapy», що означає внутрішній підрозділ бібліотерапії (терапії літературною творчістю), прийшла до нас пізніше і не змогла конкурувати з назвою, що традиційно склалися. На авторство у створенні казкотерапії як окремого

терапевтичного напрямку претендують казкотерапевти пітерської школи: Т. Зінкевич-Євстигнєєва [23-29], А. Гнездилов [20] та ін. (до речі, у Санкт-Петербурзі вперше створено Інститут казкотерапії – як організаційне оформлення школи, що там склалася), але варто мати на увазі, що осередки казкотерапевтичного руху в ті ж самі роки існували і поширювались також у Москві (І. Вачков [17]), Києві (О. Бреусенко-Кузнєцов [2-14], А. Колобовнікова), Харкові (Д. Арановська-Дубовис, О. Заїка, О. Цопа [1]), Мелітополі (О. Плетка) та інших містах.

Слід зазначити, що застосування казки в корекційних та терапевтичних процесах є надто різноманітним. Казки прослуховуються, прочитуються, просякнуті, пригадуються, аналізуються, обговорюються, тлумачаться, абсурдизуються, закінчуються, доповнюються, переписуються ще раз (переписування відомих казок), розповідаються (відомі розповідачу), записуються (відомі розповідачу), створюються (усно і письмово, індивідуально та спільно), записуються зі слів казкаря, складаються з елементів, циклізуються, римуються, промальовуються, протанцювуються, проспівуються, проговорюються на «тарабарській» мові, програються у драматизаціях, уявляються у візуалізаціях, програються лялькотерапевтично, піддаються розстановкам, втілюються у життєвих діях, використовуються у якості оракула. Більшість із перерахованих казкотерапевтичних дій може бути здійснена у межах арт-терапевтичного способу роботи. Головною же дією, визначальною до креативних можливостей роботи з казкою у максимально специфічній для казки продуктивній формі, є *створення*, тобто казківництво [13]. Звісно, ці «атомарні» дії об'єднуються в рамках тих або інших методів казкотерапії – згідно певної логіки загальної моделі терапевтичного застосування казки, в основі якої лежить певне уявлення про предмет казкотерапії. На цих уявленнях зупинимося докладніше.

Оскільки казкотерапія не претендує на статус окремої науки, а являє собою галузь психологічної практики, спрямованої на зцілення особистості, то основний теоретичний базис казкотерапії складають різноманітні теорії особистості (головним чином такі, що орієнтуються психодинамічно, феноменологічно, гуманістично, екзистенціально). Проте, інколи казкотерапевт і сам стає теоретиком особистості, виробляючи цілісний авторський психотерапевтичний світогляд. У такому разі питання об'єкту та предмету казкотерапії піддаються авторській рефлексії.

Об'єктом кожної науки (або практико-орієнтованої галузі науково обгрунтованого діяння) слід вважати ту реальність, яку ця наука (практико-орієнтована галузь) вивчає, із якою взаємодіє. Предметом кожної науки є дослідницька точка зору на її об'єкт. Отже, *об'єктом казкотерапії* є особистість як індивідуально виявлена психічна реальність. *Вибір предмету казкотерапії* конкретним казкотерапевтом починається з питання: «Що для мене казка?» (висхідний пункт для терапевтичного застосування будь-чого – визначення власного до цього відношення).

Деякі казкотерапевти вбачають у казці певний *сценарій* міжособистісного діяння особистості (підхід, орієнтований на транзактний аналіз Е. Берна та психодраму Я. Морено), інші – вироблену духовною культурою народу *ідеальну картину* взаємовідносин (педагогічно орієнтований підхід), треті – *зліпок* з узагальненої *родинної ситуації* (підхід, орієнтований на психоаналіз З. Фрейда), четверті – прояв *архетипів колективного несвідомого* (юнгіанський підхід). У представників кожного з названих підходів буде власний предмет казкотерапії і (в зв'язку з ним) власні стратегії роботи. Якщо казка являє собою сценарій, то людину від неї треба рятувати, демонструвати ілюзорність сценарних мети та засобів їхньої реалізації. Якщо казка несе мудрість народну, то людину треба нею навчати, намагатися, щоб вона її з найбільшою повнотою інтеріоризувала, прийняла всередину цінний зміст. Якщо казка висловлює проблеми в батьківській сім'ї, пережиті особистістю в ранньому дитячому віці, то таку казку треба аналізувати, витягати з неї потяги, страхи і травматичні події, що було витіснено. Якщо ж казка – символічний текст, що висловлює архетипічні витоки особистого буття, то таку казку слід розглянути в широкому міфологічному контексті, що вкаже на глибинний сутнісний сенс усього, що відбувається з людиною на площині повсякденності.

Оскільки предмет будь-якої наукової або практичної області являє собою *дослідницьку точку зору на реальність*, а не реальність як таку, то предмет казкотерапії також може існувати в безлічі редакцій. Оскільки він заявлений у якості точки зору, то слід змиритися з тим, що точка зору можлива не одна. Визначення *предмету казкотерапії*, на яке будемо спиратися ми, акцентує «*особистісне зростання клієнта в процесі творчості символічного тексту, що передбачає зустріч з глибинною*

особистісною проблематикою, з внутрішніми психічними ресурсами і надбання сутнісно обґрунтованих життєвих цілей і смислів» [14].

Обираючи наведене визначення предмету казкотерапії, ми, однак, вважаємо за безглузде заперечувати інші. Так, визначення Т. Зінкевич-Євстигнеєвої, яка під предметом казкотерапії розуміє «процес виховання Внутрішньої дитини, розвитку душі, підвищення усвідомленості подій, надбання знань про закони життя і засоби соціального прояву свідомої творчої сили» [23, с. 20], теж має право на існування – з огляду на актуальний методологічний плюралізм у сфері психологічної допомоги.

Певна річ, не кожний предмет казкотерапії та не кожна її модель є рівно відповідною завданням допомоги особистості в процесі особистісного зростання. Найбільш відповідними слід визнати екзистенціально-феноменологічний та символічний (юнгіанський) підходи, оскільки вони: а) конструктивно зорієнтовані (саме на інтеграцію особистості); б) не абстрагуються від екзистенціальних проблем та кризового характеру процесу зростання; в) налаштовані на довіру до казки і повноцінне використання її ресурсів; г) акцентують суб'єктну активність клієнта та особистісну відповідальність за зростання. Належні до них моделі казкотерапевтичного діяння передбачають залучення клієнта до створення власної казки, а не сприймання готових казкових текстів (як в педагогічно орієнтованих моделях) та не пригадування (як в реконструктивних психоаналітичних, або сценарних психодраматичних). А отже, ці найбільш відповідні казко терапевтичні моделі можуть бути витлумачені в якості вербальних різновидів арт-терапії в широкому сенсі (як зцілення шляхом творчого вираження). Створення казки має ту перевагу над відтворенням, що тільки той казковий текст, який побудує сама людина, буде в подробицях відповідати її актуальній екзистенціальній ситуації.

Слід зазначити, що також має значення піджанр створюваного казкового тексту. Так, серед інших піджанрів (казка про тварин, побутова, кумулятивна) лише чарівна казка має стійке відношення до процесів особистісного розвитку людини і забезпечує необхідну глибину казко терапевтичної рефлексії над екзистенціально значущими темами. Згідно історичним розвідкам О. Веселовського, В. Проппа [40], а також М. Еліаде [48; 49], Дж. Кемпбела [31], Є. Мелетинського [36; 45], О. Ранка [44],

М.-Л. фон Франц [46; 47] та ін., чарівна казка є культурним феноменом, змістовно та структурно спорідненим із героїчним міфом та ритуалами ініціації, що його акціонально втілюють. І хоча ряд дослідників схиляється до твердження про еволюцію міфу в казку; а інші стверджують паралельне виникнення казки та міфу із спільних мотивів, але для казкотерапевтичного застосування це не є суттєвим. Важливо, що головною відмінністю чарівної казки від героїчного міфу є не структура культурного феномену, а відношення до нього. Якщо чарівна казка сприймається як вигадка, то міф постає як дійсність (і навіть як єдина справжня дійсність – подія на початку часів, порівняно з якою реальність повсякденного життя людини сприймається як бліда тінь).

До героїчного міфу як справжньої реальності людського становлення, представник архаїчних суспільств долучався шляхом ідентифікації, який сприяв ритуал ініціації. Казка не має того сакрального статусу, щоб до її розвивального потенціалу хтось ритуально долучався, зате сам казковий текст містить здійснений символічними засобами вербальний опис процесу ініціації. Оскільки ж ініціація – це свого роду соціальна інституціоналізація переживання людиною екзистенціальної кризи, зрозумілим стає і той характер базового впливу чарівної казки на особистісне зростання, на який мають спиратися казкотерапевтичні технології.

У чому ж конкретно полягає та структурна особливість чарівної казки, яка робить її корисною у переживанні особистістю екзистенціальної кризи? Щоб відповісти на це питання, ми можемо або прикласти казку до певної готової динамічної моделі кризи, щоб шукати відповідності, або ж – прикласти кризу до казки, вбачаючи в її сюжетній структурі символічний опис певної кризової динаміки. Саме цей останній шлях і був реалізований в наших працях, де запропоновано *стадіальну модель екзистенціальної кризи* [2; 4; 6; 15]. Згідно даній моделі, а також *моделі екзистенціального тлумачення чарівної казки* [2], що їй передувала, в динаміці екзистенціальної кризи особистості виділено вісім стадій, які за змістом відповідають казковим темам (більш крупним одиницям, у які заради спрощення схеми аналізу казки було об'єднано 31 «атомарну» функцію за В. Проппом [41]. Результати співставлення стадій екзистенціальної кризи та характерних для чарівної казки тем наведено в табл.1.

**Співвідношення між стадіями екзистенціальної кризи та
казковими темами**

№ стадії	Назва стадії	Назви тем
1	Висхідна стадія	Висхідна ситуація, Чарівне народження героя
2	Маніфестація кризи	Порушення заборони, Нестача, Втрата, Шкідництво (Антагонізм), Зачарований жених
3	Вибір (Реакція на кризу)	Вигнання, Викрадення, Поглинання (Ув'язнення), Мандрівка
4	Звернення до прихованих резервів	Чарівний помічник, Чарівний предмет, Дарування
5	Трансценденція й боротьба (Пік кризи)	Перехід, Боротьба героя з антагоністом
6	Подолання залишкових явищ	Переслідування, Зрада супутників, Повернення, Спляча героїня
7	Випробування новоутворень	Складне завдання, Покарання
8	Досягнення екзистенціальної цілі	Одруження, Отримання царства

Отже, згідно стадіальній моделі екзистенціальної кризи, у перебігу цього явища можна виділити вісім стадій, що перебувають у відповідності до морфологічної схеми чарівної казки за В. Проппом [41]. Перш ніж викласти цю стадіальну логіку процесу екзистенціальної кризи, слід також зазначити, що в спеціальному дослідженні вказано на функціональну відмінність даних стадій у розвитку ціннісно-сислової сфери особистості [4; 6]. Оскільки ж у подальшому тлумаченні змісту кризових стадій ми будемо звертатися до отриманих в ньому даних, а також оскільки ціннісні феномени слід визнати найбільш показовими в плані екзистенціальних кризових зрушень, є сенс уточнити, яке саме тлумачення ціннісно-сислової сфери особистості обрано в якості базового.

Слід зазначити, що поняття «цінність» у психології не є ані сталим, ані остаточно сформульованим. Психологічні тлумачення цінностей особистості зводять їх до психодинаміки потягів (З. Фрейд), ототожнюють із потребами (А. Маслоу), особистісним смыслом (Г. Оллпорт), утвореннями, похідними від мотивів діяльності (Д. Леонтьєв), характеристикою підтримки людські здатності та життя (Е. Фромм), переконаннями (М. Рокич), соціальними настановами (В. Ядов), регуляторами потоків інформації (когнітивісти),

значущістю для людини чогось у світі (С. Рубінштейн), одухотвореними явищами людського буття (І. Маноха), утвореннями свідомості й самосвідомості людини, в яких віддзеркалені актуальні життєві потреби, інтереси, погляди і ставлення до дійсності й себе (М. Боришевський).

З огляду на методологічний принцип «творчої самодіяльності» (С. Рубінштейн), ціннісні феномени слід розглядати в ширшому контексті, ніж система «особистість-суспільство», і поряд з соціалізацією визнавати внутрішній, самодіяльний шлях їхньої генези й детермінації – індивідуальну «ціннісну творчість» (І. Маноха). Розглянута в контексті опозиції категорій «індивідуальне-універсальне» цінність опиняється носієм не суто-соціального, а передусім духовного (сутнісного) в особистості. Цінності формуються у внутрішньому (духовному) досвіді особистості, головною передумовою їх утворення є трансцендіювання як перехід від світу феноменів до світу сутностей. Необхідність цього переходу і зумовлює духовні кризи людини.

Змістовим аналогом ціннісно-сислової сфери нами обрано *досвід екзистенціального діяння*, тобто граничну форму досвіду діяння, який є передумовою, процесом та результатом «психологічного впливу» – механізму реалізації онтологічних відношень людини (І.П.Маноха). Досвід екзистенціального діяння виражає міру зрілості людини у виборі стратегічної моделі власного буття. Він є умовою (як архетипи та вже сформовані індивідуальні ціннісні феномени), процесом (як акт вибору, самодіяльності) і результатом (як створені ціннісні феномени) таких видів екзистенціальної активності як: 1) орієнтація людини у трансцендентному (сутнісному, духовному) вимірі власного життя; 2) пошук глибинних причин можливих відхилень від реалізації в житті власної сутності; 3) вибір стратегії та міри пошукової активності особистості; 4) надбання екзистенціально-корисних (та шкідливих) засобів екзистенціального діяння, внутрішніх ресурсів, здібностей, способів діяння; 5) запобігання деструкції, 6) протистояння й 7) подолання деструктивних тенденцій зовнішньої та внутрішньої природи, які чинять опір повноті буття; 8) глибинна (сутнісна) інтеграція людини; 9) самотрансформація людини, надбання феноменальних новоутворень, що характеризують міру її зрілості в реалізації людського буття; 10) випробування і 11) збереження новоутворень; 12) подальший їх розвиток,

13) відмирання. Найпростішою формою існування екзистенціального досвіду є досвід безпосереднього сприймання трансцендентного, який виявляє себе у простому враженні самоцінності чогось; складні форми пов'язані із рефлексією та сутнісним перетворенням предмету ціннісного відношення. Окремі ціннісні феномени трактуються як одиниці «досвіду екзистенціального діяння» [4; 6].

Запропоновану *рівневу модель організації ціннісно-сислової сфери особистості* вміщено на рис. 1.

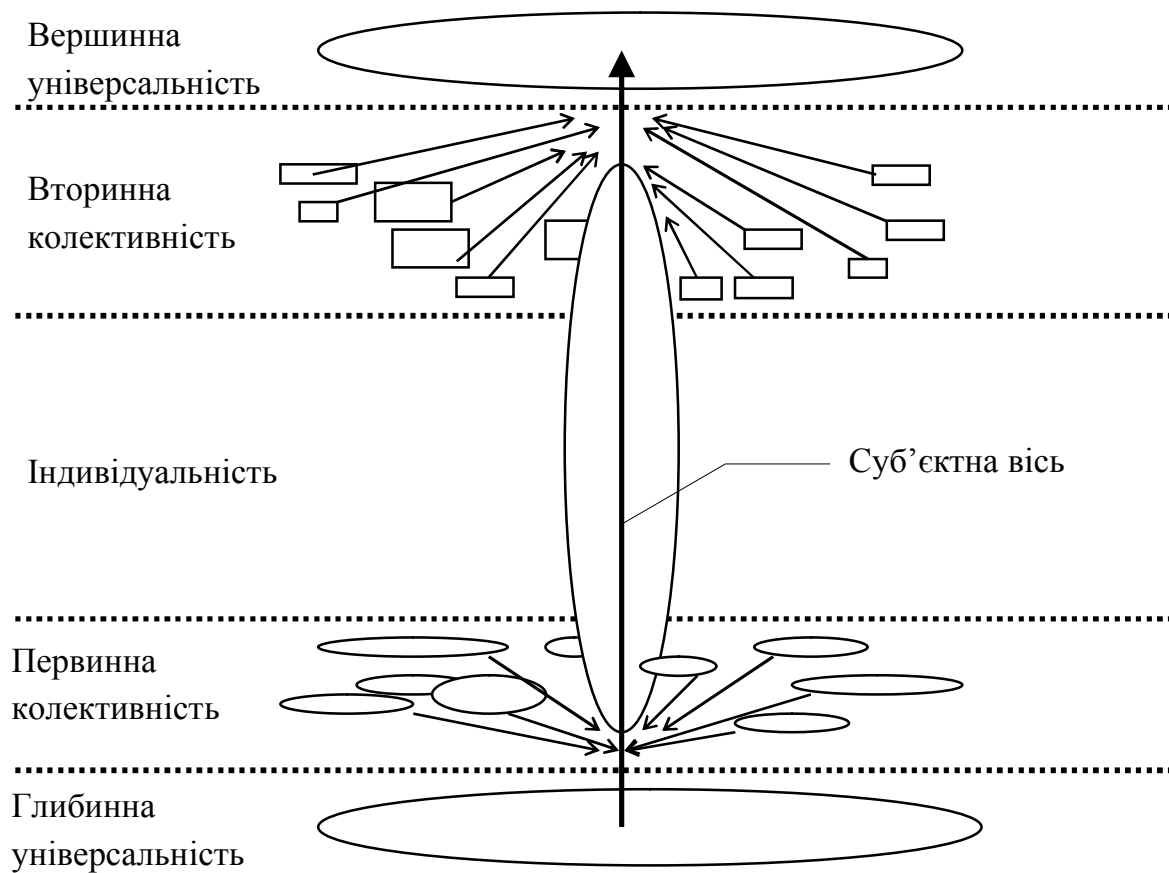


Рис.1. Рівнева модель ціннісно-сислової сфери особистості [4]

Як бачимо, презентована модель складається з таких рівнів, поєднаних спільною *суб'єктною віссю*, яка задає вектор розвитку:

- «глибинна універсальність» – рівень апіорних структур екзистенціального досвіду, «архетипів» (К. Юнг), узятих в аспекті загальнолюдської єдності;
- «первинна колективність» – рівень архетипів, узятих в аспекті множинності, колективності, конфліктності;

- «індивідуальність» – рівень індивідуальних ціннісних феноменів, – одиниць досвіду екзистенціального діяння індивіда (продуктів індивідуального переживання архетипів);
- «вторинна колективність» – рівень соціально опосередкованих ціннісних феноменів, утворених шляхом стереотипізації індивідуальних і призначених для полегшення адаптації особистості до соціальних спільностей;
- «вершинна універсальність» – рівень «канонів» (В. Роменець), продуктів ціннісної творчості людини, які становлять поновлену єдність уселюдського в індивідуальному [4; 5; 6; 10].

Кожен рівень складається з ціннісних феноменів (одиниць «досвіду екзистенціального діяння»), які відрізняються за формою досвіду. Розвиток ціннісно-сислової сфери відбувається від одного рівня до іншого за такою логікою: диференціація архетипів – народження ціннісних феноменів індивідуального досвіду – соціальна адаптація ціннісних феноменів – культурно-історична (ціннісна) творчість. Єдину лінію розвитку даної сфери обумовлює так звана «суб'єктна вісь», яка пронизує всі рівні.

Моменти переходу між рівнями створюють можливість екзистенціальних криз. Генетичні зв'язки між конкретними феноменами різних рівнів можуть: а) відбуватися як пряма трансляція; б) не відбуватися взагалі; в) відбуватися через суб'єктне опосередкування, трансформацію феномену. Тільки третій шлях сприяє справжній інтеграції рівнів ціннісно-сислової сфери особистості.

Ціннісно-сислова сфера особистості має сторони:

1. змістову - ціннісний простір та конкретні феномени: архетипи, індивідуальні ціннісні структури (ціннісні орієнтири, ціннісні норми, ідеали, ціннісні враження, ціннісні уявлення, ціннісні позиції або орієнтації, ціннісні інтроекти й паттерни, смисли, смислові настановлення, цінності та смисл життя), соціальні ціннісні структури;
2. динамічну (до якої належить макродинаміка сфери в цілому та мікродинаміка окремих феноменів). Динаміка ціннісно-сислової сфери особистості із необхідністю має екзистенціальний аспект (обрання людиною певної моделі буття), який досягає повного виявлення в актуальності екзистенціальної кризи, але не є відсутнім також у некризові періоди життєвого шляху [4; 6].

З огляду на таке розуміння ціннісно-смислової сфери особистості ми можемо з більшою докладністю презентувати й *стадіальну модель динаміки екзистенціальної кризи*, тою мірою, якою вона а) відбиває логіку становлення екзистенціально-виправданої цілісності ціннісно-смислової сфери; б) може бути простежена на матеріалі створюваних особистістю чарівних казок:

1. *Висхідна стадія* (передкризова). На ній відбувається латентне визрівання кризової ситуації. Феномени ціннісно-смислової сфери ще не випробувані на стійкість, сфера в цілому має ознаки інфантильності. Відповідною темою чарівної казки є «Висхідна ситуація» (у якій подається передкризове благополуччя героїв «у деякому царстві - деякому государстві», багато в чому подібне до щасливого й необізнаного у питаннях добра і зла життя Адама та Єви в умовах Едемського саду).

2. *Стадія маніфестації кризи* супроводжується проявами глибинних деструктивних сил, дезорганізацією повсякденного життя особистості; її ціннісно-смилова сфера набуває характеру проблемності. У казці ця стадія постає у темах: а) «Порушення заборони» (у «Синій бороді» героїні не можна заглядати за таємні двері, але потрібно, щоб дізнатись про жахливу правду власного життя - аналогом чого з книги Буття є заборонене дерево, яке дає обізнаність у питаннях добра і зла); б) «Нестачі» (старіє цар, потрібні йому омолоджувальні яблука; підростає царевич, потрібна йому наречена) або в) «Шкідництва» (змій викрав царівну; чудовисько обклало даниною місто);

3. *Стадія реакції на кризу* (стадія вибору) містить відповідь суб'єкта на кризову ситуацію – це або активний опір кризі й пошук її сутнісних причин, або підкорення. У чарівній казці реакції героя відрізняються за мірою активності: а) «Мандрівка» (найбільш активна форма протидії кризі – герой сам вирушає на пошуки невідомого джерела біди або небезпеки); б) «Вигнання» (вимушена мандрівка, рішення про неї прийнято не героєм, а сторонніми силами); в) «Викрадення» (насильницька мандрівка, протягом якої герой вимушено виконує чужу волю, інколи з користю для себе – засвоює «чарівну науку»); г) «Поглинання» або «Ув'язнення» (сили героя паралізовано обставинами - він перебуває у череві кита, у бочці, яку несе по океанських хвилях).

4. *Стадія знаходження ресурсу протидії* (пошуку прихованих резервів) передбачає надбання особистістю екзистенціально-корисних здібностей (інструментальних ціннісних феноменів), які сприяють таким видам екзистенціального діяння як подолання дезорієнтації у кризі, пошук її витоків, протистояння деструкції, відновлення вітального ресурсу, проходження випробувань тощо. У казці за цю стадію відповідають теми: а) «Дарування» (добра фея виряджає Попелюшку на бал, Яга орієнтує Івана у пошуках та забезпечує його необхідними предметами); б) «Чарівний предмет» (герой одержує чарівний клубок - «нитку Аріадни», чоботи-сороходи, шапку невидимку); в) «Чарівний помічник» (царевич зустрічається із сірим вовком). Чарівні предмети та помічники за своїми функціями можуть бути розподілені згідно тим психічним здатностям, які вони презентують (так у літературній казці «Чарівник країни Оз» Страшила, залізний лісоруб та лев набувають здібностей, відповідних головним сферам психічного: інтелектуальній, емоційній, вольовій);

5. *Стадія трансценденції та боротьби* (пік кризи) є вирішальною у визначенні продуктивності кризи (особистісний розвиток чи деградація) і вимагає граничної мобілізації екзистенціальних здібностей людини у вирішенні глибинної проблеми. У чарівній казці даній стадії відповідають теми: а) «Переходу» (царевич за допомогою чарівних засобів дістається замку змія); б) «Боротьби» (царевич перемагає змія, ліквідує біду, заподіяну під час «Шкідництва»);

6. *Стадія подолання залишкових явищ* супроводжується конфліктом сил меншої інтенсивності, який розгортається на глибинному рівні (як намагання внутрішніх деструктивних сил відтворити другу стадію кризи) та на поверхневому (як актуалізація хибних цінностей – паттернів, – які прагнуть повернути особистість до першої стадії). У казці стадію презентують теми: а) «Переслідування» (царевич, який тільки що переміг антагоніста, вимушений вдатися до втечі, оскільки виявилось, що в переможеного змія була мати, або інші родичі; з ними змагатися він навіть не намагається; царевич кидає за собою чарівні речі, з яких на шляху погоні виростають перепони, але переслідувач все одно їх прогризає, знов женеться за героєм, поки той не виставить нездоланну перепону); б) «Зради» (хитрий генерал забирає царівну та трофейні голови змія, старші брати вбивають Івана, щоб привласнити його майно та славу);

в) «Повернення» (герой повертається з мандр додому – тобто, додамо від себе, з глибини назовні, до суспільного рівня ласної життєвої ситуації);

7. *Стадія випробування новоутворень кризи* стосується досягнень оновленої у кризі особистості в суспільно-значущій діяльності повсякдення, у культурно-історичній творчості. Її ефективність як суб'єкта різних діяльностей верифікує ціннісні надбання. Тут головними темами є: а) «Складне завдання» (дівчинка повинна серед зими здобути пролісків; Іван, щоб підтвердити свою силу, має спорудити за ніч золотий палац, а у наступну ніч - кришталевий міст у сусідню державу); б) «Покарання» (справжній герой перемагає на турнірі несправжнього; Іван за допомогою зміїних язиків доводить брехню генерала; несправжньому герою вказують на відповідне йому місце, або страчують);

8. *Стадія досягнення екзистенціальної цілі* (посткризова) полягає у закріпленні людини на досягнутому шляхом кризи рівні буття; ціннісно-сміслова сфера набуває певної гармонії, інтегрована вершинним феноменом смислу індивідуального життя. Останній стадії кризи відповідають фінальні теми казки: а) «Одруження» (пробуджена спляча героїня одружується з рятувальником, Іван – із здобутою в змія царівною); б) «Трансформація» (вийшов Іван з останнього котла «красенем писаним»); в) «Отримання царства». Остання тема свідчить про те, що ті функції, які цар виконує відносно держави (законодавчу, виконавчу, судову), суб'єкт кризи відтепер має (і може) виконувати відносно власного життя [2; 4; 6; 15].

Методом емпіричного дослідження, що спирався на вищенаведені теоретичні моделі, стало «Створення чарівної казки». Даний метод передбачав завдання досліджуваним із створення чарівної казки, забезпечене детальною інструкцією, за якою можна було ідентифікувати ознаки саме цього казкового піджанру (інструкція містила детальний опис функціональної структури тексту чарівної казки, функціональних типів казкових героїв, жанрових можливостей та обмежень), а також бланками самооцінки створеного тексту та експертної оцінки (пропонувалась спеціальній експертній групі. Робота передбачала: 1) моделювання ситуації подолання екзистенціальної кризи (творче завдання експериментальній групі); 2) самооцінку об'єктивованого результату (за критеріями задоволеності, завершеності, змістової єдності із життєвою ситуацією та часової локалізації казкових подій); 3) експертну оцінку тексту (оцінювалась

наявність у кожній казці характерних казкових тем, міра відповідності текстів жанру, знак динаміки екзистенціальної кризи (+;-) та моменти включення захисних механізмів у досліджуваного); 4) формальний аналіз казки (створення її формули на базі переліку казкових тем та їх аспектів), забезпечений моделлю екзистенціального її тлумачення, а також змістовну презентацію досліджуваним результатам аналізу.

Продуктивність переживання особистістю ситуації екзистенціальної кризи визначалась взаємодією таких показників, як:

1. «об'єктивна кризовість» ціннісно-смислової сфери особистості, змістовими ознаками якої виступають згорнутість ціннісного простору на одному (чи більше) рівнях та відчуженість ціннісних відношень (та феноменів) від «я»; а динамічною – інтенсивність актуалізації відчужених відношень (та феноменів) – вивчалась іншими методами, які немає змоги тут презентувати;
2. «суб'єктивна готовність» особистості до екзистенціальної кризи, динамічними ознаками якої є об'єктивне благополуччя перебігу кожної зі стадій кризи та суб'єктна активність на цих стадіях; а змістовою - функціональна специфіка актуалізованих засобів переборення кризи (екзистенціальних здібностей) – вивчалась саме шляхом контент-аналізу казкових текстів [4; 6].

Слід зазначити, що динаміка ціннісно-смислової сфери особистості, яка вивчалась у дослідженні – це переважно феноменологічна динаміка, розгорнута не в реальному часі, а в умовному часі подій створюваної казки та життя її героя (тоді як реально-практичний рівень дослідження динаміки більш традиційно забезпечувало два пред'явлення методики М.Рокіча). Отже, на феноменологічному рівні аналітичної моделі дослідження було піддано аналізу дані за методикою «Створення чарівної казки». Пошук динамічних тенденцій розгортання «суб'єктивної готовності» ціннісно-смислової сфери особистості до екзистенціальної кризи відбувався через статистичне зіставлення груп досліджуваних за ознаками об'єктивного благополуччя і суб'єктивної активності на різних стадіях (було задіяно ϕ^* -критерій).

Так, було виявлено, що група з максимальною активністю на стадії початку кризи (2 ст.) частіше решти ($p=0,002<0,01$) переживала максимальне благополуччя під час вибору стратегії відповіді (3 ст.). У той же час група з максимальним неблагополуччям початку кризи (2 ст.) частіше ($p=0,001<0,01$)

виявляла максимальну або переважну активність у виборі (3 ст.). Група з максимальним та переважним благополуччям стадії пошуку ресурсу (4 ст.) з невизначеною значущістю частіше решти досягала максимальної та переважної активності ($p=0,048<0,05$) та максимального й переважного благополуччя ($p=0,03<0,05$) на стадії піку кризи, боротьби (5 ст.). Максимальна активність на вирішальній 5-й стадії кризи частіше ($p=0,000...<0,01$) супроводжувалась максимальним благополуччям тієї стадії, яка у тексті досліджуваного є останньою; максимальне й переважне благополуччя 5-ї стадії невизначено частіше ($p=0,034<0,05$) призводило до максимальної та переважної активності на стадії подолання наслідків кризи (6 ст.). Зв'язок активності на стадії піку кризи (5 ст.) з благополуччям на стадії досягнення екзистенціальної мети (8 ст.) виявився значущим за різних умов виділення груп: максимальна активність відповідала максимальному благополуччю ($p=0,001<0,01$), а максимальна та переважна активність – максимальному та переважному благополуччю ($p=0,000...<0,01$). Максимальне та переважне благополуччя на 5-й стадії також достовірно частіше ($p=0,003<0,01$) супроводжувалось максимальним та переважним благополуччям на 8-й. Максимальна й переважна активність на стадії подолання наслідків кризи (6 ст.) теж частіше ($p=0,000...<0,01$) співпадала з максимальним та переважним благополуччям досягнення екзистенціальної мети (8 ст.). Таким чином, можна вважати доведеним емпіричне існування більшості стадій, запропонованих у моделі динаміки екзистенціальної кризи [4; 6].

Звісно, метод «Створення чарівної казки», яким він був запропонований у дослідженні, вельми фрагментарно і стисло поданому вище, не можна вважати власне терапевтичним, адже його було реалізовано в суто дослідницькій техніці, вочевидь незручній у терапевтичному застосуванні (формалізація тексту до стислої казкової формули, контент-аналіз – зайві процедури). Проте, сама ідея моделювання ситуації подолання екзистенціальної кризи виявилась вельми евристичною та структуруючою феноменологічне поле роботи вже в сфері казкотерапевтичної практики. Під час реалізації тих більш гнучких методів, які доцільно застосовувати в індивідуальній, або груповій казкотерапевтичній роботі (а останні, як правило, передбачають групову динаміку і не лишають ведучого наодинці з аналізованим текстом), казко терапевту варто мати на увазі певну

«внутрішню карту» подій, символічно виражених у створюваному клієнтами казковому тексті.

Так, ведучому казкотерапевтичної групи, яка працює з методом «Спільного створення казки» [7; 8; 9] для розуміння глибинного (екзистенціального) рівня конфлікту, над вирішенням якого працюють учасники, бажано мати уявлення про те, до якої саме казкової теми (а отже, до якої стадії модельованої казкою екзистенціальної кризи) належать внески в спільний текст того або іншого казкаря; яка саме тема (а отже стадія) спричиняє захисні реакції групи, що не дозволяють конструктивно вирішувати спільну художню проблему – і т.ін.

Сказане стосується цінності моделювання екзистенціальної кризи не тільки в контексті спрямованого на особистісне зростання казкотерапевтичного процесу, але в ширшому контексті – арт-терапії в більшості належних до неї модальностей: драматерапевтичної, музикотерапевтичної, танцювально-рухової. Сьогодні існує ініціативна психотерапія, яка позиціонує себе у якості особливого терапевтичного підходу (навіть школи – хоча таких шкіл є декілька) і охоплює драматерапію (Т. Василець [16]), тілесну терапію та зображувальну арт-терапію (О. Вознесенська [17; 18], Н. Ткаченко). В межах цих терапевтичних модальностей практикується звернення до чарівної казки як до універсального носія інформації про архаїчні ритуальні форми інституціалізації кризового процесу духовного зростання людини.

Список використаних джерел

1. Арановская-Дубовис Д. М., Заика Е. В., Цопа Е. А. Роль сказки в психическом развитии ребенка-дошкольника // Практична психологія та соціальна робота. – 2000. – № 3. – С. 10-12.
2. Бреусенко А. А. К изучению ценностно-смысловой сферы личности: волшебная сказка как символическое выражение экзистенциального кризиса // Психологія на перетині тисячоліть: Збірник наукових праць учасників 5-х Костюківських читань. – К.: Гнозис, 1998. – Т.1. – С. 169-181.
3. Бреусенко А. А. Экзистенциальный кризис: расширительный подход в теоретизации и эксперименте // Наукові студії з політичної психології. – Вип. 1 (4). – К.: Агропром, 1999. – С. 90-104.
4. Бреусенко О. А. Динаміка ціннісно-сислової сфери особистості в умовах екзистенціальної кризи / Автореф. дисс... канд. психол. наук. – 19.00.01. – К., 2000. – 20 с.

5. Бреусенко О. А. Рівнева модель ціннісно-сислової сфери особистості // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України: Проблеми загальної та педагогічної психології. – Т. 2. – Ч. 5. – К., 2000. – С. 72-79.
6. Бреусенко-Кузнецов А. А. Опыт сказочничества. Динамика ценностно-смысловой сферы личности в условиях экзистенциального кризиса: Монография. – К.: КВИЦ, 2005. – 386 с.
7. Бреусенко-Кузнецов А. А. О совместном сочинении сказки как вербальной технике в пространстве арт-терапии // Простір арт-терапії: можливості та перспективи / За наук. ред. А. П. Чуприкова, О. А. Бреусенка-Кузнецова, О. Л. Вознесенської. – К.: КИТ, 2005. – С. 16-32.
8. Бреусенко-Кузнецов А. А. «Совместное сочинение сказки» как техника развивающего сказочничества // Первый Международный сказкотерапевтический фестиваль «Психология сказки и сказка психологии»: Материалы фестиваля. – М.: Сообщество сказкотерапевтов, Центр практической психологии образования, 2009. – с.62-71
9. Бреусенко-Кузнецов А. А. «Совместное сочинение сказки»: опыт группового сказкотерапевтического действования // Психодрама и современная психотерапия. – 2005. – № 1. – С. 34-50.
10. Бреусенко-Кузнецов А. А. Ценностные феномены как единицы опыта экзистенциального действования личности // Ціннісні пріоритети освіти у ХХІ столітті: Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції 13-14 листопада 2003 р., м. Луганськ. – Ч.1. – Луганськ: Альма-матер, 2003. – С. 160-170.
11. Бреусенко-Кузнецов О. А. Арт-простір казкотерапії // Наукові записки Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України. – К.: Главник, 2005. – Вип. 26, в 4-х т. – Т.1. – С.154-157.
12. Бреусенко-Кузнецов О. А. Екзистенціальний аспект виховного впливу чарівної казки // Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». Філософія. Психологія. Педагогіка. – 2002. – № 2 (5). – С.61-74.
13. Бреусенко-Кузнецов О. А. Казкотерапія: теоретичні основи та застосування у освіті та соціальній роботі // Наукові студії із соціальної та політичної психології: Зб. статей.– Вип. 20 (23). – К.: Міленіум, 2008. – С. 3-12.
14. Бреусенко-Кузнецов О. А. Предмет казкотерапії // Інноваційний потенціал та правове забезпечення соціально-економічного розвитку України: виклик глобального світу: матеріали Міжн. наук.-практ. конф., м. Полтава, 16-17 травня 2018 р. : у 3 т. Т. 1. – К.: Університет «Україна, 2018. – С.11-12.

15. Бреусенко-Кузнецов О. А. Ціннісно-смилова сфера особистості та її екзистенціальна динаміка // Вісник Національного технічного університету України «Київський політехнічний інститут». Філософія. Психологія. Педагогіка. – 2001. – № 1. – С. 71-82.
16. Василец Т. Б. Мужчина и женщина – тайна сакрального брака. Очерки по инициационной терапии. – СПб.: Речь, 2010. – 496 с.
17. Вачков И. В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку. – М.: Ось-89, 2003. – 144 с.
18. Вознесенская Е. Л. Инициационная арт-терапия как отклик на потребности современного клиента // Простір арт-терапії: разом з вами / За наук. ред. А. П. Чуприкова, О. А. Бреусенка-Кузнецова, О. Л. Вознесенської. – К.: Міленіум, 2006. – С.12-22.
19. Вознесенская Е. Л. Психотерапевтическое воздействие сказочного мотива «Битва с драконом» // Простір арт-терапії: Зб. наук. ст. / ЦППО АПН України, ГО «Арт-терапевтична асоціація». – К.: Міленіум, 2007. – Вип. 2. – С.124-132.
20. Гнездилов А. В. Авторская сказкотерапия. Дым старинного камина (сказки доктора Балуга). – СПб.: Речь, 2004. – 292 с.
21. Дикманн Х. Юнгианский анализ волшебных сказок. Сказание и иносказание. – СПб.: Академический проект, 2000. – 256 с.
22. Ефимкина Р. П. Пробуждение спящей красавицы. Психологическая инициация женщины в волшебных сказках. Монография. – СПб.: Речь, 2006. – 263 с.
23. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Она и Он: тайный шифр сказки отношений. – СПб.: Речь, 2007. – 296 с.
24. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Основы сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2006. – 176 с.
25. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Практикум по сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2005. – 310 с.
26. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2004. – 144 с.
27. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Психотерапия зависимостей. Метод сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2004. – 174 с.
28. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Развивающая сказкотерапия. – СПб.: Речь, 2006. – 168 с.
29. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Тренинг по сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2004. – 254 с.
30. Калшед Д.. Внутренний мир травмы: Архетипические защиты личностного духа. – М. : Академический Проект, 2001. – 368 с.
31. Кемпбелл Дж. Тысячеликий герой: Пер. с англ. – М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 1997. – 384 с.

32. Мелетинский Е. М. Аналитическая психология и проблема происхождения архетипических сюжетов // Вопросы философии. – 1991. – № 10. – С. 41-47.
33. Мелетинский Е. М. Миф и сказка // Фольклор и этнография. Л., 1970. – С. 139-148.
34. Мелетинский Е. М. Поэтика мифа. 3-е изд. – М.: Восточная литература РАН, 2000. – 407 с.
35. Мелетинский Е. М. Сказки и мифы // Мифы народов мира. Энциклопедия в 2 т. – М.: Сов. Энциклопедия, 1992. – Т. 2. – С. 441-444.
36. Мелетинский Е. М. Структурно-типологическое изучение народной сказки // Пропп В. Я. Морфология сказки. 2-е изд. – М.: Наука, 1969. – С. 134-162.
37. Мершавка В. Иван-Дурак и Король-Рыбак // Джонсон Р. А. Он. Глубинные аспекты мужской психологии. – Харьков: Фолио, М.: Институт общегуманитарных исследований, 1996. – С. 119-185.
38. Мершавка В. «Кто же «она» такая: Психея или Василиса Прекрасная?» // Джонсон Р. А. Она. Глубинные аспекты женской психологии. – Харьков: Фолио, М.: Институт общегуманитарных исследований, 1996. – С. 75-122.
39. Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, структура и динамика смысловой реальности. – М.: Смысл, 1999. – 487 с.
40. Пропп В. Я. Исторические корни волшебной сказки. – СПб.: Изд. Санкт-Петербургского ун-та, 1996. – 365 с.
41. Пропп В. Я. Морфология сказки. Репринтное издание 1928 г. – Рига, 1997. – 152 с.
42. Пропп В. Я. Русская сказка. – М.: Лабиринт, 2000. – 416 с.
43. Пропп В. Я. Русский героический эпос. – М.: Лабиринт, 1999. – 640 с.
44. Ранк О. Миф о рождении героя: Пер. с англ. – М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 1997. – 252 с.
45. Структура волшебной сказки. – М.: Российский гос. гуманит. ун-т, 2001. – 234 с.
46. Франц М.-Л. фон. Психология сказки. Толкование волшебных сказок. Психологический смысл мотива искупления в волшебной сказке: Пер. с англ. – СПб.: Б.С.К., 1998. – 360 с.
47. Франц М.-Л. фон. Феномены тени и зла в волшебных сказках. – М.: Класс, 2010. – 360 с.
48. Элиаде М. Аспекты мифа: Пер. с фр. – М.: Инвест-ППП, 1996. – 240 с.
49. Элиаде М. Мифы, сновидения, мистерии: Пер. с англ. – М.: Рефл-бук, К.: Ваклер, 1996. – 288 с.
50. Breusenko A. The magic fairy tale as a symbolic description of the existential crisis // European metamorphosis the task of psychology. VI European congress of psychology. Rome, July 4th-9th 1999. Abstracts. - Rome, 1999. - P. 82.

РЕСУРСНИЙ ПІДХІД ДО ПОДОЛАННЯ КРИЗОВИХ СИТУАЦІЙ

Лукомська С. О.

Одним із сучасних напрямків у розвитку теорії психологічного стресу є ресурсний підхід (resource-based view), пов'язаний зі здатністю людини використовувати свої особистісні якості, соціальну підтримку, можливості громади у подоланні екстремальних, стресових життєвих ситуацій.

Спочатку методичний і понятійний апарат ресурсного підходу складався в сфері моделювання виробництва в економіці. У психологічну науку прийшов через психофізіологію, де застосовувався щодо обмеженої енергетичної ємності пізнавальних механізмів. У словнику Д. Ушакова ресурс (від фр. *ressource* – допоміжний засіб) трактується насамперед як засіб, запас, джерело. Зазначимо, що етимологія цього слова достатньо цікава, у французьку мову воно прийшло із старофранцузької (*ressourde* – підійматися), однак основою все ж вважається латинське *resurgere* – знову підійматися, знову виникати, тобто для появи ресурсу потрібен спад, зникнення чогось, що було наявне у попередньому досвіді; ресурс не з'являється нізвідки, він виникає на основі попереднього успішного досвіду подолання, зокрема складних життєвих ситуацій. У словнику української мови наголошується, що ресурс – це запаси чого-небудь, які можна використати в разі потреби, тобто виникає ще й мотиваційний компонент ресурсу. Наприклад, відома фігуристка в 10-12 років єдина в світі, хто виконувала без помилок потріпний аксель – один із найскладніших стрибків в фігурному катанні; під час фізіологічних змін, дорослішання, набору ваги, аксель зник із її арсеналу, але досвід то лишився, дівчина пам'ятала, наскільки успішним був її стрибок, які позитивні емоції і якої інтенсивності вона відчувала; з часом вона відновила аксель і в 22 роки стала першою в світі віковою фігуристкою, яка успішно його виконує та перемагає на змаганнях світового рівня, втім для активізації цього та й багатьох інших ресурсів потрібні певні умови, не в останню чергу це стосується і психологічної допомоги.

В психології загалом під ресурсом розуміється все те, що належить особистості в психологічному плані. Використання цього терміну стосовно

до особистості передбачає наявність у неї різних обсягів ресурсів різної якісної визначеності, тому, описуючи той чи інший ресурс, необхідно визначити його сутнісну, психологічну природу і оцінити, наскільки він виражений в особистості і наскільки вдало вона його використовує. Зазначимо, що окрім власне психологічних ресурсів, у кризових життєвих ситуаціях людина використовує ресурси, запозичені, зокрема з економіки. Насамперед, це гроші (прибуток), час (добовий часовий час, що містить сон, робочий час і дозвілля), знання (інформація). Ці ресурси якісно неоднорідні та не зводяться один до одного, ними володіють усі люди, в різному обсязі та із різною суб'єктивною значущістю. Час – ресурс фіксований та невідновлюваний; життєва енергія – поняття багатозначне, таке, що передбачає відновлення хоча б часткове; гроші – безумовно, ресурс, який можливо відновити, кожна людина має певний фінансовий ресурс, а витрата грошей, як правило, компенсується наступним їх заробітком; знання можна відновити, їх можна накопичувати втім, за певних умов, вони можуть зруйнуватися (наприклад, при деменції) [1].

Ресурсний підхід з метою вивчення особливостей психічної активності розроблено J. Brown, E. Poulton [7] і в подальшому вдосконалено M. Posner [16], D. Norman, D. Bobrow [15] та низкою інших дослідників.

На прикладі здатності водіїв добре керувати машинами на місцевості зі щільною забудовою, J.D. Brown, E.C. Poulton визначили роль когнітивних ресурсів. Через двадцять років E.C. Poulton у якості основного ресурсу людини відзначив здатність до самоконтролю, в якій провідну роль відіграють саме когнітивні процеси [7]. M. Posner з колегами зазначали, що при ураженнях лобної частки мозку, людина втрачає здатність до самоконтролю, довільності у поведінці, відповідно, вона лишається позбавленою основного ресурсу її функціонування – контролювати свої емоції, думки та вчинки [16]. Вже нині встановлено, що функції лобної частки можуть частково відновлюватися, а отже й ресурс самоконтролю у людини по суті не зникає й за певних умов реалізується знову. Згідно із С. Мадді, успішне функціонування пов'язане із контролем, що відображає переконаність особистості в можливості і своїй здатності контролювати події власного життя, долати важкі обставини [14], подібне ми знаходимо й у працях Дж. Роттера, який використовував поняття локусу контролю.

Традиційно адаптивне значення приписується внутрішньому локусу контролю (інтернальності), що передбачає переконання особистості в не випадковості її успіхів або невдач, залежних від компетентності, цілеспрямованості, рівня здібностей, які є закономірним результатом її діяльності. Зазначимо, що нині у російській психології ресурсний підхід асоціюється переважно із когнітивними здатностями особистості, раціональною оцінкою своїх життєвих подій. Найбільш розгорнуту модель використання ресурсів (знову таки – когнітивних) запропонували D. Norman, D. Bobrow, згідно з ними всі ресурси взаємопов'язані, їх неможливо розглядати окремо один від одного [15].

Е. Фромм виділяв три психологічні категорії, що позначаються як ресурси людини в подоланні важких життєвих ситуацій: надію – яка забезпечує готовність до зустрічі з майбутнім, саморозвиток і бачення його перспектив; раціональну віру – усвідомлення численних можливостей і необхідності вчасно їх виявити і використовувати; душевну силу (мужність) – здатність чинити опір спробам поставити під загрозу надію і віру і зруйнувати їх. У ресурсній концепції стресу ресурси визначаються як те, що є значущим для людини і допомагає їй адаптуватися в складних життєвих ситуаціях. С. Хобфолл до ресурсів відносить: матеріальні об'єкти (дохід, будинок, транспорт, одяг, об'єктні фетиші) і нематеріальні (бажання, цілі); зовнішні (соціальна підтримка, сім'я, друзі, робота, соціальний статус) і внутрішні інтраперсональні змінні (самоповага, професійні вміння, оптимізм, самоконтроль, життєві цінності, система вірувань і ін.); психічні та фізичні стану; вольові, емоційні та енергетичні характеристики, які необхідні (прямо чи опосередковано) для виживання або збереження здоров'я у важких життєвих ситуаціях або служать кошти-ми досягнення особисто значущих цілей. Ресурсний підхід базується на принципі «консервації» ресурсів, який передбачає можливість отримувати, зберігати, відновлювати, примножувати і перерозподіляти ресурси відповідно до власними цінностями. За допомогою такого розподілу ресурсів людина має можливість адаптуватися до варіативних умов життєвого середовища [11].

Сучасний ресурсний підхід у психології базується на наступних принципах. Принцип гармонії (або принцип повноти реалізації) базується на необхідності наявності всіх базових ресурсів відповідного рівня, однак з

індивідуальними особливостями їх вираженості. Принцип концентрації, значною мірою зумовлений концепцією Л. Виготського про зону найближчого розвитку, він може застосовуватися для опису завдань, найбільш важливих на конкретному життєвому етапі, крім суто професійних, це можуть бути і завдання пов'язані із сім'єю, саморозвитком тощо, для чого можуть використовуватися аналоги зони найближчого професійного розвитку. Зазвичай, визначення «особистісного ресурсу розвитку» наголошують на єдності актуального і потенційного рівнів розвитку здібностей людини, в зоні актуального розвитку – актуальний рівень розвитку здібностей, що відображають досягнення попереднього вікового періоду, в зоні найближчого розвитку – потенційний рівень розвитку здібностей, що відображають завдання віку, вікові новоутворення. Спираючись на ідею К. Роджерса про конгруентність (чи ні) організму і Я-структур, можна ввести принцип конгруентності особистісних ресурсів різних рівнів. Зокрема, якщо в якості одного з рівнів буде взято біологічний і біопсихічних ресурс людини, в якості іншого рівня розглядатиметься думка особистості про себе, в результаті сформується конгруентність за термінологією К. Роджерса. Враховуючи те, що для подолання кризових ситуацій власне внутрішніх (особистісних) ресурсів часто буває недостатньо, слід використовувати й ресурси зовнішні, зокрема й соціальну підтримку, відповідно, можна визначити окремим принципом принцип поєднання особистісних і соціальних ресурсів. При цьому вибудовування системи ефективного управління внутрішніми і зовнішніми ресурсами особистості з урахуванням дозволяє говорити про виникнення ще одного ресурсу, точніше, метаресурсу або ресурсу самоконтролю, пов'язаного з ефективністю системи психічного управління поведінкою і розвитком особистості. Сенс такого метаресурсу полягає в тому, що вміння керувати собою є найважливішим ресурсом особистості. Поряд з поділом ресурсів на внутрішні і зовнішні необхідно виділити ресурс, що володіє з цієї точки зору особливим статусом. Він одночасно і внутрішній, і зовнішній – йдеться про часовий ресурс, зокрема чим старша людина, тим меншим потенціалом і перспективою вона володіє просто в силу наближення завершення професійного та життєвого циклу.

Проблема психологічного стресу з позиції ресурсного підходу знайшла відображення в його ресурсної моделі, згідно з якою стрес виникає в

результаті реальної чи уявної втрати частини ресурсів, які включають поведінкову активність, соматичні і психічні і професійні можливості, особистісні характеристики, вегетативні та обмінні процеси. В контексті цього А. Маклаков вводить поняття «особистісний адаптаційний потенціал», який включає в себе: психічну стійкість, самооцінку особистості, відчуття соціальної підтримки, досвід соціального спілкування [2]. Особистісний адаптаційний потенціал пов'язаний із соціалізацією особистості, порушення якої може призводити до проблемної взаємодії, зниження працездатності та погіршення стану здоров'я, тобто усі компоненти особистісного адаптаційного потенціалу є значущими при оцінці і прогнозі успішності адаптації до важких та екстремальних ситуацій, а також при оцінці швидкості відновлення психічної рівноваги. По суті, ресурси – це адаптаційні можливості, що являють собою стійкі резистентні характеристики індивідуально-типологічного та особистісного рівня людської індивідуальності та забезпечують здатність успішно адаптуватись до різноманітних вимог життя, виявляються як у фізіологічному контексті (від біохімічного рівня до рівня безумовно- та умовно-рефлекторної регуляції діяльності), так і (найголовніше) у психологічному, спрямовуючи поведінку особистості, її діяльність.

Насамперед, ми розрізняємо травматичні ситуації від стресових. Наприклад, ситуації небезпеки, що супроводжуються виникненням безпосередньої загрози здоров'ю або життю людини (серйозна хвороба, ситуації хірургічної операції, різні побутові травми, падіння в воду осіб, які не вміють плавати, пожежа, повінь, землетрус, зупинка ліфта між поверхами, рух поодиноці через небезпечну місцевість тощо) є травматичними; натомість ситуації невизначеності, характерні для потрапляння людини в невідому обстановку (заблукала в лісі, в горах тощо) або збігу обставин побутового плану, в яких індивід не знає, як йому бути (наприклад, людині, яка стоїть поруч, стало погано, а сусід не знає що робити) вважаємо стресовими. Важка життєва ситуація, незалежно від форми, якої вона набуває для людини, супроводжується емоціями. Ф. Бассін виділив «афектогенні життєві ситуації», тобто ситуації емоційного напруження, що зумовлюють виникнення психологічних травм, які впливають на найважливіші цінності особистості та порушують заходи психологічного захисту. Це призводить до порушення рівноваги

особистості, а також її адаптованості у зовнішньому світі. Критичний компонент ситуації визначається наявністю емоційного напруження, а ступінь його впливу на особистість – силою афекту і реакціями людини. У 1926 р. американський психофізіолог В. Кеннон використав поняття «стрес» для позначення зовнішніх факторів, які руйнують гомеостаз, втім у науковий обіг дане поняття було введено лише у середині 1940-х рр. Базуючись на ідеях В. Кеннона і К. Бернара (автора поняття «внутрішнє середовище організму»), відомий дослідник стресу канадський фізіолог Г. Сельє у 1936 р. опублікував свою першу працю про загальний адаптаційний синдром, але тривалий час уникав вживання поняття «стрес» і лише з 1946 р. він почав систематично використовувати його для позначення загальної адаптаційної напруги. Г. Сельє довів, що стрес відрізняється від інших фізичних реакцій в тому, що він є стресом незважаючи на те, що подразники, які його викликають (наприклад, новини), можуть бути як негативними, так і позитивними. Він назвав негативний стрес «дистресом», а позитивний – «евстресом». Якщо евстрес є джерелом підвищення активності, радості від напруження і успішного подолання, характеризується активізацією мислення та пам'яті, то дистрес виникає лише при дуже частих і надмірних стресах і супроводжується відчуттям безпорадності і безнадійності [9]. У сучасній науковій літературі поняття «стрес» застосовується, щонайменше у трьох значеннях. По-перше, його можна визначити як напругу або збудження під впливом зовнішніх стимулів або подій. Нині доволі часто ці стимули і події називаються «стресорами» або «стрес-факторами». По-друге, стрес можна віднести до суб'єктивної реакції організму, коли він відображає внутрішній психічний стан напруги і збудження, тобто емоції, захисні реакції і процеси подолання. По-третє, стрес є фізичною реакцією організму на визначену вимогу або шкідливий вплив. Функцією цих фізичних реакцій, ймовірно, є підтримка поведінкових дій і психічних процесів щодо подолання цього стану. Розлади, зумовлені стресом – це розлади психічного здоров'я, що виникають в наслідок атипової реакції як на короткострокові, так і на довгострокові проблеми, що викликають фізичний, психічний або емоційний стрес. Розлади, зумовлені травмою визначено у Керівництві із діагностики і статистики психічних розладів

(DSM-5) і Міжнародній класифікації хвороб (МКХ-10, 11), а саме: гострий стресовий розлад, посттравматичний стресовий розлад і розлади адаптації (M. Friedman, P. Resick, R. Bryant, J. Strain, M. Horowitz, D. Spiegel) [10].

Ми зазначаємо, що протективні фактори у розладів, зумовлених стресом і травмою дуже подібні. Стратегії зменшення стресу можуть бути корисними для багатьох людей, однак у стресових ситуаціях високотривожні особистості часто не можуть сконцентруватися достатньо, щоб ефективно їх використовувати, тому більшість технік зниження стресу більше профілактичні, а не корекційні, спрямовані на підвищення загальної стресостійкості людини. Натепер все більшої популярності набуває так звана п'ять-R модель (R. Ulrich, R. Simons, B. Losito, E. Fiorito, M. Miles, M. Zelson): Recognition – розуміння можливих причин і джерел стресу, їх розуміння; Relationships – визначення джерел підтримки, осіб, здатних прийти на допомогу; Removal – усунення стресорів, управління ними; Relaxation – використання релаксаційних технік (дихальних вправ, медитації, масажу, уяви); Re-engagement – повторення занурення у стрес шляхом десенсибілізації [23].

У нашому дослідженні ми наголошуємо на єдності особистісних і соціальних ресурсів особистості, що особливо яскраво проявляється у стресових життєвих ситуаціях. Одними з найважливіших наслідків використання ресурсів у їх взаємному зв'язку ми вважаємо життєстійкість, посттравматичне зростання, і резилентність. Насамперед, розглянемо соціальну підтримку як ресурс особистості у кризових життєвих ситуаціях. Під соціальною підтримкою розуміється задоволення специфічних соціальних потреб: в близькості, захисту, інформації, практичної допомоги, розрядці і заспокоєнні (S. Shumaker, A. Brownell) [21], відповідно, Р. Лазарус [12] виділяє матеріальну, емоційну та інформаційну соціальну підтримку. Міжособистісний рівень соціальної підтримки складають сім'я, близькі друзі і родичі. Інструментальний рівень соціальної підтримки – інформація про способи подолання наслідків травми стає ресурсом для орієнтації в ситуації. Можна виділити два основних джерела інформації, наявність або пошук яких сприяє позитивним змінам після травми – це інформація від експертів і інформація від людей, які пережили схожий досвід. Соціальний рівень підтримки – членство в інших соціальних групах, об'єднаних спільною діяльністю, яка дозволяє інтегрувати травматичний досвід, досвід посттравматичного зростання в нову, посткризову

ідентичність. Основними функціями соціальної підтримки є задоволення особистістю афіліативних потреб, ресурси, пов'язані з цією функцією, можуть включати вираження турботи, любові, розуміння, занепокоєння і підвищеного почуття приналежності (наприклад, до групової діяльності); підтримка ідентичності особистості (позитивного ставлення людини до себе); підвищення самооцінки, шляхом усвідомлення соціальної захищеності, визнання з боку інших, насамперед, значущих, людей.

Слід зазначити, що соціальна підтримка завжди передбачає взаємодію щонайменше двох людей – надавача підтримки та її отримувача, від того, наскільки схильними до підтримки будуть усі учасники цього процесу, залежить і її безпосередній результат, представлений у табл. 1.

Таблиця 1

Результат взаємодії суб'єктів соціальної підтримки

Стан того, хто надає підтримку	Стан отримувача, сприймання ним підтримки		
	Орієнтований на допомогу	Нейтрально ставиться до партнера	Агресивно налаштований щодо партнера
Орієнтований на допомогу	Конгруентне	Неконгруентне	Неконгруентне
Нейтрально ставиться до партнера	Неконгруентне	Конгруентне	Неконгруентне
Агресивно налаштований щодо партнера	Неконгруентне	Неконгруентне	Конгруентне

Як видно з табл. 1, конгруентне ставлення до соціальної підтримки відбувається лише у трьох випадках: коли обидва партнери орієнтовані на допомогу, нейтрально чи агресивно ставляться один до одного. По суті, взаємна негативна налаштованість учасників взаємодії, не виключає, а навпаки, посилює ефект від соціальної підтримки.

Окрім власне ресурсів особистості, варто проаналізувати їх вплив на поведінку людини у кризових життєвих ситуаціях.

У табл. 2 представлено довготривалі та короткотермінові наслідки соціальної підтримки. Зазначимо, що результати соціальної підтримки можуть бути як позитивні (+), так і негативні (–).

Як бачимо, соціальна підтримка має не лише позитивні, але й негативні наслідки, зокрема останнім часом дуже багато акцентується на симптомах ПТСР в учасників бойових дій, це нерідко зумовлює гіпердіагностику даного

Таблиця 2

Довготривалі та короткотермінові наслідки соціальної підтримки

Ресурси підтримки	Наслідки соціальної підтримки	
	Короткотермінові	Довготривалі
Підтримка психологічного здоров'я		
Вираз турботи, любові, розуміння, безумовне прийняття	+ відчуття власної значущості; + позитивний настрій.	+ відчуття захищеності; + сформована прихильність.
Захист від агресії	– відчуття того, що інші контролюють суб'єкта, відсутності автономії.	+ психологічне благополуччя.
Залученість до групової діяльності	+ відчуття соціальної інтегрованості; + збільшення кількості друзів; – виражена потреба відповідати груповим нормам; – відчуття зобов'язаності іншим.	+ безпека; – складнощі формування особистісної ідентичності; – невпевненість у можливості діяти самостійно без схвалення групи.
Переконання у цінності, значущості людини, повага до неї	+ впевненість у собі; + толерантність до стресу; + захищеність від самозвинувачень; – надмірна самовпевненість; нечутливість до раціональної критики.	+ позитивна самооцінка; + психологічне благополуччя; – догматизм; – егоїзм.
Зворотній зв'язок про поведінку, цінності тощо	+ зниження тривожності; + відчуття сенсу життя; + підвищення толерантності до невизначеності.	+ адекватне позитивне ставлення до себе; + сформована особистісна ідентичність; + психологічне благополуччя.
Моделювання поведінки у кризових життєвих ситуаціях	+ відчуття осмисленості життя; – навчання стереотипним, часто недоречним моделям поведінки у кризових ситуаціях.	– відчуття некомпетентності; – погане фізичне самопочуття.
Активне слухання, заохочення відкритості, щирості	+ емоційна релаксація, зняття напруги; + відчуття турботи; – відчуття сорому, ніяковіння.	+ сформована особистісна ідентичність; + психологічне благополуччя; – низька самооцінка.

Зниження стресу		
Психоедукація щодо шляхів зниження напруги, використання адаптивних копінгів	+ розуміння можливих небезпек і ризиків; + впевненість у собі; + зменшення відчуття безпомічності; – відчай, якщо запропоновані у психоедукації засоби складно використати у реальному житті.	+ психологічне благополуччя; + усвідомлення сили своєї особистості; + самоефективність; – депресія.
Окреслення ознак кризових ситуацій	– надмірна настороженість (людина починає скрізь шукати небезпеку).	– низька самооцінка; – страхи, тривожність
Матеріальна допомога	+ отримання ресурсів для виживання; – впевненість у собі; – сором; – відчуття зобов'язаності іншим	+ психологічне благополуччя; + висока самооцінка; – пасивна життєва позиція; – накопичення образи.

синдрому фахівцями та й власне військовими, які самі починають шукати в себе симптоми ПТСР. У цьому контексті слід наголосити на протективних від стресу чинниках, наслідках реалізації ресурсів для особистості у кризовій життєвій ситуації. Не в останню чергу це стосується явища життєстійкості (hardiness), яке часто ототожнюють із стресостійкістю (vitality), втім обидва поняття суттєво відрізняються за змістом одне від одного.

Теорія життєстійкості (hardiness) виникла у зв'язку із розробкою С. Мадді проблем творчого потенціалу особистості і регулювання стресу. З його точки зору, ці проблеми найбільш логічно пов'язуються, аналізуються і інтегруються в контексті розробленої ним концепції «hardiness». Через розвиток атитюдів залученості, контролю і прийняття виклику життя, що у сукупності складають життєстійкість, людина може збагачувати свій особистісний потенціал і долати життєві стреси. Крім атитюдів, «hardiness» включає в себе такі базові цінності, як кооперація (cooperation), довіра (credibility) і креативність (creativity) [14]. Згідно із С. Мадді, життєстійкість є набутою якістю, тобто такою, що можна розвинути шляхом застосування низки спеціальних тренінгових програм, які складаються із вправ, спрямованих на формування адаптивних копінг-стратегій, ефективних

міжособистісних стосунків, що базуються на соціальній підтримці і довірі один до одного. Зазначимо, що найбільш поширеним інструментом діагностики життєстійкості натеper є опитувальник життєстійкості (Hardiness Survey С.Мадді, в адаптації Д. Леонтьєва, О. Рассказової). Ми проаналізували зарубіжні емпіричні дослідження та з'ясували, що останнім часом все більшої популярності набуває Скорочена шкала життєстійкості (Short Hardiness Scale, Paul T. Bartone, 1995, 2007), яка вимірює показники за шкалами, що і опитувальник С.Мадді, однак складається із 15 тверджень, які респондент оцінює за чотирьохбальною шкалою (від 0 – абсолютно не згоден, до 3 – цілком погоджуюсь).

Поруч із життєстійкістю останнім часом використовується поняття психологічної стійкості зокрема у контексті теорії збереження ресурсів С. Хобфолла (іноді можна зустріти російські переклади «психологічний фітнес»). Ключовими складовими формування психологічної стійкості є вимоги, ресурси, резилентність і продуктивність діяльності. Вимоги – це аспекти навколишнього середовища, які потребують використання фізичних, психологічних, соціальних і духовних ресурсів людини; зокрема такою вимогою є кризова життєва ситуація. Існує два різновиди ресурсів оточуючого середовища, тісно пов'язані між собою: внутрішні та зовнішні. Внутрішні (особисті) спрямовані на самореалізацію, саморозвиток та самовдосконалення; зовнішні (так звані екологічні) стосуються цінностей особистості, її самосприйняття, копінги, прийняття рішень і поведінку в конфліктах; до зовнішніх ресурсів також відносять соціальну підтримку, лідерство, участь у громадських об'єднаннях, освітні та тренінгові програми, підтримку громади, друзів і родину. Результатами використання ресурсів, на думку М. Bates, S. Bowles, J. Hammermeister є психологічна стійкість (короткотерміновий наслідок) та резилентність (у довготривалій перспективі) [5]. Згідно із S. Robson резилентність формується загальною стійкістю особистості в наступних восьми аспектах: медичному, аліментарному, екологічному, фізичному, соціальному, духовному, поведінковому і психологічному [20]. По суті, з'являється можливість поєднати поняття з різних дисциплін в єдину, ефективно функціонуючу систему (наприклад, стрес-менеджмент з організаційної психології, і життєстійкість – з медичної). Таким чином, психологічна стійкість розглядається в контексті

взаємопов'язаних понять саморегуляції, позитивних емоцій, самоефективності, самооцінки та оптимізму. Відповідно, психологічна стійкість зумовлена когнітивними, афективними та саморегулятивними чинниками. Когнітивні стосуються думок людини про саму себе (зокрема, це самоефективність та самооцінка) та інтерпретації нею життєвих ситуацій (наприклад, контрольованості власного життя); афективні чинники характеризуються переживаннями людиною позитивних і негативних емоцій, а саморегулятивні – стосуються саморегуляції та самоконтролю (у тому числі копінг-стратегій).

Окрім внутрішніх і зовнішніх ресурсів, S. Bowles, L. Pollock, M. Moore виділяють ресурси родини, які займають проміжне місце між ресурсами власне особистості та її соціального оточення, яке більше розуміється як ресурси громади в цілому. Ресурсами родини при цьому є спілкування, емпатія, згуртованість, адаптивність/гнучкість, досвід спільного подолання кризових ситуацій, родинні традиції, свята, спільне проведення дозвілля [6]. Детальний опис трьох видів ресурсів за S. Bowles та їх вплив на життєстійкість особистості представлено у табл. 3.

Переважає більшість досліджень акцентують, що резилентність є якістю особистості, чинником її соціальної адаптації, зокрема у кризових життєвих ситуаціях. Натомість, J. T. Cacioppo, H. T. Reis, A. J. Zautra вважають за необхідне введення у науковий обіг поняття соціальної резилентності як багаторівневого конструкту, що виражає здатність не лише окремих індивідів, а й малих і великих соціальних груп відновлюватися після стресів за рахунок підтримання позитивних соціальних стосунків як в середині групи, так і з іншими групами [8].

Характерною рисою соціальної резилентності є трансформація невдач в особистісне, колективне зростання та зростання у міжособистісній взаємодії за рахунок зміцнення соціальних зв'язків, формування нових відносин, застосування креативності та нешаблонності у розв'язанні проблем і пошуку виходу із кризової ситуації. При цьому особистісна резилентність полягає у здатності бачити нові можливості в стресових подіях, знаходити позитивне в негативному. Соціальна ж резилентність підкреслює здатність людини взаємодіяти з іншими задля досягнення значущих цілей попри кризовість ситуації, негативно забарвлені життєві

Характеристика ресурсів особистості

Ресурси	Опис
<i>Особистісні ресурси людини</i>	
Індивідуальні властивості	Тип темпераменту, особливості емоційної, мотиваційної сфери, компетенції (вміння, знання)
Усвідомленість	Здатність адекватно сприймати довкілля, ігноруючи нерелевантні стимули
Емоційний інтелект	Здатність точно визначати емоції і почуття власні та інших людей
Духовність	Досвід особистості в екзистенціальному пошуку мети і сенсу життя
Прийняття рішень	Процес, за допомогою якого людина оцінює можливості реалізації власної мети
Копінги	Здатність керувати стресом, щоб підтримувати оптимальне здоров'я і продуктивність
<i>Родинні ресурси людини</i>	
Спілкування	Емпатійне слухання, вираз думок і почуттів, обговорення задля прийняття рішень
Згуртованість	Емоційний зв'язок між членами сім'ї
Колективна оцінка	Здатність оцінювати серйозність ситуації і можливості родини адаптуватися до неї
Адаптивність / гнучкість	Можливості пристосуватися до змін, залишаючись при цьому стабільною сімейною системою
Буденні та святкові традиції	Сімейні традиції спрямовані на зміцнення родинних зв'язків і, відповідно, сприяють відчуттю захищеності кожного її члена
<i>Соціальні ресурси людини</i>	
Лідерство	Здатність керівника організації, де працює людина підтримати її у кризовій ситуації
Професійна підтримка	Допомога і заохочення до ефективної діяльності
Розвиток мережі соціальних зв'язків	Визнання, повага громади, широке коло спілкування, соціальна підтримка громади

обставини. На відміну від особистісної, соціальна резилентність є багаторівневим конструктом, що містить індивідуальні способи встановлення стосунків (доброзичливість, надійність, справедливість, відповідальність, чесність, щирість відкритість); міжособистісні ресурси (емпатійне, уважне слухання, вміння пробачати, співчувати іншим); колективні ресурси (групова ідентичність, вміння працювати в команді, відкритість у взаємодії, повага до групових норм і правил).

Соціальна резилентність, в свою чергу, модулює розвиток та вираз резилентності особистісної. Наприклад, вона зумовлює особистісне

зростання через покращення стосунків, створення значущих, змістовно насичених соціальних зв'язків, залученість у комунікацію незважаючи на складність ситуації, у якій відбувається взаємодія. Безумовно, інші форми резилентності – емоційна або духовна – також сприяють збереженню психологічного здоров'я особистості, однак саме соціальна резилентність наголошує на ролі зв'язків між індивідами, групами чи великими колективами у покращенні адаптації, особистісному зростанні не лише окремих людей, а й групи в цілому. Звичайно, справедлива конкуренція та кооперація також нерідко зумовлюють резилентність, однак саме відчуття групової ідентичності, усвідомлення важливості колективних цілей є ключовими у соціальній резилентності. Іншими словами, коли люди спільно працюють задля досягнення їх спільних цілей, при цьому розуміючи власні потреби та інтереси, не жертвуючи ними заради інтересів колективних, а «вплітаючи» у цілі групі, коли цінують стосунки, що склалися в колективі, їхня діяльність (якщо це робочий колектив) чи функціонування (зокрема у сім'ї) стають осмисленими, значущими, що у свою чергу, зумовлює резилентність індивідуальну, яка допомагає їм справлятися із різними стресами.

Незважаючи на те, що соціальна резилентність зазвичай вивчається в контексті малих груп (сімей чи невеликих виробничих колективів), вона стосується практично усіх форм об'єднань людей: від усіх типів діад, сімей до громад і спільнот, оскільки соціальні трансформації, динамічний мінливий світ не впливають на особистість чи групу окремо, а на суспільство, колективи в цілому, мова йде про необхідність ефективного реагування на виклики сучасності групами, об'єднаннями людей, лише тоді можливо досягти позитивних змін як окремих їх членів, так і колективів загалом.

Посттравматичне зростання – це досвід позитивних змін, що відбуваються з людиною у результаті зіткнення із кризовими життєвими ситуаціями (R. Tedeschi, L. Calhoun) [22]. У науковий обіг поняття введено у 1995 р., однак до 2004 р. популярнішими були терміни «зростання, зумовлене стресом» і «змагальне зростання», крім того в літературі часто зустрічаються вислови «позитивна адаптація», «позитивний шанс на зміни в житті», тобто акцентується на позитивних змінах, що відбулися з людиною завдяки психотравмі. Антонімом посттравматичного зростання є посттравматичне знецінювання (A. Cann, L. Calhoun, R. Tedeschi, D. Solomon) [9]. Так, учасник

бойових дій демонструє усвідомлення цінності життя й, водночас, віддає перевагу екстремальним способам життя, втім дана ситуація характеризує як посттравматичне знецінювання, так і бойові парадокси, особливо актуальні у вітчизняних реаліях. Відновлення до вищого, порівняно із дотравматичним рівнем психологічного функціонування, є основною ознакою посттравматичного зростання. Замість того, щоб зосередитися на травматичних переживаннях, людина повертаючись до нормального життя, демонструє психологічну пружність і стійкість. Натепер найбільш поширеною методикою діагностики посттравматичного зростання є Опитувальник посттравматичного зростання (Р. Тадеші і Л. Калхаун, адаптований М. Магомед-Еміновим). Дана методика містить 21 твердження з шістьма можливими варіантами відповідей, що формують п'ять шкал: ставлення до інших, нові можливості, сила особистості, духовні зміни, підвищення цінності життя, а також загальний індекс посттравматичного зростання. Опитувальник зручний у використанні і, як показав наш досвід, може застосовуватися не лише із діагностичною, а й з корекційною метою. Посттравматичне зростання слід відрізняти від понять резилентність, оптимізм, життєстійкість та відчуття узгодженості. Р. Bartone [4] наголошував на нетотожності понять резилентність і посттравматичне зростання. Посттравматичне зростання не є обов'язковим результатом травматичного досвіду, а тому не завжди впливає на адаптацію особистості. Тобто посттравматичне зростання на відміну від резилентності, не запобігає дезадаптації людини, яка пережила травматичну подію. Крім того, на відміну від резилентності, оптимізму та відчуття внутрішньої узгодженості, посттравматичне зростання відноситься до тих змін, що виявляються у всіх стресових ситуаціях, незалежно від їх травмуючої сили.

На думку, S. Hobfoll, P. Watson, C. Bell, R. Bryant [11], самопомога та професійна допомога особам із зумовленими стресом та травмою розладами базується на п'яти принципах: безпеки, спокою, самоефективності і колективної ефективності, залученості до спілкування і надії. Відчуття безпеки формується на індивідуальному (розвиток адаптивних копінгів і когніцій, формування безпечного фізичного простору), груповому (обговорення ресурсів подолання негативних наслідків стресів у мікрогрупах), організаційному (створення безпечного фізичного середовища для великих груп, розвиток моделей підтримки і допомоги на випадок

травмуючих ситуацій) рівнях і рівні громади (організація системи охорони здоров'я і соціального захисту, яка забезпечить допомогу усім членам спільноти). Принцип спокою стосується насамперед, профілактики афективних, панічних реакцій на стреси та травмуючі ситуації, крім того, це надання можливостей для безпечного сну та відпочинку і, за потреби, фармакологічна підтримка, спрямована на подолання інсомнії. Одним із наслідків травми є відчуття своєї некомпетентності («я безсилий», «я не здатен це зробити») відповідно, існує потреба в підвищенні відчуття власної самоефективності шляхом успішного виконання спочатку нескладних завдань, а потім і складніших, що вимагають від високої відповідальності; до колективної самоефективності ми відносимо людини ефективність функціонування родини, малої групи, вона формується аналогічно із самоефективністю. Залученість до спілкування це профілактика самотності, формування відчуття соціальної підтримки, яка складається із емоційної близькості, мережі соціальних зв'язків, фізичної та матеріальної підтримки. Принцип надії полягає насамперед у формуванні оптимізму як адаптивного емоційного копіngu у теорії Е. Хейма, зміні життєвих пріоритетів, усвідомленні нових можливостей і сили власної особистості. У випадку організованої та самодопомоги за окресленими принципами, у людини, яка має розлади пов'язані із травмою та стресом, формуються кореляти адаптації, а саме посттравматичне зростання (R. Tedeschi, L. Calhoun, L. Simons, J. Ducette) і резилентність (G. Bonanno, M. Westphal, A. Mancini), покращуються навички життєстійкості (Д. Леонтьєв, О. Рассказова, С. Мадді) й зростає рівень психологічного благополуччя (К. Ріфф, М. Селігман, N. Bradburn, P. Costa, A. Deaton, E. Deci, R. Ryan).

Разом із О. Мельник [3] ми розробили ресурсний підхід до реабілітації учасників бойових дій, де наголошено на позитивних наслідках участі у військових операціях – посттравматичному зростання і резилентності. Зокрема, базуючись на вітчизняних і зарубіжних дослідженнях, нами створено тренінгову програму резилентної реінтеграції учасників бойових дій. Реінтеграція військових – це процес повернення військовослужбовців до виконання своїх соціальних ролей (професійних і сімейних) у перші 30-180 днів після демобілізації. Тренінг розвитку резилентності військових (U.S. Army Master Resilience Trainer (MRT), K. Reivich, M. Seligman, S. McBride) спрямований на розвиток резилентності офіцерів та їх навчання передавати

отримані знання солдатам своїх підрозділів [18]. Це 10-денна програма, що складається із трьох компонентів: підготовки, підтримки та розвитку можливостей, організованих у сім модулів: резилентність (2, 5 днів), психологічна стійкість (2, 5 днів), сильні риси характеру (1 день), зміцнення стосунків (1 день), завершальний модуль компоненту підготовки (0, 5 днів), модуль підтримки (1 день) і модуль розвитку можливостей (1 день). У розробленій нами тренінговій програмі поєднано класичні мотиваційні, психогімнастичні та релаксаційні тренінгові вправи з елементами зарубіжних тренінгів життестійкості та резилентності, а також використано вправи з набором розроблених на основі малюнків учасників бойових дій метафоричних карт «Адаптація». Тренінгова програма розроблена безвідносно до вікових особливостей учасників бойових дій, реалізована у групах 10-12 осіб, де рівномірно були представлені усі досліджувані нами вікові групи (по 3-4 особи із кожної із трьох вікових груп). Всього проведено п'ять циклів, кожен з яких містив шість занять, тривалістю по 1, 5 години кожне. За результатами проведеного разом із О.В. Мельник емпіричного дослідження, встановлено, що тренінг як форма психологічної реабілітації може успішно застосовуватися в адаптаційному та резилентно-інтеграційному періоді, натомість в гострому адаптаційному – слід надавати перевагу індивідуальним формам роботи [3].

Отже, наявні в психології підходи до дослідження психотравмуючих подій як джерела виключно негативних для особистості наслідків, не відповідають вимогам сучасної ситуації перманентних соціальних, економічних, геополітичних криз і конфліктів, коли потенційно травматичні ситуації є неминучою частиною життя людей і соціальних груп. Це зумовлює необхідність пошуку способів реалізації конструктивних, розвиваючих потенціалів кризових і травматичних ситуацій. Життестійкість, пост-травматичне зростання, резилентність, суб'єктивне психологічне благополуччя є складовими ресурсного підходу в дослідженні соціальної адаптації, тобто підходу, що орієнтує людину на пошук можливостей і умов подолання кризових ситуацій, розладів, зумовлених травмою та стресом.

Список використаних джерел

1. Балацкий Е. В. Факторы удовлетворенностью жизнью: измерения и интегральные показатели / Е. В. Балацкий // Мониторинг общественного мнения. – 2005. – №4. – С. 124-133

2. Маклаков А. Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях / А. Г. Маклаков // Психологический журнал. – 2001. – Т. 22 (№ 1). – С. 16-24
3. Мельник О. В. Психологічні особливості соціальної адаптації учасників бойових дій на Сході України / О. В. Мельник // Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том XIV: Методологія і теорія психології. – Випуск 1 Київ – Ніжин. Видавництво «ПП Лисенко М.М.», 2018. – С. 222-232
4. Bartone P. T. Test-retest reliability of the dispositional resilience scale-15, a brief hardiness scale / P. T. Bartone // Psychological reports. – 2007. – Vol. 101(3). – P. 943-944.
5. Bates M. J. Psychological fitness / M. J. Bates, S. Bowles, J. Hammermeister // Military Medicine. – 2010. – Vol. 175(8). – P. 21-38.
6. Bowles S. V. Total force fitness: The military family fitness model / S.V. Bowles, L.D. Pollock, M. Moore // Military Medicine. – 2015. – Vol. 180(3). – P. 246-258.
7. Brown I. . Measuring the spare ‘mental capacity’ of car drivers by a subsidiary task / I. D. Brown, E. C. Poulton // Ergonomics. – 1961. – Vol. 4(1). – P. 35-40.
8. Cacioppo J. T. Social resilience: The value of social fitness with an application to the military / J. T. Cacioppo, H. T. Reis, A. J. Zautra // American Psychologist. – 2011. – Vol. 66(1). – P. 43-51.
9. Cann A. Posttraumatic growth and depreciation as independent experiences and predictors of well-being / A. Cann, L. G. Calhoun, R. G. Tedeschi, D. T. Solomon // Journal of Loss and Trauma. – 2010. – Vol. 15. – P. 151-166.
10. Friedman M. J. Classification of trauma and stressor-related disorders in DSM-5 / M. J. Friedman, P. A. Resick, R. A. Bryant, J. Strain, M. Horowitz, D. Spiegel // Depression and anxiety. – 2011. – Vol. 28(9). – P. 737-749
11. Hobfoll S. E. Five essential elements of immediate and mid-term mass trauma intervention: Empirical evidence / S. E. Hobfoll, P. Watson, C. C. Bell, R. A. Bryant // Psychiatry: Interpersonal and Biological Processes. – 2007. – Vol. 70(4). – P. 283-315.
12. Lazarus R. S. Stress, appraisal, and coping / R. S. Lazarus, S. Folkman. – New York: Springer, 1984. – 456 p.
13. Luthans F. Developing the psychological capital of resiliency / F. Luthans, G. R. Vogelgesang, P. B. Lester // Human Resource Development Review. – 2006. – Vol. 5(1). – P. 25-44.
14. Maddi S. R. Hardiness: The courage to grow from stresses / S. R. Maddi // The Journal of Positive Psychology. – 2006. – Vol. 1(3). – P. 160-168.

15. Norman D. A. On data-limited and resource-limited processes / D. A. Norman, D. G. Bobrow // *Cognitive psychology*. – 1975. – Vol. 7(1). – P. 44-64
16. Posner M. J. The Estelle medical professional judgment standard: the right of those in state custody to receive high-cost medical treatments / M. J. Posner // *Am. JL & Med.* – 1992. – Vol. –18. –P. 347-358.
17. Poulton E. C. Human manual control / E. C. Poulton // *Handbook of physiology*. – 1981. – Vol. 2(Part 2). – P. 1337-1389.
18. Reivich K. J. Master resilience training in the US Army / K. J. Reivich, M. E. Seligman, S. McBride // *American Psychologist*. – 2011. – Vol. 66(1). – P. 25-34.
19. Richardson G. E. The metatheory of resilience and resiliency / G. E. Richardson // *Journal of clinical psychology*. – 2002. – Vol. 58(3). – P. 307-321.
20. Robson S. Psychological fitness and resilience: A review of relevant constructs, measures, and links to well-being / S. Robson // *Rand health quarterly*. – 2014. – Vol. 4(1). – P. 16-26.
21. Shumaker S. A. Toward a theory of social support: Closing conceptual gaps / S. A. Shumaker, A. Brownell // *Journal of social issues*. – 1984. – Vol. 40(4). – P. 11-36.
22. Tedeschi R. G. The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma / R. G. edeschi, L. G. Calhoun // *Journal of Traumatic Stress*. – 1996. – Vol. 9. – P. 455–471ю
23. Ulrich R. S. Stress recovery during exposure to natural and urban environments / R. S. Ulrich, R. F. Simons, B. D. Losito, E. Fiorito, M. A. Miles, M. Zelson // *Journal of environmental psychology*. – 1991. – Vol. 11(3). – P. 201-230.

4.4

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД СІМ'Ї, ЩО МАЄ ПРОБЛЕМНУ ДИТИНУ: ТЕОРІЯ І ПРАКТИКА

Мушкевич М. І.

За останні двадцять років і в українському суспільстві, і у Європі загалом, відбулися радикальні зміни, які торкнулися всіх соціальних систем, зокрема й сім'ї. Необхідність розробки психологічного супроводу батьків, які мають проблемних дітей, пов'язана із суб'єктивними факторами. Зокрема, з низьким рівнем розуміння значущості батьківської поведінки й тієї ролі, яку вони відіграють у процесі розвитку дітей серед самих батьків. Помітною проблемою на сьогодні є невисокий рівень

методичного арсеналу щодо роботи з батьками проблемних дітей. Подекуди психологи застосовують методи, які не пройшли належної валідації чи науково-методичної експертизи. Непоодинокі випадки, коли застосовують методики, які взагалі не належать до наукової психології (соціоніка, астрологія тощо). Тому, як зазначають Н. Березан, І. Гобод, Н. Лунченко, А. Обухівська, В. Панок, З. Радівіловський, основним пріоритетом на найближчі роки має бути суттєве підвищення методичного забезпечення діяльності психологічної служби сім'ї [5].

Вітчизняна традиція допомоги сім'ям, що мають проблемних дітей, зосереджена, передусім, на самій дитині, коли сім'я – і ядерна, і розширена – залишається лише ресурсом, умовою чи ж перепорою. Такий підхід до сім'ї В. Шмідт називає інструментальним [15]. В дослідженнях науковців найчастіше порушується аспект участі сім'ї у вихованні та розвитку проблемної дитини. Таким чином, існує протиріччя між соціальною гостротою проблеми, її психотравмуючою значимістю і відсутністю розроблених технологій психологічної допомоги батькам, які виховують проблемних дітей.

Одним із шляхів психологічної допомоги даній категорії населення є психологічний супровід. Суттєвим доробком щодо ідеології і технології психологічного супроводу є праці таких фахівців, як І. Баєва, М. Битянова, Г. Бардієр, А. Волосніков, О. Казакова, О. Козирєва, В. Мухіна, Ю. Слюсарів та ін. Відзначаючи певні досягнення психологічної науки у вивченні питань психологічної підтримки батьків проблемної дитини, необхідно вказати, що в практиці роботи з батьками, в сучасних умовах проблему не можна вважати вирішеною. Саме тому, перед науковцями психологами постає важливе завдання, яке заключається, перш за все, в необхідності визначення особливостей особистісно-емоційної сфери батьків, що мають проблемних дітей та виявлення взаємозв'язку цих особливостей з ставленням до дітей. Актуальність проблеми, її недостатня теоретична та практична розробка обумовили вибір теми дослідження «Психологічний супровід сумей, що мають проблемних дітей: теорія і практика».

Мета дослідження – теоретико-методологічне обґрунтування і емпірична перевірка концепції психологічного супроводу батьків, що мають проблемних дітей, яка розглядається у контексті радикальних соціальних змін України.

Саме поняття психологічного супроводу, як наукового феномену, існувало завжди, хоча найширше виділилося та сформувалося лише до середини ХХ століття, у результаті чого з'явилась ціла низка нових професій – соціальний працівник, психолог-консультант, психолог-психотерапевт. Зародження психологічного супроводу і оформлення його в самостійну область психологічних досліджень відбулося в результаті наукового осмислення ролі людського фактору в масштабах особистісних змін та вирішення особистісних проблем. У технологічному плані цей напрям психологічної допомоги виступає як система засобів, що містять у собі різні форми, методи і прийоми допомоги особистості. Перші спроби теоретичного аналізу власне психологічного супроводу були описані представниками таких наук, як педагогіка [3; 4; 6; 8; 13], соціологія [2]. У цих та інших роботах науковців були виділені основні проблемні моменти в системі взаємин «людина-людина» і підняті питання про значення і сенс супроводу для людини, про його психологічні механізми, які є відповідальними за позитивні зміни розвитку та поведінки. Тому, теоретичний аналіз цих робіт, проведений із врахуванням психологічного контексту, являється необхідним кроком у вивченні змістової регуляції психологічно значимих сторін життєдіяльності. Виходячи з цього нами були поставлені задачі: на основі аналізу психологічного супроводу, наукового дискурсу щодо його потенціалу, розробити концепцію психологічного супроводу сімей, що мають проблемних дітей.

Особливість психологічного супроводу сім'ї, яка має проблемну дитину, передбачає аналіз знань про уявлення її членів щодо життя, їхнє ставлення до себе, інших людей і світу в цілому, причини сімейного неблагополуччя. З цього витікають першочергові завдання та хід психологічного супроводу [1; 10; 14]. У такому контексті постає питання про те, що являє собою супровід: чи модель, націлену на успішність і повноцінність розвитку та функціонування особистості, яка допоможе їй бути активною і відповідальною з опорою на внутрішні сили і потребою в самозміні, у самовдосконаленні, в самореалізації. Чи психологічний супровід включає в себе допомогу, за рахунок роботи з наявним неблагополуччям та створення умов, що запобігають неблагополуччю. У нашому випадку і перший і другий варіант є важливими та функціональними, так як останні роки в психології з'явилися роботи, які

вказують, що наявність проблемної дитини в сім'ї призводить до змін в емоційному стані батьків і дитячо-батьківські стосунки переживають специфічні зміни (І. Багдасар'ян, Є. Баєнська, А. Варга, Е. Мастюкова, О. Нікольська, Л. Печнікова, А. Прихожан, Е. Савіна, А. Співаковська, В. Ткачова, О. Чарова, Е. Ейдемільер, В. Юстицькіс та ін.). У той же час питання про психологічні механізми таких змін, а також факторів, що лежать в основі індивідуальної варіативності поведінки батьків, вивчені недостатньо. Таким чином розвиток системи ранньої допомоги сім'ї з проблемною дитиною вимагає проектування і реалізації експериментальних наукових досліджень, спрямованих на вивчення умов і факторів, які обумовлюють індивідуальні особливості сімейної взаємодії.

У плані нашого дослідження важливим є вивчення психологічного супроводу сімей, які мають проблемних дітей в дошкільному віці та ранньому шкільному віці, що відносяться до числа актуальних психолого-соціальних проблем. Саме цей вік часто стає «лакмусовим папірцем» симптомів і синдромів, які приховано протікають і постійно зростають. У нашому дослідженні репрезентативна група позначається термінами «проблемні діти», «діти з проблемами у розвитку», і, відповідно, «сім'ї, що мають проблемних дітей», «сім'ї, які мають дітей з проблемами у розвитку» тощо. Перед собою ми поставили завдання розглядати поняття «проблемні діти» крізь призму поняття, яке стосується середніх за ступенем порушень від нормального фізичного чи психічного розвитку, що зумовлені вродженими чи набутими порушеннями соціальної адаптації та міжособистісної взаємодії при умові збереженого інтелекту. Таке трактування терміну «проблемні діти» впроваджене у використання в психологічній літературі лише останніми роками і характеризує дитину, яка створює незручності для функціонування дорослих (батьків, прабатьків, вихователів, вчителів, інших), так як характеризується такими ознаками, як: надмірна сором'язливість, активність, агресивність, неухильність, неслухняність, плаксивість, збудливість, імпульсивність, замкнутість, безвідповідальність тощо (вік дітей від 5 до 9 років).

Уже в роботах В. Гіляровського зазначається, що оскільки невротичні розлади дітей знаходяться часто в прямому зв'язку з нервовістю батьків, що є джерелом ненормального ставлення до дітей, психологічну роботу

потрібно починати з близьких, прагнучи створити навколо дитини більш-менш врівноважене і не травмуюче її середовище. Досвід включення батьків у роботу з дітьми показав, що стратегії їх поведінки і ступінь активності визначають ефективність впливів щодо психічного розвитку дитини. Ця обставина вказує на необхідність всестороннього вивчення індивідуально-психологічних факторів, які обумовлюють розбіжності у поведінці батьків як у взаємодії із проблемною дитиною, так і з іншими членами ядерної та розширеної сімейної системи.

У підходах роботи з сім'ями, які мають проблемних дітей підкреслюється, що участь батьків у процесі реабілітації дитини є важливим чинником досягнення стійких змін у її поведінці (J. Birkimer et al.; E. Siman). На сьогоднішній день фахівці використовують різноманітні методи діагностики і корекції внутрішньосімейної дисгармонії, включаючи психотерапевтичні методи, де поширеними є методи інтерактивного спостереження, ігрова і сімейна психотерапія, рольове моделювання і спеціальні навчальні психотерапевтичні програми для батьків (вперше запропоновані A. Bandura; E. Goodman, S. Minuchin, H. Fishman; R. Pasnau; D. Raupp; V. Satir). Використання групових ігор і різноманітних завдань, що включають спільну участь дітей і батьків, є ще одним ефективним засобом корекції дисфункційних паттернів внутрішньосімейної взаємодії, що позитивно впливають на динаміку змін у психічному розвитку проблемної дитини.

Серед усіх запропонованих методів психологічної роботи із сім'ями, які мають проблемних дітей, метод сімейної психотерапії зарекомендував себе як один із самих ефективних. Аналізуючи літературу з сімейної психотерапії, можна виділити кілька головних напрямків її роботи, де трьома найбільш важливими з них є: допомога членам сім'ї в створенні альтернативних паттернів взаємодії (вперше запропоновані J. Bell, D. Jackson, V. Satir, C. Whitaker, G. Zuk); оцінка і зміна системи сімейного функціонування (R. McGregor, S. Minuchin, R. Tharp); дослідження індивідуальних психологічних особливостей, пов'язаних із сімейною динамікою (N. Ackerman, M. Bowen, G. Grosser, J. Framo, N. Paul). Хоча ці напрямки роботи багато в чому відрізняються, усе, що їх поєднує - прагнення до вивчення системи внутрішньосімейних відносин і подолання традиційної для психодинамічної терапії тенденції дослідження лише індивідуальних психологічних особливостей.

Аналізуючи теоретичні підходи до психологічного супроводу сім'ї, яка має проблемну дитину, ми виділили основні стратегічні пункти такого супроводу, а саме акцент робиться на взаємодії між особистістю та її оточенням; системний підхід до сім'ї; осмислення структурної взаємодії, її зв'язків, змісту, форми організації; підхід до сім'ї як одиниці зміни, осмислення способів зміни ситуації; «активно-терапевтичний» підхід включає в себе активні форми втручання: зміна сімейних зв'язків, введення нових шлюбно-сімейних ролей, розподіл домашніх обов'язків і т.д.; концентрування роботи на принципі «тут і тепер», зміна установок і поглядів на сімейні відносини, поведінку шлюбних партнерів та батьківських установок.

Відповідно до теоретичного аналізу, ми розробили проект супроводу сім'ї із проблемною дитиною, поєднавши підходи до сім'ї та супроводу. Психологічний супровід являє собою процес організації та проведення комплексу заходів, недержавної форми надання психологічної допомоги, спрямованої не просто на підсилення або удосконалення, а на розвиток і саморозвиток самосвідомості особистості, запуск механізмів саморозвитку та активізації власних ресурсів батьків, підтримку природно розвинутих реакцій, процесів і станів їхньої особистості, перспективи особистісного зростання та можливості увійти в ту «зону розвитку», яка поки що недоступна. Супровід спрямований на вивчення «місця», на якому в момент звернення знаходиться клієнт, виявити, в чому полягає його проблема, яка суть і причини його життєвого неблагополуччя – у традиційній термінології це позначається як діагностика; «місця», куди клієнт хоче прийти, спільно з ним створити образ того стану, якого він хоче досягти (уявлення про благополуччя, ступінь реальності його досягнення), тобто визначити напрямок і намітити шляхи реабілітації; шляхи допомогти клієнту дістатися до своєї мети, здійснити свої бажання. Психологічному аналізу підлягають різні аспекти сімейного життя, починаючи з витоків утворення сім'ї; формування готовності до шлюбу й подружніх стосунків; загальні тенденції розвитку сім'ї; особливості шлюбно-сімейних міжособистісних взаємин та інші соціально-психологічні проблеми. Досліджуються особистісні та соціально-психологічні чинники, що зміцнюють або дестабілізують шлюб, взаємоадаптація шлюбної пари, їхня психологічна сумісність, соціально-психологічних процеси, що відбуваються в сім'ї: сімейна комунікація та

інтеракція, міжособистісна перцепція, рольова диференціація у взаєминах подружжя та інше.

Концепція психологічного супроводу сім'ї, яка має проблемну дитину включає в себе такі стратегії: **1) діагностична стратегія; 2) інформаційна (психоедукаційна стратегія); 3) психоконсультативна стратегія; 4) психотерапевтична стратегія.** Тобто, психологічний супровід сім'ї, що має проблемну дитину здійснюється за дотриманням певного алгоритму, що враховує організаційно-нормативну і методичну специфіку роботи з цією категорією сімей. Модель створення психологічного супроводу розроблена на підставі аналізу результатів теоретично обґрунтованих підходів із запровадження інноваційних форм до стабілізації сімейного функціонування.

1. Метою діагностичного етапу є усвідомлення суті проблеми, її носіїв і потенційних можливостей вирішення. Діагностичний етап починається з фіксації сигналу проблемної ситуації, потім виробляється логіка проведення діагностичного дослідження. На цьому етапі дуже важливо встановити довірчий контакт з усіма учасниками проблемної ситуації, допомогти їм вербалізувати проблему, спільно оцінити можливості її вирішення. У подальшій роботі відбувається поглиблена психологічна діагностика членів ядерної сімейної системи. Вивчення психологічних характеристик та особистісних особливостей батьків проблемних дітей здійснюється шляхом використання спеціальних методик особистісної діагностики: опитувальників та проєктивних методик. З метою дослідження типу батьківського ставлення ми використовуємо «Опитувальник батьківського ставлення» (А. Варга, В. Столін), орієнтований на виявлення батьківського ставлення, як системи різноманітних почуттів по відношенню до дитини, поведінкових стереотипів, в спілкуванні з нею, особливостей сприйняття і розуміння характеру особистості дитини, її дій. Для вивчення особливостей взаємодії між батьками і дітьми, стилів сімейного виховання, та виявлення їх психологічних причин було застосовано методику «Аналіз сімейних взаємин» Е. Ейдемільера та В. Юстіцкіса. Цей опитувальник дозволяє визначити, яким чином батьки виховують дитину в сім'ї.

Для дослідження особистісних характеристик батьків використовується тест акцентуації характеру Егідеса, який розглядає риси характеру в рамках звичайного малюнка особистості й виділяє 13 типів акцентуації, тобто

яскраво виражених характерів-психотипів, які описали у роботі вінницькі колеги І. Слободянюк, О. Холодова, О. Олексенко. Фрайбурзький особистісний опитувальник (Freiburg Personality Inventory, FPI), який ми використовуємо у нашій діагностичній процедурі, є багатофакторним особистісний опитувальником для обстеження дорослих. Він призначений для діагностики станів та властивостей особистості, які мають першочергове значення для процесу соціальної адаптації та регуляції поведінки [7]. Опитувальник містить висловлювання, які стосуються способів поведінки, емоційних станів, орієнтацій, відношення до життєвих труднощів і т. д.

Особливе місце в нашому дослідженні займає проективний підхід, за якого аналіз особливостей взаємодії з нейтральними матеріалами є об'єктом проекції внутрішніх переживань та бажань досліджуваних. Проективний діагностичний підхід застосовувався при вивченні афективної сфери членів сім'ї проблемних дітей, допомагає нам у дослідженні їхніх сімейних сценаріїв членів сімей, тобто уявлень про щоденні сімейні ситуації (сніданок, збирання на роботу, щоденні покупки, повернення з роботи, вечеря, перевірка уроків у дітей тощо) та ситуації, що повторюються з більшою чи меншою, або невизначеною періодичністю. Для діагностики індивідуально-типологічних особливостей особистості, її уявлення про себе, ставлення до власної особистості ми використовуємо проективну методику «Автопортрет». Дана проективна методика адаптована Р.Бернсом (США, Інститут розвитку людини, м. Сіетл) і допомагає діагностувати особистісні особливості людини. За визначенням автопортрет – це зображення людини, яке створене нею ж. Для психодіагностики важливо, якою мірою автопортрет, як зображення його творця, вичерпує свою модель і обмежується нею, а також за якими типологічними ознаками можна його відрізнити.

З метою дослідження характеру поведінки особистості в стресових умовах, ресурсів протистояння цим несприятливим впливам, адаптивних можливостей і стійкості людини до впливу стресових факторів ми використовуємо методику «Людина – Людина під дощем». Дана методика була запропонована Е. Романовою та О. Потьомкіною для оцінки адаптивних можливостей і стійкості людини до впливу стресових факторів. Також методика орієнтована на діагностику сили Его людини, характер поведінки особистості в несприятливих умовах, та ресурси протистояння цим

несприятливим впливам. Для діагностики афективної сфери особистості, її потреб та рівня їх задоволення, нами використовується методика «Дім. Дерево. Людина». Проективна методика дослідження особистості запропонована Дж. Буком. Використовується для дослідження як дітей, так і дорослих. Можлива групова діагностика. На думку Дж. Бука, кожен малюнок – це своєрідний автопортрет, деталі якого мають особистісне значення. На основі малюнку можна робити висновки про афективну сферу особистості, її потреби, рівень психосексуального розвитку тощо.

З метою дослідження особливостей внутрішньосімейної взаємодії ми використовували проективну методику «Малюнок сім'ї». Історично використання методики «малюнок сім'ї» пов'язане із загальним розвитком «проективної психології». Дану методику використовували, описували, видозмінювали та вдосконалювали такі вчені як: В. Хьюлз, Л. Корман, Р. Бернс, С. Кауфман, О. Захаров, К. Махвер, В. Столін, та інші. Метою застосування даної методики є виявлення особливостей внутрішньосімейних взаємин. Ще одним діагностичним матеріалом є тест «Неіснуюча тварина», яка також належить до проективних тестів. Виконуючи малюнок, людина через рухи руки, що малює малюнок, виявляє певний зміст своєї психіки. За основу нами взята інтерпретаційна версія М. Дукаревіч і П. Яньшин [16]. Процедура тесту досить проста: треба придумати і намалювати неіснуючу тварину і дати їй неіснуюче ім'я. Окремі показники (формальні і змістовні) малюнка, співвідносні з психологічними характеристиками, об'єднані в наступні симптомокомплекси: агресивність, демонстративність, тривожність, товариськість, самоконтроль, депресивність, інфантильність, самооцінка. Кожен показник малюнка оцінюється в балах в залежності від його виразності і значущості для оцінюваної характеристики.

Описаний діагностичний інструментарій дозволяє здійснити комплексне вивчення максимально можливих параметрів суб'єкта дослідження; за допомогою діагностичного інструментарію здійснюється якісно-кількісний та порівняльний аналіз виявлених чинників; одержувані результати об'єктивні і суворо детерміновані поставленими цілями і завданнями дослідження.

При безпосередньому обстеженні враховуються такі показники, як емоційна реакція досліджуваних на сам факт обстеження, розуміння усної

вказівки і мети завдання, особливості діяльності під час виконання завдання, реакція на результат роботи. Проводиться якісно-кількісний аналіз результатів діяльності членів родини, але при цьому приділяється велика увага характеристикам якісного порядку, так як вони дозволяють оцінити ступінь самостійності діагностованих, вміння батьків вибирати той чи інший спосіб взаємодії, повноту та глибину розуміння завдання, ступінь витривалості до навантаження, здатність до змін. Під час кожного діагностичного заняття ми використовуємо як діагностичні, так і корекційні заходи з застосуванням системного підходу, який передбачає залучення до роботи членів ядерної та розширеної сімейної системи. Психодіагностична робота організована таким чином, аби врахувати індивідуальні особливості кожного випадку, відповідати потребам кожної людини, а не бути свого роду «стандартним пакетом», тому ми розробляємо діагностичну модель окремо для кожної людини, змінюючи тривалість роботи, почерговість представлення завдань та інше.

При цьому кінцевою метою психологічної діагностики є:

- 1) прояснення для членів сім'ї природи виникнення сімейних проблем;
- 2) спонукання кожного з них до нових переживань з приводу отриманої об'єктивної інформації, структурування цих переживань;
- 3) орієнтації членів сім'ї на зрілі взаємини і успішний стиль вербального і невербального спілкування;
- 4) часткове усвідомлення ними отриманої інформації для розуміння ситуації в сім'ї і використання її в інтересах нормалізації, стабілізації і гармонізації сімейного життя.

Дослідження динаміки особистісних особливостей сімей, які мають проблемних дітей в процесі психологічного супроводу проводиться на базі Психологічного консультативного центру при кафедрі практичної та клінічної психології, факультету психології та соціології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. Вибіркову сукупність досліджуваної групи склали 450 батьків віком від 27 до 56 років, серед них жінки – 60, 7%, чоловіки 39, 3%. Усі батьки звертались за психологічною допомогою.

Підводячи підсумки, виділимо основні показники особистісного та міжособистісного функціонування членів сім'ї, яка має проблемну дитину, що складають для нас інтерес для побудови програми психологічного супроводу:

— виявлено, що інтегральні особистісні характеристики батьків, що мають проблемних дітей включають десять факторів, серед яких «авторитарна виховна диспозиція» (виражений авторитарний стиль виховання дитини з елементами ігнорування потреб дитини, надмірністю заборон, санкцій, байдужості та тотального контролю за всіма сферами її життєдіяльності); «потуральна виховна диспозиція» (з елементами підвищеної протекції); «конструктивна виховна протекція» (виховання у дитини людяності, співпереживання, емпатії, тобто тих рис характеру, які визначають моральний розвиток особистості); «психастенічна особистісна диспозиція» (домінування тривожно-помисливих тенденцій з проявом постійної невпевненості в собі, нерішучості, боязкості та уразливості); «амбівалентна особистісна диспозиція» (ознаки психопатологічної депресивності, дратівливості і емоційної нестійкості з ознаками відкритості соціальному оточенню, прагнення до довірливої та відвертої взаємодії з оточуючими); «поблажливо-байдужа особистісна диспозиція» (невимогливе батьківське ставлення до дитини); «домінуючо-агресивна особистісна диспозиція» (реактивна та спонтанна агресивність як атрибутивні характеристики «чоловічого» поведінкового патерну, що проявляється у вираженому прагненні до домінування у формі як реактивної, так і ситуативної агресії); «екстравертована особистісна диспозиція» (особистісна орієнтація на зовнішні аспекти дійсності, орієнтація на соціальні взаємини, сферу спілкування тощо); «інтровертовано-педантична особистісна диспозиція» (високий рівень консервативного педантизму на основі особистісної інтровертованої орієнтації); «пасивно-захисна особистісна диспозиція» (низький рівень прояву соціальної активності, високий рівень особистісної невротизації, схильність до стресового реагування на звичайні життєві ситуації, низький рівень захищеності від впливу стрес-факторів);

— досліджено, що батьки жіночої статі в більшій мірі проявляють схильність до високого рівня батьківської протекції; прагнення брати активну участь у вихованні дитини; здатність позитивного ставлення до дитини; іпохондричні настанови по відношенню до дитини; підвищену невпевненість, страх помилитися; перебільшені уявлення про хворобливість дитини; конструктивне і відповідальне батьківське ставлення до батьківських обов'язків; мінімалізацію дитячих обов'язків в сім'ї; тип виховання, при якому

дитина вважається маленькою невдахою, вседозволеність, недостатність вимог-заборон та вимог-обов'язків, нижчий рівень прояву соціальної активності; високий рівень особистісної невротизації; схильність до стресового реагування на звичайні життєві ситуації; нижчий рівень захищеності від впливу стрес-факторів; наявність тривожності, скутості, невпевненості. Представники чоловічої статі вивили ознаки «психастенічної особистісної диспозиції» з вищим рівнем боязкості, чутливості, вразливості, сором'язливості; вищою внутрішньою дисциплінованістю, почуттям обов'язку, відповідальністю, самокритичністю, товариськістю, добродушністю, чуйністю, прихильністю; вищим рівнем поміркованості, замкнутості, схильності до самоприниження, розгубленість у важких ситуаціях; підвищеною образливістю і конфліктністю на ґрунті завданих образ; комунікабельністю, товариськістю, добродушністю, чуйністю, прихильністю і щирістю; надзвичайною мінливістю настрою; сумлінністю і гострим критичним поглядом; несприятливих життєвих обставинах схильність шукати в собі прояви різних хвороб; майже повною відсутністю інтересів та захоплень; самокритичністю, надійністю, вірністю даному слову, охайністю, серйозністю, сумлінністю; невпевненістю і тривожною помисливістю, нерішучістю, певним формалізмом, безініціативністю, схильністю до нескінченних роздумувань, самокопання, нав'язливих ідей та страхів, з тривожно-помисливими тенденціями з проявом постійної невпевненості в собі, нерішучості, боязкості та уразливості;

— доведено, що представники вікової категорії батьків 51-60 років демонструють більш виражений рівень батьківської протекції при вихованні дитини; позитивне відношення до дитини, прагнення брати активну участь у вихованні дитини, приділяти багато часу, сил та уваги; приймати дитину такою, якою вона є, поважати та визнавати її індивідуальність, схвалювати її інтереси, підтримувати її плани, проводити з нею достатньо багато часу; прагнення до кооперації з дитиною, до заохочення її самостійності та ініціативності; прагнення бути з нею на рівних, максимально скоротити психологічну дистанцію між собою та дитиною, бути ближчим до неї, задовольнити її основні розумні потреби, захистити від неприємностей тощо; іпохондричні настанови по відношенню до дитини; підвищену невпевненість, страх помилитися, перебільшені уявлення про хворобливість дитини;

зорієнтовані на конструктивне і відповідальне батьківське ставлення не лише до своїх обов'язків як батьків, але, в першу чергу, до самої дитини: її потреб, інтересів, захоплень, тоді як у представників категорії батьків 20-30 років проявляється високий рівень консервативного педантизму на основі особистісної інтровертованої орієнтації; любов до порядку, консервативність (не визнають того, що ще не прийнято іншими); високий енергетизм, ретельність, охайність, справність, дбайливість, надійність, пунктуальність, уважність до свого здоров'я; охайність, дисциплінованість, скромність, поступливість, ретельність, дружелюбність, незлопам'ятність; високий ступінь замкнутості, відгородженості, фіксація інтересів на явищах свого внутрішнього світу, підвищена втомлюваність, дратівливість, схильність до іпохондрії; замкнутість, відгородженість, низька емпатійність, серйозність, неметушливість, небагатослівність, стійкість інтересів, постійність занять; безпристрасність, замкнутість, емоційна холодність тощо; особистісну настанову на реалізацію стратегії потуральної протекції у сфері виховання дитини, зумовлену передусім розширенням сфери батьківських почуттів; утвердження та пропагування в сім'ї культу дитини; бажання, щоб дитина стала для них чимось більшим, ніж просто дитиною; щоб вона задовольняла потребу у взаємній виключній прив'язаності; максимальне і некритичне задоволення будь-яких потреб дитини – як матеріально-побутових, так і духовних – перш за все, у емоційному контакті з батьками, спілкуванні з ними, їх любові та увазі; заперечення форм покарання дитини, або ж роблять це вкрай рідко; перевагу різним формам заохочення дитини та стимулювання; потуральну стратегію виховання дитини з елементами підвищеної протекції;

– показано, що для батьків проблемних дітей з неповних сімей достовірно властивими виявилися такі характеристики особистісно-сімейного функціонування: відчуття нестабільності; підозрілість, недовіра; труднощі у спілкуванні та у взаємодії з іншими; тривога, страх; імпульсивність; емоційна та інтелектуальна незрілість; сексуальні проблеми; ригідність; напруження; схильність до уникання проблем; пасивність; холодність взаємин; невпевненість, зневіра у собі;

– доведено, що для батьків, які мають проблемних дітей з повних сімей достовірно властивими виявилися такі характеристики особистісно-сімейного функціонування, як відчуття нестабільності; невпевненість, зневіра

у собі; підозрілість, недовіра; труднощі у спілкуванні та у взаємодії з іншими; тривога, страх; задоволеність собою; імпульсивність; пасивність; емоційна та інтелектуальна незрілість; позитивне налаштування на дослідження, сім'ю; сексуальні проблеми; холодність взаємин; конкуренція між батьками або сиблінгами; ригідність; напруження; порушення у соціально-психологічній адаптації; схильність до уникання проблем;

— проаналізовано, що для батьків проблемних дітей, представників псевдофункційного типу сім'ї достовірно властивими виявилися такі характеристики особистісно-сімейного функціонування, як відчуття нестабільності; підозрілість, недовіра; труднощі у спілкуванні та у взаємодії з іншими; тривога, страх; імпульсивність; емоційна та інтелектуальна незрілість; сексуальні проблеми; ригідність; напруження; схильність до уникання проблем; пасивність; холодність взаємин; невпевненість, зневіра у собі;

— встановлено, що для батьків проблемних дітей, представників дисфункційного типу сім'ї достовірно властивими виявилися такі характеристики особистісно-сімейного функціонування, як відчуття нестабільності; психосоматичні прояви; підозрілість, недовіра; труднощі у спілкуванні та у взаємодії з іншими; тривога, страх; агресивність; імпульсивність; пасивність; емоційна та інтелектуальна незрілість; сексуальні проблеми; холодність взаємин; ригідність; напруження; порушення у соціально-психологічній адаптації; схильність до уникання проблем;

— для батьків проблемних дітей, представників функційного типу сім'ї достовірно властивими виявилися такі характеристики особистісно-сімейного функціонування, як відчуття нестабільності; задоволеність собою; позитивне налаштування на дослідження, сім'ю; згуртованість членів сім'ї; взаємодія членів сім'ї; напруження.

Вивчені показники дозволили виділити основні мішені, на які спрямована розробка програми роботи з сім'єю і з врахуванням гнучких її змін в процесі психологічного супроводу. По ходу роботи учасники процесу намічають орієнтири спільної роботи (бажані і можливі зміни), розподіляють відповідальність (що вони мають намір робити разом, яку функцію виконує і яку роль приймає на себе кожен з них по відношенню до партнера, які правила їх взаємодії, як розподілена відповідальність за процес і результати), а також виявляють межі необхідної і достатньої підтримки.

2. Інформаційна просвіта чи психоедукація передбачає збір необхідної інформації про шляхи та способи розв'язання проблем у ядерній сім'ї, доведення цієї інформації до всіх учасників проблемної ситуації, створення умов для усвідомлення інформації самим клієнтом. Психоедукація включає навчання членів сім'ї стосовно їх індивідуального та міжособистісного функціонування та особливостей динамічних процесів у ядерній та розширеній сім'ї, що ґрунтується на узагальненні даних, отриманих в ході попереднього етапу; інформування стосовно вкладу сімейних проблем в індивідуальний розвиток кожного члену ядерної і розширеної сімейної системи, негативних і позитивних когнітивних та поведінкових паттернів; повідомлення стосовно дисфункцій у поведінці і взаєминах та їх впливу на психофізичний розвиток проблемної дитини. У фокусі просвіти найчастіше важливе місце займає відчуття провини, співзалежність і докори зі сторони членів сім'ї один одному. Інформаційна просвіта, в першу чергу, спрямована на формування рефлексії відносно природи деструктивних почуттів членів сім'ї, що мають проблемну дитину. На даному етапі важливо враховувати, аби сім'я могла рухатися в напрямку вирішення двох важливих задач: трансформації поширеного поняття «ідеальна сім'я» в поняття «функційна сім'я»; засвоєнні основних функцій сім'ї та кожного члена сім'ї. На цьому етапі можна звернутися до навчального тренінгу О. Пошетун, де основним є принцип інформаційно-методичного забезпечення за такими характеристиками: 1) цільовий та змістовний аспекти; 2) технологічний аспект; 3) процесуальний аспект [11; 12]. Цільовий та змістовний аспекти: навчання має чітку мету (цілі, завдання) і орієнтовано на виявлення потреб учасника супроводу як суб'єкта навчання і розвиток його особистості. Заняття спрямовані не лише на накопичення знань, а й на розвиток здібностей, вмінь, навичок, моделей поведінки, формування механізму самоорганізації і самореалізації. Знання, що подаються, мають бути практично орієнтовані, достатні для реалізації завдань супроводу і обов'язково «пропущені» через особистий досвід учасника, щоб стати для нього особисто значущими, а не формальними, знеособленими. Технологічний аспект: навчання спирається на індивідуальні особливості учасників, як суб'єктів навчання: їх інтереси, суб'єктивний досвід – і передбачає узгодження, інтеграцію індивідуального і суспільного досвіду. Навчання відбувається у формі полілогу, обговорення, дискусії, а також на основі ігрових моделей (імітаційних і рольових ігор) із

застосуванням відповідних інтерактивних методів. Процесуальний аспект: постійна взаємодія учасників групи обумовлює групову динаміку; завданням є створити психологічно комфортні умови для кожного учасника; навчання відбувається в атмосфері розкнутості і свободи спілкування між учасниками групи, у психологічно безпечній атмосфері.

3. Консультативний етап спрямований на відпрацювання толерантних взаємин у сім'ї, допомогти членам сім'ї створити альтернативні паттерни взаємодії.

4. Психотерапевтичний етап – це переоцінка та зміна особистісного та сімейного функціонування.

На третьому та четвертому етапах, які включають консультування та психотерапію, основним засобом роботи є бесіда та техніки психотерапевтичного впливу, спрямовані на вирішення міжособистісних та внутрішньо особистісних негараздів, які були продіагностовані та виділені на попередніх двох етапах. Схема алгоритму психологічного супроводу із його складовими представлена на рис. 1.

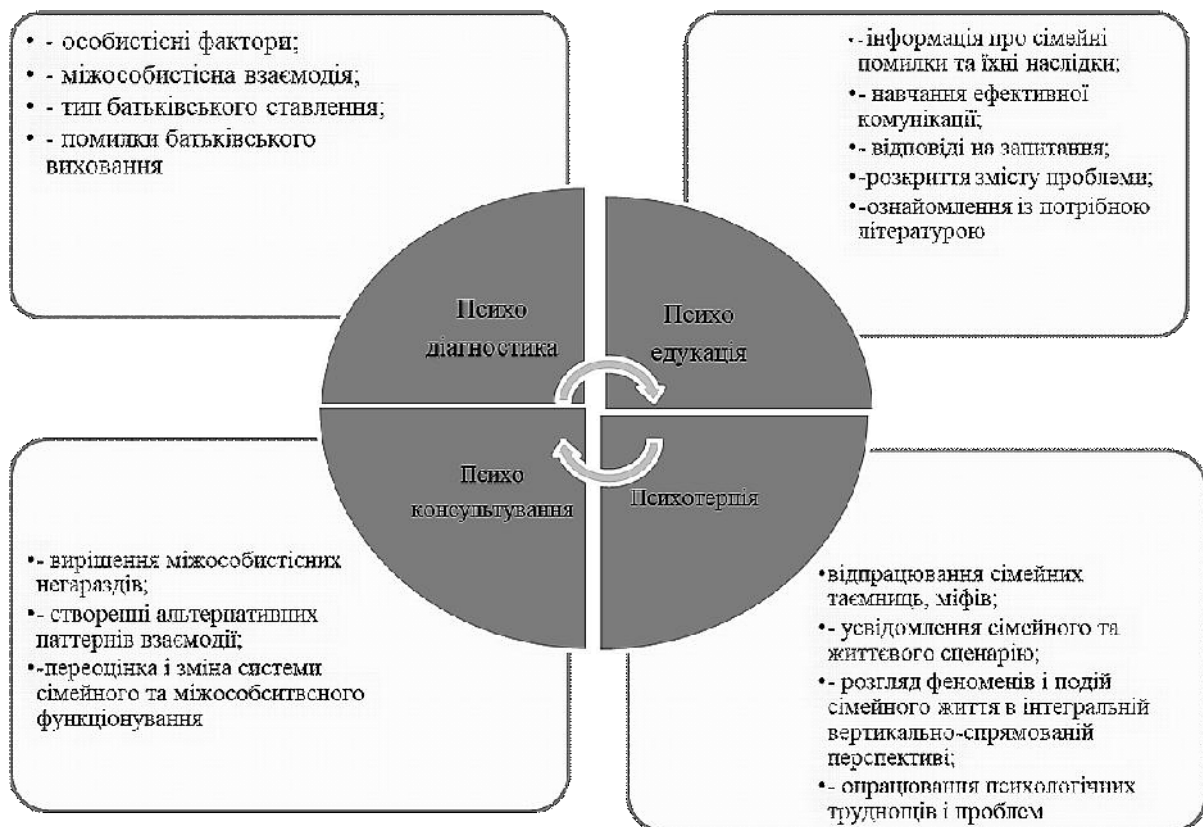


Рис. 1. Схема алгоритму психологічного супроводу сім'ї, що має проблемну дитину

Третій та четвертий етапи психологічного супроводу є важливим його компонентом. На цих етапах ми використовуємо психотерапевтичні техніки, а саме:

– «Сімейна скриня», де, звичайно ж, «скриня» – це метафора, і її вміст – аж ніяк не ювелірні вироби, векселі та цінні папери, а життєвий досвід, перейнятий і засвоєний з батьківської сім'ї. Це – розуміння «хорошого» і «поганого», «правильного» і «неправильного», сімейні цінності, установки, традиції і готові «ідеальні» образи, переконання. В сімейній скрині зберігається безліч таємниць, загадок, сімейних міфів, переказів, прихованих приписів, заборон, потужних послань нащадкам. Всі ці «сімейні коштовності» впливають на становлення особистості. У скрині зберігається багата спадщина, з якої кожен бере для себе щось, але найчастіше не усвідомлюють це. Окрім сімейних традицій, цінностей, переконань, установок, у ній зберігаються страхи бути успішними, або не висовуватися, не бути близькими іншим людям, тримати образи в собі. Все це передається із покоління в покоління, що було актуальним колись для предків. До багажу сімейної скрині входить ряд важливих факторів: стиль спілкування, прийнятий в сім'ї; сімейні ролі і їх бачення; ставлення до розширеної сімейної системи; стратегії вираження почуттів, прийняті в сім'ї; сімейні традиції. Тобто, основними показниками за сімейною скринєю є: 1. Сімейні цінності. 2. Сімейні ролі. 3. Сімейні установки. 4. Особливості подружніх і сімейних стосунків та ставлення. 5. Прийняття партнера чи інших членів ядерної сім'ї.

– «Написання казки». Казкотерапія є одним із методів психологічної роботи з клієнтом, який використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширенню свідомості, вдосконалення взаємодії з навколишнім світом. Казка допомагає виділити: обличчя та стереотипи взаємодії та поведінки, сімейні правила та сімейний сценарій, сімейні міфи, життєвий сценарій, сімейні та індивідуальні межі, сімейну та життєву історію. Терапевтична цінність казкотерапії полягає в тому, що казка може сприяти становленню емоційної регуляції через розвиток самосвідомості. Позитивні зміни в самосвідомості потребують від особистості саморозуміння. Ми спираємося, як і у своїй роботі українські вчені Л. Долинська,

О. Василевська, на екзистенціальний аспект саморозуміння, який розглядається у феноменологічногерменевтичному напрямі як опосередкована можливість розуміти себе, відшукуючи особистісний сенс у символічному просторі [9].

– Діаграма сім'ї означає вивчення системи внутрішньосімейних взаємин і запропонована М. Боуен в 1978 р. (М. Bowen, 1978) в рамках «міжпоколінного підходу» сімейної терапії. Мета її – отримати цілісну картину, розглядаючи всі феномени і події сімейного життя в інтегральній вертикально-спрямованій перспективі. Іноді вона висвічує те, що було таємницею для членів сім'ї, витягуючи «скелети з шафи». Даний підхід має багато спільного з традиційними підходами до збору даних з історії родини, його головною відмінною рисою є структурованість і схематизація. Діаграма використовує для ілюстрації специфіки сімейних взаємин символи. Така діаграма являє собою карту сім'ї. Робота може бути проведена в будь-який час після початку регулярних зустрічей з сім'єю і являє собою рутинний метод збору інформації про сім'ю для кращого розуміння проблеми і пошуку шляху її вирішення. Вона як правило проводиться в присутності всіх членів сім'ї, здатних слухати і сприймати інформацію, в тому числі і дітей. Передбачається, що членам сім'ї дана інформація цікава, і їм цікаво дізнатися подробиці про своїх близьких родичів. У міру надходження інформації вона фіксується в спеціальних символах: дуже гарні стосунки, гарні стосунки, нейтральні стосунки, конфліктні стосунки.

Заплановані психотерапевтичні заходи вдається виконати у повному обсязі щодо всіх подружніх пар, які брали участь у дослідженні.

Узагальнюючи результати порівняльного аналізу формувальних заходів у відношенні випробуваних за критерієм *«рівень розвитку показників сімейного функціонування»*, можна констатувати, що впровадження спеціальної комплексної програми психологічного супроводу забезпечило у батьків проблемних дітей більш високий ступінь розвитку ефективних механізмів особистісно-сімейного функціонування, а також більш стійкий рівень сформованості особистісної настанови на конструктивне вирішення його актуальних проблем. Дані дослідження ефективності програми психологічного супроводу дозволяють

констатувати, що в експериментальній групі в результаті впровадження спеціальної програми психологічного супроводу на етапі контрольного діагностичного зрізу частота вираженості позитивної модальності усіх визначених емпіричних показників виявилась достовірно вищою за частоту вираженості такої в контрольній групі. Це свідчить про те, що серед представників експериментальної вибірки кількість батьків проблемних дітей зі сформованою настановою на позитивне сприйняття і прийняття партнера або інших членів ядерної сім'ї, з відрефлексованою позицією і готовністю до генерування конструктивного простору подружніх і сімейних стосунків, до культивування «здорових» сімейних цінностей і настанов, до реалізації конструктивних рольових патернів сімейного функціонування, виявилась суттєво більшою, ніж серед представників контрольної вибірки. Шанс розвитку і реалізації конструктивних рольових патернів сімейного функціонування у батьків проблемних дітей в рамках спеціальної комплексної програми психологічного супроводу більш, ніж в 3 рази вищий за такий шанс в рамках традиційної технології психологічної допомоги. Можна констатувати, що впровадження спеціальної комплексної програми психологічного супроводу забезпечило у батьків проблемних дітей більш високий ступінь розвитку ефективних механізмів особистісно-сімейного функціонування, а також більш стійкий рівень сформованості особистісної настанови на конструктивне вирішення його актуальних проблем. Спостерігається виражена позитивна динаміка за всіма емпіричними показниками, що змістовно визначають структуру психотипічного профілю батьків проблемних дітей після проведення психологічного супроводу. Виявлено, що програма психологічного супроводу стала важливим фактором якісної трансформації змістовно-структурних елементів психотипу в напрямку розвитку властивостей здорового консервативного педантизму на основі особистісної інтровертованої орієнтації. Відбулися певні зміни у рівні вираженості емпіричних показників, що змістовно визначають структуру їх психотипічного профілю. Відбулася конструктивна трансформація стратегії потуральної протекції у сфері виховання дитини, ефективній корекції їх неконструктивної особистісної позиції, пов'язаної з вихованням у дитини якостей

некритичної вседозволеності і доступності об'єкту бажань і потреб. Виявлено позитивне сприйняття і прийняття партнера або інших членів ядерної сім'ї, з відрефлексованою позицією і готовністю до генерування конструктивного простору подружніх і сімейних стосунків, до культивування «здорових» сімейних цінностей і настанов, до реалізації конструктивних рольових патернів сімейного функціонування, виявилась суттєво більшою, ніж серед представників контрольної вибірки.

Зворотній зв'язок, який ми використовуємо по завершенню психологічного супроводу, представляє всі узагальнені дані щодо емпіричних показників першого і четвертого етапів, вказує на особливості змін і передбачає перспективи подальшого функціонування. Це так званий рефлексивний етап, період осмислення результатів діяльності супроводу щодо вирішення тієї чи іншої проблеми. Цей етап може стати заключним у вирішенні індивідуальної та сімейної проблеми, або стартовим у проектуванні спеціальних методів попередження і корекції інших проблем. *Результатом психологічного супроводу особистості* стає нова життєва якість – адаптивність, тобто здатність самотійно досягати відносної рівноваги у відносинах з собою і оточуючими як в сприятливих, так і в екстремальних життєвих ситуаціях. Ключовим у цьому процесі є момент екзистенціальної життєвої зміни, коли зростає рівень креативності та творчих здібностей, спрямованих на втілення нового буття.

Список використаних джерел

1. Бахтин М. Особенности диагностики в процессе сопровождения [Электронный ресурс] / М. Бахтин. – Режим доступа : psy.1september.-ru/2001/31/5_12.htm
2. Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь : теория и практика / А. Ф. Бондаренко. – Москва : Класс, 2001. – 336 с.
3. Выготский Л. С. Проблема культурного развития ребенка / Л. С. Выготский // Вестник Московского университета. – 1991. – № 4. – С. 5-18.
4. Газман О. С. Воспитание и педагогическая поддержка детей [Текст] / О. С. Газман // Народное образование. – 1998. – № 6. – С. 108-111.
5. Гобод І. Ю. Розвиток психологічної служби та психолого-медико-педагогічних консультацій системи освіти України [Текст] : підсумки роботи за 2005-2008 рр. / І. Ю. Гобод [та ін.]. – Київ : Ніка-Центр, 2008. – 118 с.

6. Леонтьев Д. А., Рассказова Е. И. Тест жизнестойкости / Д. А. Леонтьев, Е. И. Рассказова. – Москва : Смысл, 2006. – 63 с.
7. Луценко О. Л. Фрайбурзький особистісний опитувальник FPI – перевірка валідності та локальна стандартизація / О. Л. Луценко // Вісник Харк. нац. ун-ту імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія. – 2016. – Вип. 61. – С. 49-54.
8. Михайлова Н. Н., Юсфин С. М. Педагогика поддержки : учеб. пособ. / Н. Н. Михайлова, С. М. Юсфин. – Москва : МИРОС, 2001. – 208 с.
9. Особистість як суб'єкт подолання кризових ситуацій: психологічна теорія і практика : монографія / за ред. С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова. – Суми : Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2017. – С. 456-475.
10. Осухова Н. Г. Психологическое сопровождение личности в период адаптации к жизненным изменениям. Профориентация и психологическая поддержка – новые возможности занятости : тез. докл. межрегиональной научно-практической конференции. – Москва : Красная площадь, 1996. – С. 103-105.
11. Пометун О. І. Енциклопедія навчання / О. І. Пометун. – Київ : А. С. К., 2007. – 144 с.
12. Пометун О. І. Інтерактивні методи навчання / О. І. Пометун // Енциклопедія освіти / Акад. пед. наук України ; гол. ред. В. Г. Кремень. – Київ : Юрінком Інтер, 2008. – 1040 с.
13. Слостенин В. А., Ульянова И. В., Свиная О. В. Особенности педагогического сопровождения обучающихся в контексте различных педагогических подходов [Электронный ресурс] / В. А. Слостенин, И. В. Ульянова, О. В. Свиная // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4. – Режим доступа : <http://www.science-education.ru/ru/article/view?id=20857>
14. Слюсарев Ю. В. Психологическое сопровождение как фактор активизации саморазвития личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Ю. В. Слюсарев. – Санкт-Петербург. гос. ун-т. – Санкт-Петербург, 1992. – 16 с.
15. Шмидт В. Ф. Психоаналитические и педагогические труды / В. Ф. Шмидт. – Ижевск : ERGO, 2009. – 310 с.
16. Янышин П. В. Практикум с клинической психологии. Методы исследования личности / П. В. Янышин. – Санкт-Петербург : Питер, 2004. – 336 с.

4.5

СПОСОБИ КОГНІТИВНОГО ВЗАЄМОПЕРЕПЛЕТЕННЯ В СТРУКТУРІ ТЕХНОЛОГІЇ ДЕСЕНСИБІЛІЗАЦІЇ ТА

ПЕРЕРОБКИ РУХАМИ ОЧЕЙ

Ніколаєнко С.О.

В широкому сенсі слова «технологія» – це процедура здійснення діяльності на основі її раціонального розчленування на процедури і операції з подальшою координацією і вибором оптимальних засобів і методів їх виконання. Характерними ознаками технології є: процесуальність як єдність цілей, змісту, форм, методів і результатів діяльності; сукупність методів зміни об'єкта; попереднє проектування процедури зміни об'єкта.

У «Філософському словнику», зокрема, відзначається, що технологія являє собою складну систему артефактів, які знаходяться в розвитку, виробничих операцій і процесів, ресурсних джерел, підсистем соціальних наслідків інформації, управління, фінансування і взаємодії з іншими технологіями [14]. «Великий тлумачний соціологічний словник» трактує поняття технології як практичне застосування знання і використання методів у виробничій діяльності [6].

Дослідники звертають увагу також на особливості співвідношення понять технології і мистецтва. Так, В. Беспалько зазначає: «Будь-яка діяльність може бути або технологією, або мистецтвом. Мистецтво засноване на інтуїції, технологія - на науці. З мистецтва все починається, технологією - закінчується, щоб потім все почалося спочатку» [1, с. 5].

С. Батишев і А. Новиков вказують на різні аспекти складного феномена технології. З їх точки зору, технологія - це: 1) сукупність знань про методи здійснення певної діяльності; 2) мистецтво, майстерність, вміння, сукупність методів обробки, зміни певного стану об'єкта; 3) засіб гарантованого досягнення цілей діяльності; 4) алгоритмічний опис процесу досягнення планованих результатів діяльності; 5) проект певної системи, який реалізується на практиці [12, с. 264].

При аналізі поняття технології розрізняються наступні фундаментальні аспекти: з одного боку, вона розглядається в якості *системи способів* матеріалізації знань, навичок і досвіду людей в процесі діяльності по перетворенню предметів праці, соціальної або психічної реальності; з іншого боку – розглядається в якості *раціональних алгоритмів, процедур* по використанню певного інструментарію з метою досягнення якісних результатів у певній діяльності.

У словнику С. Ожегова поняття «спосіб» визначається наступним чином: «Спосіб - дія або система дій, що застосовуються при виконанні якої-небудь роботи, при здійсненні чого-небудь» [10, с. 697]. Оскільки спосіб є дією або системою дій, то він завжди виступає як елемент діяльності. При цьому спосіб діяльності визначається тими умовами, в яких вона протікає. Необхідність знаходження способів діяльності, які адекватні таким умовам, перетворює діяльність у вирішення певної задачі в конкретних умовах. Існує два основних способи діяльності – нормативний та індивідуальний. Нормативний спосіб діяльності розрахований на усереднені умови діяльності і тому представлений в узагальненому вигляді і закріплений в інструкціях. Індивідуальний спосіб діяльності обумовлений конкретними об'єктивними і суб'єктивними умовами діяльності [4].

Досліджуючи співвідношення між поняттями методу, способу, методики і технології, І. Васильєв зазначає, що метод діяльності є складовою частиною, елементом способу діяльності. У свою чергу, сукупність способів діяльності складає методику діяльності. Методику ж, що дає гарантований результат незалежно від особистісних якостей суб'єкта і об'єкта діяльності, можна вважати технологією [3].

Тому можна зробити висновок, що *технологія є системою нормативних способів і процедур діяльності*, яка і забезпечує отримання гарантованого за якістю і кількістю кінцевого її результату.

Під психологічною технологією розуміється науково-обґрунтована система способів, операцій та процедур, які забезпечують цілеспрямований розвиток в особистості певних психологічних якостей та передачу соціального досвіду [11].

В структурі психологічної технології Л. Карамушка виокремлює три основні компоненти: 1) інформаційно-смісловий компонент (це теоретичні підходи до аналізу того чи іншого психологічного явища); 2) діагностичний компонент (це аналіз основних критеріїв та показників явища, що досліджується, ознайомлення з методами, які можуть бути використані для їх вимірювання, обґрунтування доцільності застосування тих чи інших діагностичних методів при вимірюванні певних параметрів тощо); 3) корекційно-розвивальний компонент (це характеристика основних напрямків здійснення корекційно-розвивальної роботи через систему

тренінгів та консультацій, обґрунтування доцільності використання індивідуальних або групових форм корекційно-розвивальної роботи в тих чи інших ситуаціях) [13, с. 57].

Технологія психотерапії розглядається як система психотерапевтичних способів і процедур, спрямованих на усунення, згладжування недоліків або їх психолого-педагогічних причин. Результатом її застосування є такі зміни в психіці клієнта, які позитивно впливають на його стан, діяльність, спілкування і поведінку в цілому [7; 9; 17].

У структурі технології психотерапії розрізняються такі рівні: 1) рівень способів і процедур психотерапії, обумовлених специфікою психотерапевтичного підходу (психодинамічного, когнітивно-поведінкового, гуманістичного); 2) рівень способів і процедур психотерапії, спрямованих на досягнення мети психотерапевтичної діяльності в різних формах і видах психотерапії (довгострокової, середньострокової, короткострокової психотерапії; індивідуальної, сімейної, групової психотерапії; підтримуючої, яка розкриває психотерапії; стаціонарної, амбулаторної, сімейної психотерапії та ін.). 3) рівень способів і процедур психотерапії, які реалізуються в її специфічних методах (наприклад, гіпнозі, релаксації, бесіді, дискусії, тренінгу та ін.) [7].

Одною з сучасних технологій психотерапії емоційних травм є «десенсибілізація і переробка рухами очей» (ДПРО) [15]. В структурі технології ДПРО Ф. Шапіро розрізняє певні рівні, які відображені у наступних протоколах: 1) «стандартному протоколі ДПРО», який спрямований на забезпечення реалізації цілісного курсу ДПРО; 2) «протоколі стандартної процедури ДПРО», який спрямований на забезпечення реалізації окремого сеансу ДПРО; 3) «специфічних протоколах ДПРО», які спрямовані на забезпечення психотерапії конкретних симптомів емоційної травми.

Реалізація «стандартного протоколу ДПРО» вимагає від психотерапевта ретельного проходження трьох основних етапів, передбачених даним протоколом. На цих етапах психотерапевт повинен оцінити цілі впливу і можливі результати щодо минулого, сьогодення і майбутнього пацієнта.

Робота з минулим пацієнта. Перший етап стандартного протоколу ДПРО пов'язаний з питанням: «Які події минулого стали основою для емоційного розладу?». Саме лікування являє собою переробку травма-

тичних спогадів, що стали причиною нинішніх симптомів пацієнта. Тому вже під час першого сеансу, присвяченого аналізу історії хвороби, психотерапевту необхідно виявити у пацієнта до десяти спогадів, які найбільш його турбують. Вони й повинні бути перероблені в першу чергу. При переробці спогадів з найбільш високим рівнем занепокоєння, як правило, виникає ефект генералізації, тому робота з іншими спогадами буде пов'язана вже з меншими труднощами.

Робота з сьогоденням пацієнта. Другий етап стандартного протоколу ДПРО зосереджений на питанні: «Які з існуючих в даний час стимулів безпосереднього оточення викликають занепокоєння?». На цьому етапі предметом впливу обираються нинішні життєві обставини пацієнта, що провокують у нього негативні емоційні реакції. Усунення найбільш дискомфортних симптомів (таких, як напади сильної тривоги, нав'язливих думок і тяжких спогадів) дозволяє психотерапевту адекватно оцінити поточні життєві обставини пацієнта і його нинішні реакції на події минулого.

Робота з майбутнім пацієнта. Третій етап стандартного протоколу ДПДГ включає в себе адекватне інформування клієнта і створення уявного «образу досягнення», який стосується самого себе, вільного від сильної тривоги, здатного реагувати на деякі події інакше, відчувати глибокий спокій і відчуття психічного комфорту. Тому після ідентифікації і переробки психотравмуючих спогадів, а також всіх нинішніх життєвих обставин, психотерапевту необхідно зосередитися на здатності клієнта приймати нові рішення в майбутньому.

Реалізація окремого сеансу відбувається з опорою на «протокол стандартної процедури ДПРО». Даний протокол включає в себе наступні етапи: 1) виявлення образу, що відображає в цілому найбільш травматичну частину події; 2) формування негативного самоуявлення, що виражає основну негативну самооцінку або переконання; 3) створення бажаного позитивного самоуявлення, що включає внутрішню область контролю; 4) оцінювання клієнтом ступеня відповідності позитивного самоуявлення; 5) визначення негативних емоцій, що виникають при з'єднанні образу і негативного самоуявлення; 6) оцінка клієнтом ступеня занепокоєння, що виникає при стимулюванні травматичних спогадів; 7) визначення того, де саме в тілі локалізуються фізичні відчуття при зверненні до травматичної

інформації; 8) десенсибілізація як початок процесу очищення всіх асоціативних каналів пам'яті; 9) інсталяція позитивного самоуявлення; 10) сканування тіла, коли клієнт аналізує його для пошуку будь-яких залишкових фізичних блоків; 11) закінчення психотерапевтичного сеансу після досягнення клієнтом почуття власної ефективності і успіху.

Робота з конкретними симптомами емоційної травми ведеться на основі «специфічних протоколів ДПРО». При цьому Ф. Шапіро розробила два різновиди даних протоколів: 1) протоколи для роботи з конкретними симптомами (психосоматичні симптоми, панічні розлади, випадки гострого горя, фобії, травматичні події і ін.); 2) протоколи для роботи з окремими категоріями пацієнтів (ветерани бойових дій, онкохворі, діти, літні клієнти, жертви сексуального насильства, подружні пари і ін.).

Когнітивне взаємопереплетення (КВП) в структурі «стандартної процедури ДПРО» є особливою формою техніки, яка спеціально розроблена для найбільш важких клієнтів з високим ступенем занепокоєння. КВП рекомендується застосовувати в тих випадках, коли спонтанної переробки в процесі ДПРО виявляється недостатньо для досягнення психотерапевтичних цілей.

В роботі Ф. Шапіро наводяться наступні чотири ситуації, в яких необхідна стимуляція переробки в формі КВП: 1) «мертва петля», коли переробка залишається заблокованою навіть після того, як психотерапевт використовує додаткові варіанти ДПРО; 2) «недостатня інформація», коли для продовження переробки травматичного матеріалу у клієнта не вистачає знань і особистого досвіду; 3) «недостатня генералізація», коли позитивний ефект конкретного емоційного плато, досягнутий в процесі переробки, не переноситься на додаткові цілі; 4) «фактор часу», коли сеанс ДПРО добігає кінця, а клієнт все ще знаходиться в процесі абреакції [15].

Однак в зазначених вище ситуаціях КВП використовується тільки для роботи з заблокованою інформацією. З нашої точки зору, необхідна також додаткова розробка спеціальної групи способів КВП, які б могли застосовуватися і для роботи з абреакцією у разі її виникнення на етапі десенсибілізації в структурі стандартної процедури ДПРО.

Тому нашою метою стало наступне: по-перше, виявлення і класифікація способів КВП, які можна використовувати в разі виникнення абреакції в процесі ДПРО; по-друге, класифікація та розширення арсеналу способів КВП, які можна використовувати при блокуванні переробки

травматичного матеріалу в структурі стандартної процедури ДПРО.

Переходимо до вирішення поставлених вище завдань. Ф. Шапіро відзначає, що приблизно в половині всіх сеансів поєднання на етапі десенсибілізації таких звичайних компонентів процедури ДПРО, як центральний образ травматичної ситуації, негативне самопредставлення і відчуття в тілі, з рухами очей сприяє повній переробці психотравматичного матеріалу. Однак на етапі десенсибілізації у клієнтів можуть виникати такі ускладнення: 1) відреагування (абреакція), яке пов'язане з переживанням високого рівня занепокоєння під час переробки; 2) блокування, яке пов'язане з передчасним припиненням переробки.

Проблема відреагування (абреакції) і блокування вирішується на двох рівнях. На першому рівні застосовуються прості стратегії і методи [15, с. 223-260]. На другому рівні потрібні вже більш складні стратегії і методи в формі КВП [15, с. 319-350].

Ф. Шапіро відзначає, що, переробку можна розглядати як перетворення дисфункціональної інформації шляхом встановлення її зв'язку з більш адаптивною, ресурсною інформацією в процесі рухів очей. Автор зазначає, що протягом більшої частини сеансів ДПРО адаптивна переробка інформації відбувається як спонтанне з'єднання відповідних нейромереж. Однак, коли переробка блокується, психотерапевт повинен використовувати когнітивне взаємопереплетення для штучного прокладання нового шляху, який зв'яже дисфункціональну і ресурсну нейромережі.

На рівні безпосередньої комунікації психотерапевта з клієнтом КВП означає, що в разі блокування переробки травматичної інформації психотерапевт формулює певні ресурсно-адаптивні висловлювання, які в процесі рухів очей клієнта «переплітаються» та зв'язуються одночасно і з дисфункціональними, і з ресурсними асоціаціями (та відповідними нейромережами, які є носіями вказаних асоціацій). Тобто спонтанне зв'язування під час рухів очей двох нейромереж, які є носіями «дисфункціональної» і «ресурсної» інформації, доповнюється введенням в систему додаткової ресурсно-адаптивної інформації, яка виходить від терапевта.

Коли клієнт визнав для себе саму можливість адаптивної перспективи, яка пов'язана саме з новою ресурсно-адаптивною інформацією, психотерапевт починає проводити серії рухів очей для створення додаткового зв'язку між нейромережею, яка містить дисфункціональний

матеріал, і нейромережею, яка містить ресурсний матеріал.

Вище ми вже відзначали, що використання КВП абсолютно необхідно в разі виникнення ситуації «мертвої петлі», коли після виконання послідовних серій рухів очей у клієнта виникає блокування в переробці травматичної інформації. Це виражається в тому, що з певною періодичністю знову і знову повторюються ті ж самі негативні думки, емоції і образи.

Однак досвід показує, що клієнт часто потребує КВП також і в ситуації відреагування (абреакції). У цьому випадку основна функція КВП полягає вже не в розблокуванні переробки дисфункціональної інформації, як у випадку «мертвої петлі», а, навпаки, в контролі, супроводі та полегшенні відреагування. За рахунок специфічного змісту комунікації психотерапевт повинен допомогти клієнту переробити травматичний матеріал з високим рівнем занепокоєння без додаткового страху, відкидання або негативної оцінки. Говорячи метафорично, якщо в разі блокування терапевт за допомогою КВП стимулює подальше проходження застряглого плоду по родових шляхах, то в разі відреагування - контролює і полегшує його занадто болюче, бурхливе або швидке проходження по родових шляхах.

А. Розглянемо способи КВП в ситуації відреагування. Для цього ми класифікуємо дані способи в залежності від того, на яких етапах відреагування їх доцільніше використовувати.

1. *Зміст комунікативних способів КВП на початковому етапі відреагування.*

- Проявити співчуття: «Треба потерпіти, це скоро пройде».
- Зробити акцент на безпеці: «Зараз ви в цілковитій безпеці»; «Ви в цілковитій безпеці, оскільки зараз ви тут, під моїм захистом, а ті події, які ви переживаєте, були в минулому».
- Зробити акцент на особистій силі клієнта: «Ви, як особистість, більш стійка, сильна і незалежна сутність, ніж ваші негативні переживання в даний момент, і тому в будь-який момент ви можете довільно занурюватися в ці переживання і виходити з них».
- Дати загальну метафору проходження і завершення процесу відреагування: «Це нагадує прискорення руху автомобіля в тунелі: чим швидше водій хоче виїхати з тунелю і потрапити на світло, тим сильніше він тисне на газ і прискорює, таким чином, рух свого автомобіля. Так і ми з

вами прискоримо руху очей з боку в бік і зробимо ці серії більш тривалими. Коли неприємні переживання підуть, ви також опинитесь біля виходу з негативних емоцій і вийдете до світлих переживань».

— Заспокоїти: «Хоча ваші переживання і є відносно сильними, вони пройдуть швидко і обов'язково припиняться, оскільки відреагування завжди має початок, середину і кінець»; «Будь-яке відреагування завершується протягом одного сеансу»; «У вашому відреагування немає нічого несподіваного, жахливого або поганого - це просто одна із форм переробки негативних емоцій, які зберігаються в одній з ваших нейромереж».

— Дати установку на повне проходження процесу відреагування: «Оскільки повністю перероблені негативні переживання в наступних сеансах, як правило, ніколи не проявляються, в даному сеансі їх необхідно переробити до кінця».

— Виявити позитивне значення неприємних переживань: «Підвищення рівня вашого занепокоєння є вірною ознакою того, що травматичний матеріал проходить переробку і в майбутньому вже не буде вас турбувати»; «При повному завершенні відреагування ваше психічне здоров'я буде повністю відновлено».

2. Зміст комунікативних способів КВП на кульмінаційному етапі відреагування.

— Подвійне фокусування уваги за допомогою питань або вказівок: «Як вас звати? Скільки вам років? Де ви живете?»; «Залишайтеся в контакті зі мною, подивіться мені в очі»; «Який у мене колір очей?»; «Ударяйте руками по колінах (ручкам крісла) в одному ритмі з рухами очей».

— Підтримка вербального вираження почуттів: «Висловіть вголос все, що ви думаєте з приводу пережитої ситуації»; «Що ще?».

— Дисоціація сьогодення і минулого: «Це було в минулому, а ви перебуваєте в сьогоденні. Минуле треба відпустити і рухатися далі, в майбутнє».

— Дисоціація «Дорослого Я» і «Дитячого Я» (якщо психічна травма була в дитинстві): «Це була ситуація в вашому дитинстві, а зараз ви - дорослий. І ви можете бачити себе маленьким і незахищеним, одночасно відчуючи себе великим, сильним та захищеним».

— Дисоціація від конкретної негативної емоції: «Ви зараз переживаєте страх (наприклад), перебуваючи в той же час в безпеці».

– Дисоціація «Я» і негативного самопредставлення: «Це негативне самопредставлення, ця фраза «Я – нікчема (наприклад)» існує сама по собі, а ви – сам по собі».

– Дисоціація «Я» і негативного самопредставлення за допомогою зміни терапевтом інтонацій: 1) «Я – боягуз (наприклад)» (вимовляється пригнічено); 2) «Я – боягуз» (вимовляється запитально); 3) «Я – боягуз» (вимовляється грайливо); 4) «Я – боягуз» (вимовляється байдуже).

– Стимуляція візуальних маніпуляцій з травматичними спогадами: «Перетворіть картину спогаду в нерухому фотографію»; «Перетворіть картину спогаду в чорно-білу відеозапис»; «Уявіть, що ви в більш молодому віці, як жертва давньої травматичної події, тримайте за руку самого себе в дорослому віці - прямо зараз»; «Уявіть, що травматична подія відбувається за захисною скляною стіною»; «Встановіть захисну скляну стіну між собою і психотравматичною подією, а її візуальний образ помістіть на досить великій відстані».

3. Зміст комунікативних способів КВП на етапі завершення відреагування.

– Дисоціація від негативної емоції: «Страх (наприклад) вийшов, «злився»; «Найстрашніше вже позаду»; «Ваш страх може зараз нагадувати кульку П'ятачка з відомого мультфільму, яка лопнула, зменшилася в розмірах і стала жалюгідною і непотрібною».

– Дисоціація минулого і майбутнього: «Минулий досвід повинен залишатися в минулому, а жити треба сьогоднішнім – для майбутнього».

– Установка на адаптивну ретроспективу: «Людина нічого не забуває, це просто бачиться по-іншому»; «Нехай пам'ять про це просто займе своє місце в минулому»; «Це переживання, яке зараз вирушає в минуле, може нагадувати стару чорно-білу кінохроніку».

– Установка на амнезію: «Найкраще в минулому те, що воно залишилося позаду»; «Лінь про це думати»; «Це не шкода забути, просто треба забути згадати».

– Завершення відреагування: «Ну ось, вже дихається легше, серце б'ється рівно, душа співає».

Необхідно підкреслити, що зазначені вище висловлювання психотерапевта закріплюються рухами очей тільки в тому випадку, якщо

клієнт не має проти них заперечень і бачить в них можливість ресурсно-адаптивної перспективи.

Б. Розглянемо зміст способів КВП в ситуації блокування переробки інформації. У зазначеній вище роботі Ф. Шапіро [15] містяться різні критерії для класифікації способів КВП в ситуації блокування переробки інформації.

По-перше, це класифікація способів КВП, які можуть застосовуватися в залежності від вмісту самоуявлень, які блокуються при переробці. Автором різняться блокування переробки наступних видів самоуявлень: 1) відповідальності (блокується перехід при переробці «Я несу за це відповідальність (Я винен)» – «Я не несу за це відповідальності (Я хороша людина)»); 2) безпеки (блокується перехід при переробці «Я в небезпеці (Мені страшно) – «Я в безпеці (Все позаду) «); 3) можливості вибору (блокується перехід при переробці «Я не контролюю хід подій (У мене немає вибору)» – «Я контролюю хід подій (Я можу робити будь-який вибір)».

По-друге, способи КВП можуть бути класифіковані залежно від того, хто є суб'єктом формування інформації для взаємопереплетення: 1) «методи асиміляції» припускають, що таким суб'єктом виступає терапевт, який знаходить і формулює ресурсну інформацію, а клієнт оцінює її адаптивну перспективу і потім засвоює (асимілює) в процесі руху очей; 2) «методи вербалізації» припускають, що таким суб'єктом виступає клієнт, який вербально висловлює свої думки і почуття по ходу переробки, а терапевт оцінює їх з точки зору адаптивної перспективи і потім закріплює найбільш ресурсні з них рухами очей.

По-третє, Ф. Шапіро описує набір конкретних способів КВП, розроблених на принципах клінічної евристики: 1) «Нова інформація»; 2) «Я збентежена (збентежений)»; 3) «Що, якби це була Ваша дитина?»; 4) «Метафора (аналогія)»; 5) «Давайте уявимо собі»; 6) «Сократичний метод» [15, с. 334-347]. Як уже зазначалося, потреба в таких техніках виникає при нестачі у клієнта знань і необхідного ресурсного досвіду, недостатньої генералізації процесу переробки, а також для прискорення процесу переробки з метою своєчасного завершення сеансу ДПДГ.

З нашої точки зору, в зазначених вище класифікаціях і конкретних способах КВП закладено не тільки специфічний зміст, який зорієнтований на подолання блокування в зазначених вище ситуаціях. У них ми знаходимо також важливі підходи і орієнтири для подальшого пошуку, виявлення, а

також конструювання нових способів КВП, які б не суперечили парадигмі прискореної переробки інформації при реалізації ДПРО.

Ми пропонуємо для подальшого обговорення таку класифікацію і розширений (з очевидною можливістю подальшого розширення) перелік способів КВП, які можна використовувати в різнопланових ситуаціях блокування процесу ДПРО.

По-перше, розглянемо способи КВП, які спираються на **принцип асиміляції** (коли терапевт пропонує адаптивну інформацію, а клієнт її оцінює, а потім засвоює в процесі руху очей) [15, с. 319-350].

1. *Інформаційні способи КВП.* Сутність цієї групи способів полягає в наступному: коли клієнтові не вистачає знань для зміни неадекватних уявлень, терапевт повинен запропонувати їх в м'якій і ненав'язливій формі. Після цього починається нова серія рухів очей. У роботі Ф. Шапіро ця група представлена на прикладі техніки «Нова інформація».

Залежно від психологічного змісту блоку, а також від ерудиції та оперативної готовності психотерапевта, у якості нової для клієнта інформації можуть бути використані: найрізноманітніші життєві спостереження; етичні, юридичні, технологічні та інші норми; наукові факти і теорії (психологічні, психотерапевтичні, медичні, біологічні, історичні) тощо.

2. *Сугестивні способи КВП.* У роботі Ф. Шапіро ця група способів представлена на прикладі техніки «Метафора (аналогія)». Розглянемо також деякі інші способи навіювання для застосування в процесі КВП, в яких сенс прикладів повинен бути абсолютно очевидним і простим для розуміння. При цьому вони повинні бути досить короткими, щоб їх можна було швидко використати в процесі розблокування переробки.

«*Мій друг Джон*». В даному способі навіювання, який розробив М. Еріксон, клієнт слухає якусь реальну або вигадану історію про «друга Джона», який чимось нагадує клієнта. Клієнт мимоволі приміряє її до себе або ставить себе на місце персонажа, формуючи в своїй уяві певну модель власної поведінки [16]. Так чи інакше, ресурсно-адаптивна модель реагування або ідея доносяться до клієнта. В даному способі може бути представлена будь-яка необхідна адаптивна інформація, яка потім закріплюється в процесі руху очей.

«*Приклади з аналогією*». У цьому способі немає спеціального персонажа, з яким клієнт може себе ототожнити. Навіювання прикладом з

аналогією переслідує використання якогось конкретного принципу чи ідеї. Сенс прикладу повинен бути абсолютно очевидним і простим для розуміння. Клієнт не повинен гадати - що б все це значило. Для цього можуть бути використані аналогії з життя тварин, рослин, міфічних персонажів, якісь приклади з життя історичних діячів тощо. Але при цьому в прикладі з аналогією є свої правила: ситуація повинна бути конкретною і короткою; обов'язково повинні бути початок і кінець прикладу з аналогією; в розказаній історії повинна бути специфічна інформація, яка може бути потенційно придатною для розблокування переробки.

По-друге, розглянемо способи КВП, які спираються на **принцип вербалізації** (коли клієнта спонукають спонтанно висловлюватися по ходу переробки, а терапевт при цьому виділяє, оцінює, реструктурує, а потім закріплює найбільш ресурсно-адаптивні висловлювання клієнта в процесі руху очей) [15, с. 319-350].

1. *Способи КВП для актуалізації, підтримки і розвитку висловлювань клієнта при роботі з тілесними блоками.* Якщо в ході переробки виникає блокування в переробці, яка до того ж пов'язана з напругою в щелепах або горлі, клієнта можна спонукати до того, щоб він спробував висловити вголос все, що він хотів би сказати. Психотерапевт повинен запевнити, що будь-які його почуття і думки абсолютно природні, і що набагато корисніше для психічного здоров'я їх висловити і виплеснути назовні, ніж утримувати в собі.

Ф. Шапіро відзначає, що висловлюватися клієнт може як під час серій руху очей, так і між серіями. У нашій практиці під час емоційних висловлювань ми переходимо на альтернативну стимуляцію, а при закріпленні ресурсно-адаптивних ідей клієнта переходимо на рухи очей.

У процесі висловлювань клієнта в них повинно заохочуватися зростання стеничних почуттів і, відповідно, інтонацій - впевненості, бадьорості, а іноді й агресивності. Головне, щоб в них зменшувалися астеничні почуття і, відповідно, інтонації - страху, самозвинувачення, безнадійності і ін.

У деяких випадках важливо стимулювати перехід від тілесного блоку клієнта до його висловлювань. Для цього можна використовувати окремі елементи роботи з «епістемологічною метафорою» за методом Д. Гроува [9, с. 342-352]. Наводимо орієнтовну послідовність питань, які

може задавати терапевт для актуалізації та стимулювання висловлювань клієнта з метою забезпечення даного переходу:

- І коли ви відчуваєте цю напругу, то де ви його відчуваєте?
- Чи має ця напруга колір, форму, обсяг? Що ще про це?
- На що це схоже? Що ще про це? (Відбувається формування метафори).
- І коли ця (метафора), то які властивості у неї? Що ще про це?
- І коли ця (метафора) скільки вам років?
- І коли вам (стільки-то років), який на вас був одяг?
- І коли вам (стільки-то років), що вас оточувало? Що ще?
- І коли вам (стільки-то років), хто вас оточував? Хто ще?
- І коли вам (стільки-то років), що ви хочете сказати? Що ще? І ще?
- І коли ви це говорите, то кому ви говорите?
- І коли ви це говорите, то хто там міг бути ще?
- І що ви хочете сказати комусь іншому, хто вас оточує?
- І що ви хочете сказати потім? (Продовжувати висловлювання до завершення емоційного стану).
- І що ви хочете сказати на закінчення? (На цьому етапі клієнтові можна запропонувати варіанти завершення процедури висловлювань).
- Як змінилася (метафора)?
- Що ви відчуваєте зараз в тому місці, де ви відчували напругу?

2. *Способи КВП для завершення процесу висловлювань клієнта.* Після того, як клієнт висловив вголос все, що він хотів сказати, терапевт може запропонувати йому деякі висловлювання, які, в разі прийняття їх клієнтом і подальшого закріплення рухами очей, ведуть до надійного закриття проблемного гештальту в стосунках клієнта з персонажами з минулого і релаксації блоку. Наступні ефективні висловлювання терапевта можна знайти в зазначеній роботі Дункана МакКолла [8]:

- Ви могли б пробачити (цю людину), щоб забути?
- Люди несуть в собі тягар і гріх самообмеження. Той, хто вас ображав, тоді був не вільний, тому що, можливо, не міг вибирати. Ви ж зараз можете зробити вибір, в тому числі і прощення цієї людини. Зробіть цей вибір, вибачте його і будьте вільні!
- Чи можете ви пробачити людям те, що вони робили з найкращими намірами?
- Я прощаю (цю людину). Я вільний від тебе, а ти вільний від мене!

- Після пробачення ця подія перестане турбувати вас. Ви перестанете заново проживати минуле.
- Ви постраждали від несправедливості і образ, а треба жити сьогоденням і дивитися в майбутнє. І тому потрібна пробачити (цю людину), щоб забути.
- Ви знайшли джерело великої сили в самому собі. Прийміть його, будьте вдячні – і йдіть вперед впевнено.
- Ви здатні добитися успіху, а це означає, що ви можете робити краще, ніж «добре».

По-третє, розглянемо способи КВП, які спираються на *принцип генерації* (коли нові ідеї та новий досвід клієнта виробляються в процесі його інтерактивної взаємодії з терапевтом безпосередньо в ході сеансу, а потім закріплюються в процесі руху очей клієнта).

1. *Генеративних-продуктивні способи КВП.* Сутність таких способів полягає в тому, що при блокуванні переробки на основі активної взаємодії клієнта і терапевта цілеспрямовано актуалізується або формується креативний інформаційний продукт (новий досвід, ідея, нова точка зору, нове рішення і ін.). Після цього відновлюються рухи очей, і креативний ресурс вводиться в подальшу переробку травматичних спогадів.

У роботі Ф. Шапіро ця група методів представлена на прикладі технік «Що, якби це була Ваша дитина?», «Давайте уявимо собі». Наведемо також приклади деяких інших методів, що володіють генеративно-продуктивним потенціалом.

«*Рефреймінг*». У нейролінгвістичному програмуванні (НЛП) рефреймінгом називається приміщення предметів думки в нові контексти (фрейми) і наділення їх, таким чином, новими значеннями. Значний інтерес для розблокування переробки представляють такі різновиди рефреймінга: «Зміна розмірів фрейма», «Шестішаговий рефреймінг», «Рефреймінг сенсу», «Рефреймінг контексту», «Зміна позиції сприйняття», «Мудрі думки», «Пережили інші - переживу і я», «У інших ще гірше», «Переміщення тимчасової рамки», «Релейбінг», «Привнесення гумору» і ін. [2; 5].

«*Помах*». Ця техніка НЛП дозволяє змінювати спогади або замінювати візуальні компоненти стертих спогадів, видаляти негативні образи і замінювати їх позитивними, а також створювати нові відповіді.

Для розблокування переробки принципово важливо, що «помах» дуже швидко створює новий напрямок роботи мозку людини [2, с. 211-213].

«Два стільця». Сутність даної техніки полягає в тому, щоб допомогти клієнту змінити точку зору на заблоковану ситуацію. Для цього два стільці виставляються один навпроти одного. На першому стільці знаходиться клієнт, а на стільці навпроти він візуалізує свого «опонента». У якості «опонента» може бути: інша значима людина; частина власної особистості клієнта (наприклад, «Дитя», «Дорослий», «Батько»; «Я реальне», «Я ідеальне», «Я динамічне»); частина тіла клієнта; центральний образ заблокованої ситуації; образи минулого, сьогодення, майбутнього і ін. Клієнт по черговою пересідає з одного стільця на інший, розглядаючи при цьому проблемну ситуацію то зі своєї точки зору, то з точки зору «опонента». Виникаючі в процесі такого «човникового пересування» адаптивні ідеї і інсайти закріплюються рухами очей або альтернативною біполярною стимуляцією. Залежно від складності структури заблокованої ситуації «опонентів» і, відповідно, стільців, може бути більше. Але викладений вище принцип «човникового пересування» по виявленню адаптивних ідей залишається незмінним.

2. *Генеративно-стимулюючі способи КВП.* Сутність даних способів полягає в тому, що вони спрямовані на стимуляцію самого процесу генерації ресурсно-адаптивних ідей в несвідомій сфері клієнта. В роботі Ф. Шапіро ця група способів представлена на прикладі техніки «сократичний метод», «Я збентежена (збентеженій)». Такий генеративно-стимулюючий потенціал мають також наступні способи [16].

«Навіювання з відкритим фіналом». Ці навіювання дозволяють виявляти та утилізувати будь-які можливі реакції, які найбільш доступні клієнту при блокуванні переробки. Їх принцип такий: робіть для вирішення проблеми щось таке, що вам видніше, відоміше, зрозуміліше, зручніше. Ось приклад:

- Всі ми маємо приховані здібності, про які не здогадуємося, и зазвичай не знаємо, як вони будуть виражатися.
- Ви можете помітити, що потрапляєте в минуле, сьогодення або майбутнє, поки ваше несвідоме відбирає найбільш продуктивний спосіб вирішення проблеми.
- Ваш розум може ще раз переглянути почуття, спогади и думки, пов'язані з проблемою та відібрати найбільш корисну інформацію и досвід для вирішення Вашої проблеми.

«Трюїзми, що стимулюють ідеодинамічні процеси». Трюїзми - це банальні твердження, які почерпнуті з повсякденного життя. Різновидом трюїзму є також загальновідомі прислів'я та приказки. В ситуації блокування переробки значний інтерес можуть представляти трюїзми, які стимулюють ідеомоторні, ідеосенсорні, ідеоафективні та ідеокогнітивні процеси.

– *Приклад ідеомоторного трюїзму:* «Іноді, коли ми стикаємося з проблемою, ми починаємо більш чітко усвідомлювати напругу в деяких частинах тіла: потилиці, щелепах, сонячному сплетінні, стегнах». Якщо клієнт виявляє у себе тілесні блоки, можна застосувати методи КВП, які ми навели вище, для актуалізації, підтримки і розвитку висловлювань клієнта при роботі з тілесними блоками.

– *Приклад ідеосенсорного трюїзму:* «Деякі люди можуть легко уявити собі місце, в якому вони відчують себе максимально захищено»; «Більшість людей відчуває задоволення від вдалого вирішення складної проблеми».

– *Приклад ідеоафективного трюїзму:* «Легко відчувати злість і обурення, коли нам не залишають вибору»; «Багато хто з нас намагається уникнути думок і спогадів, які викликають сльози, хоча вони часто пов'язані з чимось найважливішим».

– *Приклад ідеокогнітивного трюїзму:* «Іноді ми знаємо думку, яка крутиться на кінчику язика, і все ж не маємо можливості висловити її»; «Іноді дуже важливо виділити найбільш важливу частину переживання і висловити її».

Висновки. Таким чином, когнітивне взаємопереплетіння в структурі стандартної процедури десенсибілізації і переробки рухами очей є особливою групою способів психотерапії в межах ДПРО, яка спеціально розроблена для клієнтів з високим ступенем занепокоєння.

На рівні безпосередньої комунікації психотерапевта з клієнтом КВП означає, що в разі блокування при переробці інформації психотерапевт пропонує клієнту певні висловлювання, які в процесі рухів очей зв'язуються, «переплітаються» як з дисфункціональними, так і ресурсними асоціаціями і відповідними нейромережами.

Різновиди висловлювань психотерапевта, які він може використовувати для КВП в ситуації відреагування (абреакції), можна

класифікувати в залежності від етапів відреагування: початкового, кульмінаційного, завершального.

Особливості класифікації способів КВП в ситуації блокування переробки інформації полягають в наступному. По-перше, можна виділити групу способів КВП з опорою на принцип асиміляції, коли терапевт пропонує адаптивну інформацію, а клієнт її оцінює і засвоює в процесі руху очей. У структурі даної групи ми розрізняємо інформаційні та сугестивні способи КВП.

По-друге, доцільно розрізняти групу способів КВП з опорою на принцип вербалізації, коли клієнта спонукають спонтанно висловлюватися по ходу переробки, а терапевт при цьому виділяє, оцінює, реструктурує, а потім закріплює найбільш адаптивні висловлювання клієнта в процесі руху очей. У структурі цієї групи ми розрізняємо способи КВП для актуалізації, підтримки і розвитку висловлювань клієнта при роботі з тілесними блоками, а також способи КВП для завершення процесу висловлювань клієнта.

По-третє, ми виділяємо також способи КВП з опорою на принцип генерації, коли продуктивні ідеї і новий досвід виробляються в процесі інтерактивної взаємодії клієнта і терапевта, а потім закріплюються в процесі руху очей клієнта. У структурі цієї групи ми розрізняємо генеративно-продуктивні і генеративно-стимулюючі способи КВП.

Завдання наших подальших досліджень полягає в тому, щоб продовжити подальше вивчення можливостей використання способів КВП в особливих ситуаціях емоційної травми (фобії, гостре горе, випадки соматичних порушень тощо), з різними типами клієнтів з пост-травматичним стресовим розладом (діти, учасники та ветерани бойових дій, учасники стихійних лих тощо), а також при роботі з різними негативними емоціями (провини, страху, образи, приниження, сорому, розчарування, злості і ін.).

Список використаних джерел

1. Беспалько В. П. Слагаемые педагогической технологии. – М.: Педагогика, 1989. – 192 с.
2. Боденхаммер Б., Холл М. НЛП-практик: полный сертификационный курс. – СПб.: ПРАЙМ-ЕВРОЗНАК, 2003. – 272 с.
3. Васильев И. Б. Метод, способ, методика, технология как педагогические понятия. URL: <http://zavantag.com/docs/3209/index-86085.html>

4. Вербицкий А. А. Энциклопедический словарь по психологии и педагогике. 2013. URL: http://psychology_pedagogy.academic.ru.
5. Владиславова Н. Базовые техники NLP и хорошо сформированный результат. – М.: ООО Издательство «София», 2013. – 288 с.
6. Джери Д., Джери Дж. Большой толковый социологический словарь. В 2-х томах. Том 2. (П-Я). – М.: Вече, АСТ, 1999. – 528 с.
7. Доморацкий В. А. Краткосрочные методы психотерапии. – М.: Издательство Института психотерапии, 2007. – 221 с.
8. Дункан МакКолл. Избирательная гипнотерапия. – М.: Профит Стайл, 2008. – 320 с.
9. Евтушенко В. Г. Методы современной гипнотерапии. – М.: Психотерапия, 2010. – 384 с.
10. Ожегов С. И. Словарь русского языка. 10-е изд., стереотип. – М.: «Сов. Энциклопедия», 1975. – 846 с.
11. Панок В. Г. До побудови теоретичних засад української практичної психології. Проблеми розвиваючого навчання: Матер. I та II Міжнар. конф. – К., 1997. – С. 344-351.
12. Профессиональная педагогика: учебник для студентов, обучающихся по педагогическим специальностям и направлениям. – М.: Ассоциация «Профессиональное образование» 1997. – 512 с.
13. Технології роботи організаційних психологів: навч. посіб. для студентів вищ. навч. закладів та слухачів ін-тів післядиплом. Освіти. – К.: Фірма «Інкос», 2005. – 366 с.
14. Философский словарь / под ред. И. Т. Фролова. 7-е изд., перераб. и доп. – М.: Республика, 2001. – 719 с.
15. Шапиро Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз: основные принципы, протоколы и процедуры. – М.: Независимая фирма «Класс», 1998. – 496 с.
16. Эриксон М., Росси Э. Гипнотерапия: случаи из практики. – М.: Психотерапия, 2013. – 528 с.
17. Япко М. Трансовая работа. Введение в практику клинического гипноза. М.: Психотерапия, 2013. 720 с.

«ПРОГРАМА 12 КРОКІВ» ЯК ТЕХНОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ ОСІБ ІЗ ХІМІЧНИМ УЗАЛЕЖНЕННЯМ

Седих К. В., Фільц О. О.

Вектор спрямування на технології та умови реабілітації особистості на противагу до вектора, спрямованого на хворобу як таку, з необхідністю передбачає певне переосмислення вже відомих в психології феноменів. Це, в свою чергу, ставить питання щодо формування позитивних когнітивно-поведінкових схем – диспозицій в структурі особистості. Наше дослідження стосується осмислення психологічного концептуального базису для Програми 12 кроків, яка довела свою успішність на практиці протягом багатьох років. Завдяки поглибленню розуміння психо-соціо-біологічних впливів ми пропонуємо внести деякі корективи психологічного втручання у вказану програму задля покращення результатів реабілітації.

Об'єктом дослідження виступає механізм зцілення як технологія формування позитивних когнітивно-поведінкових схем – диспозицій в структурі особистості.

Предметом вивчення є ритуал зцілення та роль фіксованої уяви у процесі реабілітації хімічно залежних осіб за реабілітаційною програмою «12 кроків».

Для розвитку реабілітаційного процесу важливо означити наше розуміння процесу формування uzалеzhnennya. Так, потреба у залежності/автономії є універсальною властивістю людини. Однак, за певних умов, деякі нейтральні об'єкти, які відіграють важливу роль у формуванні залежної чи автономної поведінки перетворюються на надцінні для особистості, а потреба в них посилюється до неконтрольованого стану.

Нами (2018 р.) сформульовано гіпотезу, що важливу роль у формуванні адиктивної поведінки може відігравати специфічний психологічний феномен, означений нами як фіксована уява. *В уяві гіпертрофується певна частина дійсності і добудовується у фантазії, завдяки чому створюється емоційно насичена картинка (образ). Цей образ ми назвали **фіксованою уявою*** [14]. Зупинимось детальніше на аналізі феномену «фіксована уява».

На думку сучасного українського вченого Ю. Швалба, «нормальна наука» у розгляді уяви зайшла у глухий кут. Цей стан викликаний двома вихідними глобальними установками: 1) уява дає щось нове, але є відображенням реальності; 2) уява розглядається як діяльнісний процес з усіма структурно-функціональними елементами. Саме ці установки і не дозволяють побудувати несуперечливу психологічну модель уяви. На думку Ю. Швалба, уява не є відображенням реальності та функціонує *не-діяльнісно* [19].

Ще одна важлива особливість образів уяви – вони відкривають сферу «можливого» для усіх форм часового відображення реальності. Це можливе минуле, можливе теперішнє і можливе майбутнє. Іншими словами, саме в площині уяви виникає потенція множинності можливостей, не реалізованих у реальності, а суб'єкт відповідно стає здатним вийти за межі детермінізму [16; 17].

Виникає питання: *як при необмеженості трансформацій кожного елемента в уяві складаються цілісні несуперечливі “картинки” ситуації, що містять велику кількість елементів?* Мабуть існують два психологічних механізми, що забезпечують цілісність і скінченність картин уяви [17]. *Перший* пов'язаний з тим, що будь-яка ситуація (як у відображенні, так і в уяві) будується суб'єктом за *значеннєвим* принципом. Це означає, що *найбільш могутньо і яскраво представлений елемент починає виконувати функцію значеннєвого центра, “стягаючи” на себе всю ситуацію і визначаючи напрямок і характер трансформацій інших елементів.* Цей же механізм визначає відомий феномен нерегульованості метаморфоз образів уяви – будь-який елемент у результаті трансформацій може виявитися більш сильним, створюючи новий значеннєвий центр. Таким чином, цей механізм діє за *принципом “фігура–тло”*, забезпечуючи центрованість образів і напрямок їх метаморфоз при збереженні асоціативної зв'язності для послідовного ряду образів [17]. *Другий* механізм є додатковим і забезпечує внутрішню зв'язність усіх частин образу в цілісній “картинці”. Цей механізм діє за *принципом прегнантності*, погоджуючи окремі елементи в систему, що має деяку внутрішню достовірність [17].

Отже:

1. Уява не є відображенням реальності. Це особлива психічна функція, що лише перетинається з відображаючими на деякому матеріалі, хоча і має загальну з ними властивість «картинності».

2. Уява спирається на відображення, використовуючи його елементи тільки як матеріал для свого власного функціонування. Більш того, перетворення цього матеріалу здійснюються не за логікою дії (що спирається на іманентні властивості матеріалу), а за логікою спонтанних трансформацій і метаморфоз. І в цій логіці образи уяви нескінченні.
3. Уява «байдужа» до реального минулого, теперішнього і майбутнього, створюючи стосовно кожного фрагмента множинність однаково можливих, але не реалізованих форм. Образ уяви – це абсолютна можливість, не залежна від ступеня реалістичності або можливості реалізації.
4. Окремі елементи складаються в цілісний образ («картинку») за рахунок двох механізмів, що забезпечують виникнення значеннєвих центрів («стяжок») у процесі метаморфоз і прегнантність самого образу.
5. У своїй розвинутій формі сила уяви створює “картинку”, що власне кажучи є Твором, який може бути оформлений і у відповідних засобах уявлень [6; 11; 15].

Відомо, що предмет (ситуація), із приводу якого виникають образи уяви, виступає як факт свідомості і, будучи завжди однозначно співвіднесеним із реальністю, є її чітко ідентифікованим фрагментом. Але, при цьому, такий фрагмент виступає тільки *приводом* для виникнення образів уяви і місцем їх «стягування» у свідомості. Це означає, що *конкретна реальність, будучи значимою для функціонування уяви, не задає зміст образів-картинок*. Уява спирається на відображувану миттєву реальність тільки як на привід для розгортання своїх власних картин, тоді як реальність є лише вихідним матеріалом. Якщо в площині відображення у свідомості фіксуються наявні і іманентно-імовірнісні стани предмету, то в площині уяви предмет постає у *фіксованих, але необмежених у своїх можливих проявах, станах*[2]. Останнім часом наукові дослідження [9] доводять, що «Образи у свідомості і є уява», і ці образи існують у вигляді картин або образів моторного типу.

До системи адикції входять такі окремі елементи як мотивація, уява, емоції, пам'ять, мислення, тілесність і поведінка. При цьому, на нашу думку, особливістю та специфічністю цієї системи виступає фіксованість уяви. Образи уяви завжди мають емоційне забарвлення. Навіть коли вони не стосуються, безпосередньо людини і її ситуацій, то і тоді вони виразно

переживаються як позитивні або негативні. Мова йде не про вторинні переживання, що виникають із приводу образів уяви – самі ці образи емоційно «заряджені» [6].

Фіксована уява – фіксований, емоційно насичений образ, що створюється на основі процесу гіпертрофування частини дійсності в уяві і її добудування у фантазії. Взаємодія емоції і образу розвивається по спіралі і поступово зумовлює фіксацію уявного образу. Створюється специфічна «амальгама» – сплав емоції і образу, який набирає самостійного надцінного значення [14].

Коли система адикції вже сформована, то тригером для її активізації слугує об'єкт залежності (хімічний агент). *Розмірковуючи над комунікацією процесів уяви та емоцій, треба зазначити наявність циркулярного зв'язку між ними.* Так образи уяви завжди мають емоційне забарвлення, натомість, всяке почуття, всяка емоція прагне оформитись у певні образи, що відповідають цьому почуттю. Навіть коли вони не стосуються безпосередньо чи особисто до життєвої ситуації особи, то і тоді вони виразно переживаються нею як позитивні або негативні. *Існують суттєві вікові відмінності у взаємодії між уявою та емоціями.* Особа людини формується через мрії, «мами навчають дітей тому, про що «варто мріяти»[22]. Механізм утворення образу уяви у дитини відбувається по колу: образ породжує емоцію, а емоція – образ, який знову породжує і підсилює ту ж емоцію [23].

На відміну від утворення образу уяви у дитини, утворення образу фіксованої уяви відбувається по спіралі через послідовне та поступове уточнення обидвох її складових – образу уяви та приналежної емоції [14].

Так, на першому етапі фіксована уява відображає емоційно насичений зв'язок між вживанням адиктивного агенту та появою реакції на вживання; Взаємодія емоції і образу розвивається по спіралі і поступово зумовлює фіксацію уявного образу. Так, емоція уточнює і уточнює образ; а сама емоція уточнюється також, і стає фіксованою на уточненому образі.

На наступному етапі з'являються вторинні переживання, що виникають із приводу цих образів уяви, і самі ці образи отримують додаткову емоційну «зарядженість». Створюється специфічна «амальгама» – сплав емоції і образу, який набирає самостійного надцінного значення. При цьому

розвивається надцінне емоційне ставлення і, врешті решт, формується надцінна ідея щодо об'єкта адикції. *Провідна емоція – задоволення підбирає окремі елементи дійсності й комбінує їх у такий зв'язок, який обумовлений зсередини вже цим настроєм, а не ззовні, логікою самих цих образів. Така комбінаторика притаманна сновидінням і мріям. Фантазія, керована таким емоційним фактором – найбільш суб'єктивний, найбільш внутрішній вид уяви.*

Поступово формується фіксований конструкт, де задіяні різні когнітивні процеси, і цей конструкт завдяки фіксованості та надцінності [5] починає виконувати РЕГУЛЯТИВНУ функцію, яка регулює емоційні стани та керує сприйманням, спогадами й ін.; а **також формує внутрішній план дій; планування і програмування життя**. Тут, під регулятивною функцією ми розуміємо специфічне «накладання зобов'язань», яке є неухильним наслідком інтерналізації (визнання та засвоєння) будь якої ідеї.

Відомо, що виникнення узалежнення частіше виникає в підлітковому та ранньому юнацькому віці [3; 4; ;8; 9; 10]. Виникає питання, чому саме підлітковий та юнацький вік є найбільш сенситивними для виникнення аддикцій? Крім вже добре відомих факторів: загострена пристрасть до спілкування з ефектом угруповання; тяга до опору, конфронтації, протесту проти виховних авторитетів; амбівалентність і парадоксальність характерологічних реакцій; прагнення до незалежності та відриву від сім'ї [8; 9; 10]; сучасні дослідження з психології та нейробіології розширюють наші уявлення про механізми утворення залежності.

Зосередимо нашу увагу на наступних факторах:

1. задоволення – система нагороди.
2. пошук новизни, прагнення до невідомого, ризику.
3. загострений інтерес до незвіданого, глобальних проблем і «універсальних» переживань;
4. криза ідентичності;

Так, переконливо доведено, що при важкому дитинстві у людини ушкоджується дофамінова система (система біологічної нагороди) і відповідно змінюються очікування та цілеспрямована поведінка особи (дофамін – стимулює діяльність і підтримує цілеспрямовану діяльність). Схематично, при формуванні хімічної залежності у схильних до цього осіб у

дорослому віці – за рахунок підвищеного рівня глюкокортикоїдів (що свідчить про хронічну схильність до тривоги), поступово виснажується «запас дофаміну», що знижує поріг збудливості. Відтак, такими особами стресова ситуація сприймається загострено [20; 21].

Пошук новизни (novelty seeking), тісно пов'язаний із прагненням до невідомого та ризику, виявляється притаманним не тільки для підлітків-людей, але і для підлітків – приматів. Це пов'язано із тим, що протягом підліткового віку в мезолімбічному шляху і в мезокортикальній зоні – щільність та ефективність дофамінових аксонів неухильно збільшується і має характер надлишковості (потім, уже в дорослому віці, на основі природнього механізму прунінгу, кількість нейронів зменшується і досягає оптимуму для вирішення особою повсякденних завдань адаптації) [19; 20]. Ці феномени пояснюються еволюційними психологами як різні поведінкові стратегії важливі для природного відбору. Вони налаштовані на зміни (у підлітків) та підтримання стабільності (у дорослих), що підвищує шанси популяції як до виживання, так і до розповсюдження власних генів для всієї спільноти. Зокрема, у тинейджерів та юнаків, завдяки появі загостреного інтересу до незвіданого, глобальних проблем і «універсальних» переживань, з неухильністю формуються необхідні узалежнення (закоханість, спорт, мистецтво, тощо).

Найменша дофамінова відповідь (у схильних до ризику підлітків це пов'язано із геном ризику) [7; 9], тобто найменше дофаміну, продукується у осіб з найбільш активно-ризикованою поведінкою. У тинейджерів ще незріла лобна кора, яка ще не має достатнього «інструментарію» для збалансованого функціонування дофамінової системи, підвищує ймовірність імпульсивної поведінки тинейджерів – особливо у присутності однолітків.

Під час перших разів вживання наркотику спостерігається дуже великий викид дофаміну (що в рази перевершує «звичайну дозу») і, таким чином, особа отримує незвичні когнітивно-тілесні переживання, які формують задоволення, в тому числі – на рівні **специфічного тілесного компоненту** (отілеснення), важливого для формування майбутньої залежності. Пізніше, при подальших вживаннях наркотику спостерігається суттєвий спад дофамінового викиду, і, відповідно суттєве зменшення тілесного задоволення. Саме тут, як ми вважаємо, і включається механізм ФУ (фіксованої уяви), яка налаштовує людину на очікування задоволення та гонитву за ним. Це могло б

пояснюватись тим, що дофамін виділяється очікуванні і психічної, і тілесної винагороди (reward dependency), що в результаті ще більше підкріплює отілеснений аспект uzалежнення. Таким чином розвивається ще один процес циркулярності у взаємодії ФУ та Отілеснення.

Говорячи про формування адиктивної поведінки в підлітковому віці, ми особливо виділяємо мотив спілкування зі значущими особами (референтною групою) та мотив отримання власної ідентичності. Для підлітка питання «Що ти думаєш про себе» еквівалентно «Що про тебе думають інші», тобто дуже висока залежність від думки інших, референтною групою є ровесники. В цьому віці характерна схильність до підвищеної емпатії, існує загострене відчуття чужого болю, при цьому відчуття відрази зменшене, спостерігається надлишок емоцій (так звані лімбічні «віхори») та недорозвиненість кори головного мозку [9, 13]. Такі особливості як відкритість новому, егоїзм, відчуття власної всемогутності, недооцінка ризику відносно себе «зі мною цього не може статися», підвищують ризик розвитку хімічної залежності

Джейред Даймонд (Diamond, 1992) запропонував пояснення того, чому зловживання наркотиками переважає серед людей в їх пікові репродуктивні роки. По суті, теорія Даймонда є варіацією принципу гандикапу Захави (Zahavi's handicapping principle). Принцип гандикапу пояснює вибір на користь помітних не функціональних рис, наприклад павичевого хвоста, як демонстрацію, яка вказує на якісні гени. Демонструючи явний недолік, сигнал несе наступне повідомлення: особа має настільки високоякісні гени, що може зберігати здоров'я, незважаючи на додатковий вантаж нефункціональної нестачі [7; 13].

Таким чином, з точки зору Даймонда, тінейджер, який може мчати зі швидкістю 200 км/год, маючи в своєму організмі високі рівні етанолу, кокаїну та інших наркотиків, повинен бути більш привабливим для потенційних шлюбних партнерок, чим його не одурманений одноліток, який веде транспортний засіб з покладеною швидкістю, якщо всі інші характеристики рівні. Це може пояснити, чому «погані хлопці» займають вагоме місце в літературі і засобах масової інформації в якості чарівного і привабливого забороненого плоду [13].

Набуття власної ідентичності відбувається через кризу переходу з підлітково-юнацького віку до дорослого. Для цього переходу необхідний певний ритуал – ініціація. Як було встановлено антропологом Ван Геннепом в так званих традиційних культурах важливу роль відігравали ритуали переходу – обряди, що виконувалися при зміні місця, стану, соціального положення, статусу. В цих ритуалах виділяють 3 фази: 1) сепарація; 2) граничний стан (поріг); 3) відновлення (цит. За В. Тернером) [12].

В сучасному цивілізаційному світі ця функція суспільства (спільноти) - створювати емоційно насичені ритуали переходу – практично втрачена. Для переходу в інший статус у племінних спільнотах особистість піддавалася спеціально спланованим випробуванням і стражданням. В нашому суспільстві батьки не можуть самі створити таку ситуацію і не можуть виступати ініціюючими фігурами: для цього необхідними є сторонні фігури зрілого чи старшого віку – посередники (наприклад, жрець, учитель, гуру або психотерапевт). В пошуках нової ідентичності підліток шукає символічні фігури переходу, і ритуали в субкультурі залежності виконують цю символічну функцію переходу – це і є своєрідна ініціація для підлітка.

Повертаючись до відчуття задоволення, слід ще раз сказати, що у підлітка це відчуття виникає у контексті приєднання до групи, спілкування і отримання незвичних когнітивно-тілесних переживань. Завдяки реалізації мотивів спілкування зі значущими ровесниками та отримання власної ідентичності через відчуття приналежності до цієї групи створюється кататимно-імажинітивний образ нового (відмінного від батьків та сім'ї) «бажаного об'єкта». Кожна зокрема або декілька разом, названі нами фактори формують наступний етап системи адикції, а саме, адиктивну поведінку – визначається послідовність звертання до засобів адикції. Встановлюється визначена частота реалізації адиктивної поведінки, а відтак – створюється специфічна ритуалізація поведінки.

Зрештою, вся субкультура залежності поступово стає кататимним переживанням: формується надцінне ставлення як до агента, так і до всієї субкультури.

Об'єкт залежності (хімічний агент, як адаптоген надшвидкої дії) стає перехідним об'єктом спілкування, символом стосунку і всієї субкультури, де ритуали окреслюють її границі. На цьому етапі формування залежності,

об'єкт залежності починає виступати центральним елементом **системи спілкування** і як «членський квиток» цієї спільноти, і як «посвідчення» особи, і врешті-решт, позначає собою вагому частину ідентичності. (ясно, що не всю ідентичність – тому треба обережніше). Через ритуали та розмови про хімічний агент створюється і підтримується наркоманічна (алкогольна) адиктивна субкультура: адиктивний агент виступає в якості тригера, який запускає процес кататимного узалежнення від об'єкту – хімічної речовини.

Таким чином, нами описана **циркулярна модель** формування системи узалежнення: *фіксована уява – апробація в реальних діях – отілеснення задоволення – поведінковий ритуал, як фіксована поведінка для реалізації задоволення потреб фіксованої уяви - надцінна ідея як планування поведінки* [14].

Визначена модель задає нові рамки розуміння адиктивних механізмів та побудови практичної роботи з їх подолання.

Спираючись на запропоновану нами концепцію превалюючої ролі образів фіксованої уяви у формування узалежнення нами здійснено емпіричне дослідження специфіки таких образів. Зокрема, образи фіксованої уяви розглядаються нами як певний сплав, «амальгама» когнітивно-афективних компонентів, що задають центральну лінію поведінки при формуванні адикції. Саме за допомогою таких образів фіксованої уяви формується залежність від адитивного агента, що передбачає своєрідне «втягування» такими образами процесів мотивації, мислення, пам'яті, емоцій та тілесності. Відповідно, нами передбачено, що вивчення якісного наповнення таких образів уяви наркозалежних особистостей дасть нам можливість виокремити комбінацію тих смислів, емоцій та імагінативних образів, що мають безпосередній стосунок до розвитку адикції.

Процес реабілітації. На цьому етапі дослідження нашим завданням було вивчити психологічний механізм реабілітації хімічно узалежнених клієнтів в процесі проходження ними «Програми 12 кроків». «Програма 12 кроків» існує 83 роки, була започаткована у США двома алкоголіками у 1935 році і отримала підтримку Карла Юнга [1]. Ця програма реабілітації вважається найбільш ефективною для хімічно узалежнених осіб (для алкоголіків вона отримала назву – АА, для наркоманів – АН). Але, незважаючи на її дієвість і довготривалість, програма досі не отримала

належної уваги та аналізу психологічних механізмів зцілення в площині академічної психології. Ми вважаємо, що створення програми стало можливим завдяки **«універсальній інстинктивній психології»** (спираючись на ідеї еволюційної психології ми вводимо це поняття і в подальших роботах збираємось його розвинути). На нашу думку, саме цей уроджений інстинкт, притаманий Homo sapiens як біологічному виду, запускає здібності соціальної та емоційної інтуїції у людини. Саме це пояснює можливість швидкого навчіння новим психологічним навичкам у людей і роботу волонтерів, які не мають спеціальної академічної психологічної та психотерапевтичної підготовки, але здатні засвоїти та передати іншим певні психологічні знання.

На нашу думку, психологічними цілями реабілітації є отримання нового соціально-психологічного статусу і нової ідентичності через психотерапевтичну програму. Спираючись на ідеї В. Тернера щодо культурних ритуалів зцілювання [12] ми визначили, що психотерапевтична програма 12 кроків, яка триває 28 днів в Центрах реабілітації хімічно залежних, фактично сама і є повноцінним Ритуалом Зцілення. Раніше в цій статті ми вже акцентували увагу на значущості здійснення ритуалів Переходу при зміні соціального або психологічного статусу особи. Як зазначає М. Чиксент-михайї, будь-які ритуали переслідують мету – за допомогою здійснення схематизованих дій відновити порядок у свідомості особистості [18]. Сам ритуал ми розглядаємо – в так званому «польовому контексті» (термін В. Тернера [12]), в конкретно-історичних умовах, а саме, в процесі реабілітації. Друга фаза культурного ритуалу має назву лімінальної, тобто проміжної, порогової, в якій з великою емоційністю затверджуються нетлінні цінності суспільства, до нового закріплення структури (іноді видозміненої) (В. Тернер [12]). В цій фазі особа отримує подвійні риси і статус лімінальності. Лімінальні персони мають амбівалентність, оскільки втратили попередній статус і місце в суспільстві. неофіт в лімінальності повинен бути *tabula rasa*, чистою дошкою, на якій записують знання і мудрість групи, що стосуються нового статусу. Клієнти шукають трансформативного досвіду, який проникає до самого коріння буття кожної людини і знаходить в цих коренях щось глибинно загальне і всіма поділюване. Вірогідно, що психологічний сенс лімінальності у психотерапевтичних клієнтів – це ознака

готовності особи для набуття нового статусу і нової ідентичності, при втраті попередньої ідентичності і попередніх смислів.

Наведемо ознаки лимінальності: перехід, рівність, гомогенність, комунітас, анонімність, відсутність власності, відсутність статусу, оголеність (або однаковий одяг), статеве утримання, зведення статевих відмінностей до мінімуму; відсутність звань, смиренність, байдужість до зовнішнього вигляду, немає відмінностей матеріальних, безкорисливість, підлеглість всім, сакральність, сакральні настанови, мовчання.

В життєвому досвіді кожної людини має місце чергування структури і комунітас, станів і переходів.

Ознаки структури в соціумі: соціальний статус, нерівність, гетерогенність, структура, система номенклатури, власність, відмінність в одязі, статеве життя, максималізація статевих відмінностей, різниця звань, гордість своїм положенням, турбота про зовнішній вигляд, матеріальні відмінності, себелюбство, підлеглість тільки тим, хто вище за рангом, секулярність, технічні знання, мовлення.

Під час Ритуалів ініціації в традиційних суспільствах спеціально створювалися умови, під час яких неофіти переживали фізичні та моральні страждання. Виникає питання: для чого? Сучасні нейробіологічні дослідження відкрили, що функція страждання – руйнування існуючої нейрональної структури [7; 8]. На психічному рівні це означає розрив попередніх кліше і шаблонів як в сфері когніцій, так і в сфері поведінки. Отже, страждання створюють підґрунтя для інтенсивного Научіння (на нейробіологічному рівні утворюються нові аксони, нові нейрональні зв'язки і шляхи [8], а також отілеснюють переживання.

1) Першим кроком для участі в **Програмі 12 кроків є абстиненція, яка призводить до страждань**. На 1-м кроці в групі АА, НА у клієнтів виникає соціально-психологічний статус лимінальності (порогові люди), приймання позиції «Я – безсилий» (перед хімічним агентом) означає втрату попереднього статусу – наркомана (алкоголіка) і є сигналом внутрішньої готовності до нового статусу – «Я – твереза Людина».

2) Образ «Я» наркомана у вживанні: «я - нормальний, але унікальний в складних обставинах», цей самонаратив є частиною наркоманічного загального міфу – Міфу унікальності, «Я – крутий». Наступний образ «я»:

я хворий (коли починається лікування). Відбувається **покрокова** зміна образу «Я-залежний» з позитивного ставлення і оцінки на негативні.

Символи ритуалу мають синтезуючий характер, що об'єднує у собі різноманітні та логічно несумісні ідеї. Існують три способи символічної референції: 1) явний сенс, що відноситься експліцитно цілям ритуалу і повністю усвідомлюваний виконавцями; 2) латентний зміст, що знаходиться на межі свідомості суб'єкта, але здатний бути повністю усвідомленим; 3) прихований сенс, повністю несвідомий і відноситься до базового (інфантильного) досвіду, спільного для всіх людських істот (В. Тернер) [12].

В реабілітаційній програмі *явним сенсом* виступає мета – стати тверезим. *Латентним сенсом* є розвиток духовності, *прихованим сенсом* є відновлення (або поява) почуття довіри до світу і себе через прийняття і жорстку любов.

Саме перебування в соціальній групі, що об'єднана навколо наркотику, активізує надцінність наркотичної речовини у житті досліджуваних. Більше того, даний образ фіксованої уяви має свою відмінну від інших специфіку – інші образи фіксованої уяви відображають зв'язок залежної особистості із наркотичною речовиною на інтрапсихічному рівні (через її чуттєві образи, тілесність, імагінативні образи, тощо), а в даному випадку фіксована уява відображає надцінність наркотичної речовини на інтеріндивідуальному рівні. Тобто, в даному випадку надцінність наркотику створюється і підтримується (в даному образі) в системі соціальних відносин, що супроводжується феноменом «підтримки надцінності наркотичної речовини з огляду на тотожність інтересів, нахилів та адикцій в групі людей». Зміст даного феномену пояснюється закономірностями групової взаємодії. По-перше, маючи однаково виражену схильність до наркотику особистість у такій групі відчуває виражену єдність з іншими, психологічну підтримку (принаймні, в питаннях отримання ейфоризуючого ефекту наркотичної речовини). По-друге, надцінність наркотику багатократно збільшується в такій групі за рахунок примноження емоційних станів у групі з однією потребою та поділом відповідальності за вживання на всіх учасників групи. Тобто, наркотично залежні особистості в групі примножують потребу і надцінність наркотику і зменшують відповідальність за його вживання.

В терапії залежності та реабілітації, механізм фіксованої уяви фактично, реально використовується, коли та ж група наркотично залежних реалізує протилежну тенденцію стосовно адиктивного агенту. Хімічно залежні особи, перебуваючи у групі реабілітації, мають спільну мету – позбутися наркотику – примножують емоційну напругу для її реалізації (як раніше примножували для досягнення ейфорії від вживання), мають психологічну підтримку (якщо раніше вони підтримували один одного в процесі «очікування кайфу», то зараз підтримують в процесі «входження до тверезого життя»), і цим досягається синергитичний ефект.

Програма 12 кроків передбачає, фактично, «підміну надцінності» із надцінності наркотику в надцінність сім'ї, *самого себе, здоров'я, дітей, близьких, роботи, саморозвитку в умовах обмеженості життєвого простору, де місця вистачить або наркотику, або іншим згаданим об'єктам.*

Це стає можливим завдяки тому що, в структурі адиктивної особистості дуже вагомою складовою є схильність до формування надцінних ставлень і залежності. Тобто, вона має вихідну схильність до утворення за допомогою образів фіксованої уяви власної залежності, що може мати різні форми: від формування надцінності образу значущого дорослого в дитинстві, і надцінного образу коханої людини в підлітковому і юнацькому віці, до надцінності хімічного агенту і його заміну на іншу надцінність в подальшому.

Схожий механізм надцінних уявлень через образи фіксованої уяви можемо спостерігати і в інших видах діяльності, пов'язаними з надцінними утвореннями – філателізмі, колекціонуванні, альпінізм, подорожі. Через створення фіксованого образу, що має ознаки ідеального, єдино бажаного, всезагального (що частково доведено у дослідженнях В. Зінченка щодо ролі образу уяви у вольовій регуляції поведінки і діяльності [16]) особистість активізує складний комплекс мотиваційних, поведінкових, когнітивних і тілесних процесів, що у вигляді домінанти спрямовують всю активність особистості в бік досягнення бажаного об'єкту. Тобто, роль фіксованої уяви у функціонуванні «залежного типу особистості» значна і дає можливість пояснити постійну схильність до узалежнення через використання образів фіксованої уяви. Образи фіксованої уяви, пов'язані з утриманням від вживання, мають і інший контекст – розвитку особистісного простору в житті, адже всі згадані вище образи фіксованої

уяви відображають різні сторони особистості в житті людини, які раніше займав наркотик. При припиненні його вживання особистість спроможна «заповнити» цей простір сім'єю, фінансами, самореалізацією, тощо.

Завдяки Ритуалу Зцілення актуалізуються Механізми нейропсихологічних змін методами:

1. Научіння новим когнітивно-поведінковим схемам.
2. Повторюваність. Повторення знайомих ритуалів активує частини кори ГМ, що пов'язані зі звичками та несвідомими оцінками. Повтор заучених молитов – активує мезолімбічну діяльність.
3. Опанування сильними емоціями: ненависті, страху, любові, горя; формується більша здатність керувати власними афектами.
4. Створення нових ресурсних кататимно-імагінативних образів ФУ та перехід на інший рівень моральних настанов.

Як ми вже зазначали вище, кора головного мозку у людини формується до 25-30 років. Хімічний агент блокує як розвиток КГМ, так і функціонування тих відділів кори, які відповідають за логічну регуляцію поведінки. В період реабілітації відсутність хімічного агенту надає можливість відновити розвиток певних коркових частин, відбувається інтенсивна розбудова нових зв'язків в КГМ (научіння через страждання) це дозволяє актуалізувати процеси усвідомлення, рефлексії своєї поведінки та формування пропущеного в онтогенезі цих пацієнтів етапу моральних суджень. В процесі нормального розвитку особистості у дорослих моральні судження стають більш «витонченими» та складними. Цього не відбулося у осіб із хімічними залежностями, які стали узалежненими в підлітковому та юнацькому віці. Перехід на новий рівень моралі відбувається під час реабілітації. Дослідження етологів висвітлили існування зачатків моральних суджень вже у приматів і довели контекстуальну залежність моралі від внутрішньогрупової просоціальності, – Грін «наш моральний мозок постійно розвилася аби сприяти розповсюдженню генів» [9; 22]. Це пояснює інстинктивно психологічну детермінацію в інтеріоризації індивідом цінностей референтної для нього групи. В нашому контексті, хімічно залежні привласнюють цінності наркоманічної (алкогольної) субкультури, а на етапі реабілітації засвоюють групові норми моралі тверезої поведінки, які обговорюються на заняттях програми 12 кроків.

Під час ритуалу переходу до нової ідентичності у хімічно залежної особи необхідно створити нові кататимно-імажинитивні образи Фіксованої уяви. Вони починають конкурувати з попередніми образами ФУ, наприклад паралельно з бажаним об'єктом – «образ-страшилка» або створюється кататимно-імажинативний образ «себе бажаного» або «образ-відраза». (В психології мало досліджена така емоція як відраза. З фізіологічного боку відраза активує діяльність структури головного мозку «островок» [9]). При цьому виникає відчуття нудоти від образів (уявлень) або думок про погані вчинки, коли залежний починає усвідомлювати і уявляти себе і малює свій образ неприємним, відразливим. В підлітковому віці знижено почуття відрази [9], це також сприяє втягуванню тінейджерів в наркоманічну субкультуру (антисанітарія умов не відштовхує). В період реабілітації відчуття відрази у клієнтів збільшується.

Вплив уяви на виникнення нових компетентностей людини було доведено в цікавих експериментах, де людей навчали грати на піаніно. Так, як показали ці дослідження, якщо людина уявляє протягом 2 годин на день, що грає на піаніно, в КГМ розростаються дендрити, як і під час реальних вправах на цьому музичному інструменті (Сапольски, с. 804) [9]. Ці результати стають іще одним доказовим підґрунтям для нашої гіпотези впливу уяви на розвиток різних форм поведінки: і узалежнення, і тверезості. Через вправи з візуалізації як цілеспрямованого процесу, який вимагає свідомих зусиль формується фіксована уява, яка функціонує вже автоматично, без втручання свідомості.

Більшість образів фіксованої уяви наркозалежних має амбівалентний (внутрішньо суперечливий) характер, що реалізується у поєднанні переважання негативних емоційних станів та згадки про ейфорію у періоді вживання. Зокрема, почуття (самотності, образи, вини у комбінуванні з ейфорією) є тим образом фіксованої уяви, що відображає намагання досліджуваних повторно реалізувати дитячий сценарій одночасного прагнення до задоволення та наявності провини (можливості покарання) з боку супер-его. Наявність негативних характеристик в образі фіксованої уяви стосовно прийняття наркотичної речовини відображає певний елемент аутодеструкції, реалізацію потенцій супер-его, повторення дитячого

сценарію «покарання за провину», де «сама провина розцінюється як спосіб знайти джерело позитивних емоцій і наблизитися до нього».

Центральним компонентом образу фіксованої уяви наркозалежного є потреба в ейфорії, що провокує активізацію: 1) певних мотиваційних тенденцій для її реалізації, 2) емоційні реакції, 3) мисленнєве опосередкування таких дій (як правило, з використанням «хибних смислових засад» вживання; 4) образів пам'яті; 5) тілесних відчуттів. Така амальгама образу ейфорії провокувала потребу в його реалізації.

Важливу роль у формуванні адикції відіграють конструкти, що використовують наркозалежні для обґрунтування важливості наркотику у певній життєвій ситуації, висуваючи «хибні опори», «хибно задані координати для себе», навколо яких вона надбудовує систему адикції. Ці конструкти відображають специфіку когнітивного (мисленнєвого) аспекту впливу образів фіксованої уяви на становлення процесу залежності.

Протягом вживання та в період ремісії змінюється роль образів фіксованої уяви. В оцінці ролі наркотику в житті особистості (переважно, негативній) образи фіксованої уяви мали більшу направленість на почуттєву сторону суб'єктивного життя особистості. Натомість, в оцінці позитивної сторони утримання від вживання образи фіксованої уяви мають чітку тенденцію до покращення ставлення до себе за рахунок активізації тематики здоров'я, сім'ї та, головне, фінансових успіхів.

Стан наркотично залежної особистості в процесі утримання від вживання наркотику – це активізація не лише мотивів саморозвитку, покращення ставлення до себе, свого здоров'я і сім'ї, але і фінансовий успіх.

Образи фіксованої уяви, пов'язані з утриманням від вживання, мають і інший контекст – розвитку особистісного простору в житті, адже всі загадані вище образи фіксованої уяви відображають різні сторони особистості в житті людини, які раніше займав наркотик. При припиненні його вживання особистість спроможна «заповнити» цей простір сім'єю, фінансами, самореалізацією, тощо.

Зафіксована важлива тенденція в аналізі образів фіксованої уяви, що відображають стан наркотично залежної особистості в процесі утримання від вживання наркотику – це активізація не лише мотивів саморозвитку, покращення ставлення до себе, свого здоров'я і сім'ї, але і фінансовий

успіх – прагнення відкрити свою справу, купівля машин, дачі, тощо. У цьому випадку спостерігається достатньо цікава тенденція стосовно реальних даних працевлаштування та зайнятості наркозалежних після реабілітації. Мова йде про те, що значна частина із них стають достатньо успішними у житті (особливо в плані бізнесу). Скоріше за все це можна інтерпретувати таким чином. Вживаючи наркотик та постійно вирішуючи питання «Яким чином дістати на нього гроші?» залежна особистість розвиває у себе специфічне бачення процесу добутку грошей не в умовах отримання зарплати кожного місяця у вигляді авансу та зарплати, а в умовах гнучкої оплати виконаної роботи, отримання грошей без виконання роботи, системи «кредитування» (фактично, взяття в борг під будь-яким приводом і часто без наміру повернути гроші). Таким чином, за період вживання особистість розвиває навички отримання грошей різними способами і в періоді ремісії може достатньо успішно їх застосувати.

Серед образів фіксованої уяви виокремилися три: біль, страх, Бог. Так, важливим конструктом фіксованої уяви виступає образ болю, що виражається в безпосередньому поганому фізичному самопочутті досліджуваних (дисертаційна робота нашої аспірантки С. Михайлів). Даний образ фіксованої уяви відображає дві важливі тенденції процесу узалежнення: 1) наявність негативного емоційного ставлення, адже наркотик поєднується з образом болю, що має типово негативне значення; 2) образ болю відображає один із найбільш вагомим компонентів фіксованої уяви, що має «вихід у сферу тілесності». Тобто, переживання болю на фізіологічному рівні (як прояв тілесності) має велике значення для становлення адитивного процесу та ставлення до його перебігу. Окрім того, даний образ фіксованої уяви відображає і наступний достатньо важливий компонент даного процесу – наявність фізичного болю, пов'язаного з вживанням наркотику (що знаходиться в проміжку від болю при абстиненції до болю від супутніх захворювань, тромбофлебітів, сепсисів, туберкульозу, ПППІ, тощо). Тобто, біль як важливий аспект тілесності є важливим образом фіксованої уяви, що відображає значимість наркотику для особистості.

Не менш значущим виступає «Страх смерті» як фіксований образ уяви в процесі вживання та реабілітації, ця тематика знаходить своє продовження в образі бога. Отже, вживання хімічного агенту та пов'язані з

цим проблеми актуалізують у споживачів екзистенційну проблематику, змушують шукати допомоги «вищих сил», актуалізують релігійні мотиви.

Істотно, що образи фіксованої уяви (ФУ), пов'язані з припиненням вживання наркотичної речовини в усіх досліджуваних мають *виключно позитивне емоційне забарвлення і свідчать про формування, фактично, нової системи надцінності для особистості*.

Доказом циркулярних зв'язків між ФУ та отілесненням може слугувати гіпотеза соматичних маркерів Домасіо: «коли особа приймає рішення, то вона уявляє не тільки образи майбутнього «Експерименту», але і їх чуттєве супроводження: «якщо це відбудеться як я буду себе почувати?». Людина відчуває як ці почуття будуть відчуватися (це механізм так званого стратегічного консеквенціалізму з далекою перспективою, при цьому включаються різні відділи головного мозку: міндаліна, островок, вмпФК, длпФК, і вони діють як ансамбль) [20; 21].

Таким чином, створюється певний малюнок переживання, який корелює з певною конфігурацією задіяних нейронів і через Отілеснення або ФУ відбувається активація частин кори, які пов'язані з певним досвідом. Підкріплення цієї поведінки відбувається завдяки такому нейротрансмітеру як серотонін та гормону окситоцин.

Довіра до Своїх, недовіра до Чужих – є одним з універсальних біологічних законів просоціальної групової поведінки, що характерно не тільки для людей, але й для приматів[9]. Довіра є базовим фактором для сприймання норм субкультури тверезості. Тому особливо важливу роль відіграють колишні залежні в програмі реабілітації. «Тверезий алкоголік, який встав на шлях одужання та озброєний знаннями про себе, може, як правило, завоювати повну довіру іншого алкоголіка за якісь години. І поки таке взаєморозуміння не досягнуто, небагато чого можна домогтися» [1]. Довірливе, емпатичне спілкування породжує прив'язаність (завдяки викиду окситоцину виникає отілеснення цього емоційного переживання), формується почуття спільноти, тобто «Чужі» стають «Своїми».

В процесі проходження програми 12 кроків у залежних пацієнтів розвиваються нові стани свідомості, в тому числі – стан Потoku – 12 крок («Отримавши духовне пробудження в результаті виконання цих кроків, ми намагалися донести цю звістку до інших алкоголіків і здійснювати ці

принципи у всіх своїх справах») [1]. 12 крок виконується учасниками програми з великим ентузіазмом, безоплатно на волонтерських засадах, з духовним піднесенням. Перехід від залежності до потоку є позитивним для цих осіб. Між станом залежності і станом потоку (поняття введено Чиксентміхайї [18]) є важливі спільні риси, але при цьому є і принципові відмінності.

Як зазначає Чиксентміхайї, Поток – це коли людина вкладає всю свою психічну енергію у взаємодію, будь то з іншою людиною, з човном, горою або музикою. І тоді суб'єкт стає частиною системи, більшою, ніж та, що раніше представляла собою його індивідуальна особистість. Ця система функціонує за правилами тієї діяльності, в якій вона виникає, і наповнюється енергією уваги суб'єкта, який цю діяльність здійснює. При цьому вона не менш реальна, ніж сім'я, корпорація або команда. Особистість, яка стала її частиною, розширює свої кордони і стає більш складною, ніж раніше [18].

Програма 12 кроків створює для клієнта можливість відчувати себе частиною більшої системи («Товариство Анонімних Алкоголіків») і тим самим досягнути стану Потoku

Висновки. Отже ми знаходимо в Програмі 12 кроків необхідні ознаки ритуалу ініціації, процес реабілітації проводить особу шляхом «від хаосу лімінальності до порядку – нової структури особистості», оскільки в групі виникає синергічний ефект.

У формуванні нової Тверезої ідентичності у залежних важливу роль відіграє феномен фіксованої уяви через механізм утворення кататимно-імагінітивного образу «тверезої успішності». Фіксована уява при цьому виступає центром комунікації між іншими психічними процесами: емоціями, пам'яттю, мотивацією та мисленням; утворюється новий сталий конструкт «Я – тверезий», який бере на себе регулятивну функцію поведінки, замість конструкту «Я - залежний».

Список використаних джерел

1. Анонімні алкоголіки, Alcoholics Anonymous World Services, Inc., New York. – 1994. – 141 с.
2. Голосовкер Я. Э. Логика мифа / Я. Э. Голосовкер. – М., 1987. – С. 114–165.
3. Короленко Ц. П. Семь путей к катастрофе. Деструктивные формы поведения в современном мире / Ц. П. Короленко, Т. А. Донских. – Новосибирск : Наука, 1990. – 192 с.
4. Кулаков С. А. Диагностика и психотерапия аддиктивного поведения у

- подростков / С. А. Кулаков. – М.: Фолиум, 1998. – 70 с.
5. Морозов В.М. К вопросу о сверхценных идеях / В. М. Морозов // Труды института им. П. Б. Ганнушкина – М., 1934. – С. 338–349.
 6. М'ясоїд П.А. Загальна психологія. – К.: Вища шк., 2000. – 480 с.
 7. Палмер Дж., Палмер Л. Секреты поведения Homo Sapiens. Эволюционная психология. –Прайм-тайм: Еврознак, 2006. – 496 с.
 8. Пинкер С. Язык как инстинкт. Издание 2-е, исправленное. Издательская группа «URSS», 2009, 456 с.
 9. Сапольски Р. Биология добра и зла. Как наука объясняет наши поступки. М.: Изд-во Альпина нон фикшен. - 2017. 346 - 485 с.
 10. Седих К.В. Делінквентний підліток. Навч. посібн. / К. В. Седих, В. Ф. Моргун. – К. : Видавн. дім «Слово», 2015. – 272 с.
 11. Солсо Р. С. Когнитивная психология. – М.: Тривола, 1996. – 600 с.
 12. Тэрнер В. Символ и ритуал. – Москва: Главная редакция восточной литературы издательства «Наука», 1983. – 277 с.
 13. Уайнхолд Б. Противозависимость: бегство от близости / Б. Уайнхолд, Дж. Уайнхолд / пер. с англ. Е. Бабенко, Г. Смолин. – Каменец-Подольский: Аксиома, 2009. – 328 с.
 14. Фільц О., Седих К., Михайлів С. Фіксована уява як механізм виникнення узалежнення // Психологія і особистість. – 2018. – № 2 (14). – С. 9-22.
 15. Фресс П. Экспериментальная психология / П.Фресс, Ж.Пиаже. – М.: Прогресс, 1975. – Вып. 4. – 284 с.
 16. Хрестоматия по общей психологии. Психология памяти /Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. – М.: Изд-во МГУ, 1979. – 272 с.
 17. Хрестоматия по ощущению и восприятию/Под ред. Ю .Б. Гиппенрейтер, М. Б. Михалевской. – М.: Изд-во МГУ, 1975. – 400 с.
 18. Чиксентмихайи М. Поток. Психология оптимального переживания. Альпина нон-фикшн. – 2018. – 464 с.
 19. Швалб Ю.М. Психологические модели целеполагания.. – К.: «Стилос», 1997. – С.54 – 67.
 20. Бект L. Steinberg. Age of Opportunity: Lessons from the New Science of
 21. Goswick, R. (1982) Components of Loneliness During Adolescence. Journal of Youth and Adolescence, 11, 373–383 [in English].
 22. Green. Moral Tribes: Emotion, Reason, and the Gap Between Us and Them) 2014{804}.
 23. B.Knutson et al.FMRI Visualization of Brain Activity During a Monetary Incentive Delay Task. Neuroimage 12 (2000).

ГІПНОЗ ЯК ПСИХОТЕХНОЛОГІЯ КОРЕКЦІЇ ЕФЕКТИВНОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ ОСОБИСТОСТІ: ТИПОЛОГІЯ ГІПНАБЕЛЬНОСТІ

Хомуленко Б.В., Криничко В.В.

Профілювання особистості є засобом індивідуалізації застосування гіпнозу як психотехнології корекції ефективності функціонування особистості. Запропонована нами форма профілювання особистості дає одну з самих деталізованих карт, за допомогою яких можна судити про якісні характеристики гіпнабельності особистостей, яких відрізняють патологічні акценти у функціонуванні.

До нашої типології патологічних акцентів особистості (ПАО) з різними характеристиками гіпнабельностями ми включили: істероїдний, параноїдний, психопатичний, obsесивно-компульсивний, шизоїдний, епілептоїдний, шизофренічний та маніакально-депресивний профілі особистості.

Істероїдний профіль особистості. На початку розробки нашої моделі профілювання ми взяли захворювання істерії і, як менш патологічної форми її прояву, істероїдної (демонстративної) акцентуації.

Раніше гіпнотерапевти виявили, що жінки, які хворіють на істерію, гіпнабельні. Істерія вважалась лише жіночою хворобою. Гіппократ вважав, що істерія – це прояв «сказу матки». Платон вважав, що істерією хворіє жінка, яка не може завагітніти. Інколи лікували істерію «діонісійськими» методами. Раніше психіатри вважали істерію матір'ю імітації. І дійсно, істеричні особистості здатні у своїй поведінці відображувати всі симптоми інших хвороб. Раніше істероїдних дам лікували масажами та гіпнозом. В такому випадку спостерігали повну піддатливість пацієнток для навіювання.

Працюючи з пацієнтами, у яких виявлені яскраві симптоми істерії або істеричної акцентуації, ми для себе підтвердили, що даний симптом є дійсно ідеальним ґрунтом для гіпнозу. Істероїдні пацієнтки не лише легко заглиблюються в глибокий змінений стан свідомості, але часто їх «стиль» заглиблення в гіпнотичний стан чудернацький, яскравий, такий, що надовго запам'ятовується.

Усі клієнти, які мають істероїдну акцентуацію і брали участь у нас у гіпнотичних сесіях, частіше з легкістю заходили в трансовий сомнамбулічний стан і прояв трансу був виразним. Використовуючи аналіз поведінки, можна знаходити прояв істероїдної акцентуації у клієнтів і враховувати це при гіпнотерапії.

Ключові характеристики поведінки істероїдного типу ПАО:

- постійне привертання уваги до себе;
- бажання активно брати участь у дискусіях;
- бажання публічно обговорювати особисті моменти свого життя та життя інших людей;
- якщо істероїд-жінка, то поведінка часто сексуалізована, особливо при чоловіках;
- прояв сильних емоцій;
- проблеми з самоконтролем, цілепокладанням;
- часто нетактовність і неетичність в поведінці;
- у чоловіків-істероїдів ймовірний високий рівень залежності від наркотиків та алкоголю;
- часта брехня;
- схильність до фантазій;
- потяг до вибору публічного роду діяльності;
- сильний потяг до публічного схвалення;
- велика ймовірність зради своєму сексуальному партнеру;
- яскрава зовнішність та одяг;
- здійснення неочікуваних, подекуди шокуючих, дій.

Якщо спостерігати за людиною хоча б кілька годин, то багато з названих критеріїв почнуть проявлятися у поведінці. Людина даного профілю, за нашими висновками, ідеально підходить для демонстрації різних феноменів гіпнотичного трансу.

Істероїдний тип гіпнабельності має наступні характеристики:

- швидке входження в гіпнотичний стан;
- майже повна відсутність супротиву гіпнотерапевту;
- перебільшення гіпнотичних ефектів;
- перебільшення терапевтичних ефектів;
- більш глибоке і швидке входження в гіпноз на публіці;

- ризик еротичного переносу на психотерапевта;
- сильний короткостроковий та слабкий довгостроковий психотерапевтичний ефект;
- рухомість бажання в одержанні уваги.

Оцінка гіпнабельності профіля: дуже сильна гіпнабельність.

Параноїдний профіль особистості. Паранойяльні особистості в гіпнотерапії не менше цікаві, ніж істероїдні, своєю діаметральною протилежністю у здатності занурюватися у стан гіпнотичного трансу. Параноїчний профіль найменш гіпнабельний у нашій моделі. Параноїдна особистість організовує своє мислення так, що постійно намагається бачити яку-небудь загрозу для себе, своєї сім'ї, міста, країни тощо. В якійсь мірі параноїк живе у своєму власному світі, де його оточення, на його думку, хоче зробити з нього жертву. На нашу думку, існує шість основних видів параної.

1. Паранойя чуток. Людині здається, що її негативно обговорюють, ображають за спиною, вважають її поганою, незначною, аморальною і т. п.
2. Паранойя спричинення фізичної шкоди. Людині здається, що її можуть побити, покалічити, поранити, нанести будь-який фізичний збиток.
3. Паранойя вчинення сексуальної шкоди. У більшості випадків, носіями даного виду параної є жінки. Їм здається, що їх хочуть гвалтувати, спокушати, зваблювати, використовувати сексуально.
4. Паранойя крадіжки. У таких людей у голові крутяться нав'язливі думки, що їх квартиру обкрадуть, украдуть їх особисті речі, хочуть їх обдурити з метою отримання матеріального благополуччя. Формується ідея, що навколо корисні люди, які «удаляться за копійку» тощо.
5. Паранойя заподіяння соціальної шкоди. Тут головною ідеєю є думки про заговор з метою усунення з посади, звільнення з роботи, блокування кар'єрного росту і т.п.
6. Паранойя дружньої та сімейної зради. Нав'язливі думки про те, що людина буде залишена близькими людьми.

За нашим досвідом, більшість різних випадків параної у людини може бути віднесено до однієї із цих шести категорій. Інколи паранойя залишається у пасивній формі, коли людина думає щось про світ, але ніяких дій відносно світу, виходячи із своїх уявлень, не робить.

Але чим сильніша паранойя, тим більше ймовірність переходу в активну форму, де замість того, щоб чекати атаки, параноїк атакує першим, спричиняючи шкоду людям, яких підозрює у зговорі, зраджує партнеру після того, як придумав, що партнер уже зрадив.

Основною відмінністю від параноїдної шизофренії є та, що параноїк нічого не галюціонує, не має сенситивних ілюзій. Все відбувається у форматі когнітивного процесу, який не залишає його голову. Природньо, постійна фіксація мислення на потенційній небезпеці тримає людину в напруженні, як емоційному, так і м'язовому.

Кора головного мозку постійно гіперактивна, через що людина має великі проблеми з природним входженням в змінений стан свідомості. Особливо в гіпнотичний транс. Протягом багатьох років ми спостерігали за тим, як люди, які мають параноїдний акцент особистості чи страждають на паранойю, здатні реагувати на процес наведення гіпнотичного трансу.

Проблеми з довірою зазвичай виникають на початку гіпнотичної роботи, коли пацієнт висловлює багато негативних припущень і сумнівів з приводу того, що його може чекати в стані трансу. Чоловіків може частіше бентежити, чи не вплине гіпнотичний транс на них якимось негативно. У жінок частіше проявляється сексуальна паранойя. Вона переживає з приводу власної безпомічності щодо впливу гіпнотерапевта, який може робити з нею, що захоче.

Відносно впливу на стан в контексті гіпнотичної індукції, паранойю можна розділити на глибинну істинну і поверхову істерію. Глибинна істинна, перш за все обумовлює нейрофізіологічні процеси перериваючи когнітивним процесом і тілесним напруженням будь-які спроби входження в трансовий стан. Клієнтка може бути вже переконаною на свідомому рівні, що їй нічого не загрожує, проте старі параноїдальні захисні механізми будуть заважати входженню в змінений стан свідомості при будь-яких спробах з боку гіпнотерапевта. Наведемо один приклад. Якимось ми проводили майстер-клас, присвячений гіпнотичному навіюванню в одному «анти-кафе» міста. Власниця закладу, що надала місце для заходу брала участь в класі. На завершальній частині семінару ми демонстрували сеанс групової індукції гіпнотичного трансу, під час якого в змінений стан могли заглиблюватися усі бажаючі в групі. На завершальній трансовій

сесії, учасники давали зворотній зв'язок відносно своїх станів, отриманих в процесі гіпнотичної індукції. Коли черга дійшла до власниці закладу, вона прокоментувала таке: «Я сиділа з закритими очима і в голові постійно думала, що поки ми тут сидимо, ви нищпорите у наших сумках». У цьому випадку ми бачимо паранояльну акцентуацію заподіяння матеріальної шкоди. Аналізуючи причини подібних станів у клієнтів, ми виявили, що або людина була неодноразово обкрадена в минулому, або сама чинила крадіжки і зараз просто проектує на оточення свої минулі вчинки, не бажаючи їх згадувати. Щодо сексуальної параної у жінок – ситуація дещо відрізняється. Або жінка мала досвід сексуального насильства, або їй в дитинстві навіювалась ідея щодо образу чоловіка, як «хтивої тварини», або і перше і друге.

Наш досвід дозволив відмітити, що на процес гіпнотизації, як і на інші практики зміни стану свідомості, впливає той факт, що людям притаманно проектувати ті почуття, які вони зазвичай витісняють. При очікуванні гіпнотизації і в процесі частіше саме першої гіпнотизації такі продукти витіснення починають активно підніматися у сферу свідомого, через що у людини можуть виникати агресивні, тривожні, фобічні, сексуалізовані переживання, почуття безпомічності, печалі тощо. Але, якщо людина не має параноїдального акценту особистості, після першої гіпнотизації всі подібні симптоми проходять і не повертаються. В протилежному випадку людина може бути фіксована на негативних переживаннях невизначений час, інколи витіснені негативні емоції в процесі першої гіпнотизації соматизуються (наприклад, головний біль). Проте, наш досвід свідчить, що первинна соматизація ніколи не повторювалась при повторних трансівних сесіях.

Поверхова істероїдна параноїя частіше всього проявляється у формі гіпертрофованого неспокою відносно того, що саме можна очікувати в стані гіпнозу. Але, якщо вдається почати трансівну сесію, неспокій переходить в пасивну фонову форму, що дає можливість клієнту зануритись на легкий або подекуди середній рівень гіпнотичного трансіву.

В переважній більшості випадків паранояльний акцент особистості робить гіпнотерапію слабкою чи взагалі непродуктивною. Іноді тривала вербальна терапія може знизити паранояльні реакції.

Ключові характеристики поведінки параноїдного типу ПАО:

- недовіра;
- поміркованість;
- фіксація уваги на негативних варіантах завершення подій;
- нездатність визнавати свої помилки;
- усі події в житті підганяються під параноїдну картину світу;
- тривожність;
- неусвідомлені провокації оточення на здійснення негативних дій;
- іпохондрія;
- песимізм;
- переслідування вдаваних ворогів;
- параноїдні фантазії.

Параноїдний тип гіпнабельності має наступні характеристики:

- майже повна нездатність до гіпнотичного процесу мінімум на перших спробах роботи;
- транс, якщо він з'являється, частіше всього поверховий і неглибокий;
- суб'єктивне зменшення гіпнотичних ефектів;
- суб'єктивне зменшення терапевтичних ефектів;
- збільшення дискомфорту при публічному наведенні трансу;
- ризик агресивного переносу на психотерапевта;
- потреба у безпеці.

Оцінка гіпнабельності профіля: слабкий чи мінімальний.

Психопатичний профіль особистості. Існує багато різноманітних форм прояву психопатичної поведінки. За психопатичним типом ПАО стоять відповідні ключові характеристики поведінки:

- нездатність відчувати почуття провини, сорому, зніяковіння;
- нехтування мораллю у тих чи інших формах;
- майже повна відсутність страху;
- майже повна неспроможність співчувати, проявляти емпатію;
- майже повна відсутність депресивних та тривожних симптомів;
- жити одним днем без особливого планування майбутнього;
- нарцисизм, егоїзм, самозакоханість;
- високий рівень маккіавелізма (принцип життя — «мета виправдовує засоби»);

- частіше високий рівень комунікативних навичок;
- частіше всього високий рівень привабливості;
- задоволення від страждання інших людей у різних формах.

Інтенсивність проявів такої поведінки можуть бути різноманітними, від незначних, де психопат просто отримує задоволення від причинення відносно невеликого емоційного болю, до важких форм фізичного та сексуального насилля.

Окремо від істинної звичайної психопатії знаходиться психопатія сексуальна, де людина просто відчуває потребу в здійсненні сексуальних звичайних дій, інколи з застосуванням насильства та нанесенням шкоди іншим, а інколи і без цього.

У нашій роботі ми не будемо торкатися теми сексуальної психопатії глибоко, оскільки дана тема заслуговує окремої детальної уваги. Просто окреслимо її загальні контури, щоб прив'язати її до тематики гіпнабельності пацієнта в процесі гіпнотизації.

Інколи психопатія приймає істероїдний, демонстративний акцент, коли людина швидше хоче виглядати байдужим, нарцистичним, таким собі «героєм нашого часу». Але насправді видно, що за цією маскою ховається людина. Результати наших спостережень переконливо доводять, що справжні психопати взагалі негіпнабельні.

Проблеми з гіпнотизацією людей даного профіля ще сильніші, ніж у представників параноїдного. Сексуальні психопати без крайніх форм прояву можуть відрізнятися у своїй реакції на гіпнотичний вплив від опору до повної податливості подібно до істероїдних особистостей. Ці зміни варіюються на нашу думку у відповідності до психологічного профілю людини.

Демонстративні психопати, за нашим спостереженням, гіпнабельні частіше на низькому та середньому рівні. Приведемо приклади, щоб розібрати детальніше представників даного профіля і його варіацій.

Ми не будемо описувати серйозні форми прояву психопатії, а лише ті, які нами трактуються як акцентуйовані їх форми. Наприклад. Пацієнтка 38 років. Прийшла з дуже серйозним запитом, пов'язаним з тим, що у неї чоловік, декілька коханців у різних країнах, які просять її руки. Вона має секс з усіма по черзі. Її хвилює те, що їй все це подобається. Запит, звичайно, надто оригінальний. В бесіді вияснилось, що у неї відсутнє почуття провини, вона рідко отримує сексуальне задоволення та часто

звертається до автоеротизму. Перед нами симптом, близький до німфоманії. Вона заявила, що колекціонує обручки чоловіків, котрі пропонували їй вийти заміж. Відношення її з чоловіками часто доходять до весілля, з якого вона зникає. До психотерапії відноситься як до цікавої гри, як, власне, будь-який психопат. У цьому випадку ми бачимо поєднання істинної та сексуальної психопатії. З одного боку, істинна психопатія блокує майже усі форми природного входу у гіпнотичний стан. З іншого боку – сексуальне розслаблення може у значній мірі сприяти наявності потреби у глибоких трасових станах. Істинні психопати постійно витісняють почуття провини за вчинки, які вони постійно чинять, але процес стримування вимагає постійних затрат енергії, яка реалізується в тілі як фіксоване напруження м'яз. Гіпнотичний вплив починає розслаблювати м'язовий каркас психопатичної особи, тим самим приєднуючи її до почуття провини, що для неї надто болісно. Єдиний спосіб – уникнути розслаблення. Схожі реакції у вищезазначених осіб на техніку холотропного дихання за С.Грофом. Якщо представники більшості інших профілів здатні занурюватися в дуже цікаві і яскраві стани свідомості, коли використовується гіпноз, то «істинний психопат» після 5-10 хвилин гіпносесії починає страждати, а при холотропі перериває сесію як непереносиму. Психопатичні особи часто схильні до заміни природніх трансів на наркотичні речовини.

В результаті аналізу характеристик осіб з так званою істинною психопатією можна твердити, що вони є представниками найнегіпнабельніших людей. Такі пацієнти рідко приходять до психотерапевта. А якщо приходять, то сприймають спілкування з ним, як цікаве спілкування, а не як психотерапію. Коли психотерапевт твердить їм, що вони не хочуть міняти своє життя – вони погоджуються і продовжують ходити на сеанси. Виникає питання – чому? А тому, що світ психопата – це світ агресора і жертви, і йому життєво необхідно продовжувати грати роль агресора. При першій можливості психопат спробує приміряти образ жертви на терапевта. Якщо не вийде, то він покидає психотерапію.

З чистими сексуальними психопатами інша справа. Сексуальна психопатія різноманітна за своїми формами прояву. Ті сексуальні збочення, які виконуються на самоті чи за згодою можуть значною мірою

впливати на глибину гіпнабельності. Проте, переважна більшість психопатів і сексуальних збоченців не ходять до психотерапевтів, тому складно зібрати цілісну клінічну картину. За нашими спостереженнями сексуальна психопатія передбачає здатність занурюватися у глибокі трансів стани. Даний феномен пояснюється тим, що така категорія людей тренує свою кору великих півкуль тимчасово відключатися, дозволяючи бути активними на деякий час древнім архаїчним структурам мозку. Ситуація з гіпнабельністю у алкоголіків аналогічна.

Психопатичний тип гіпнабельності має наступні характеристики:

- середня чи висока здатність до гіпнотичного процесу;
- транс ніколи не буває дійсно глибоким;
- ризик брехні у зворотному зв'язку відносно гіпнотичного процесу;
- формалізоване відношення до гіпнотичного процесу;
- здатність до прояву лише деяких, незначних трансів феноменів;
- майже повна відсутність психотерапевтичного ефекта;
- рухомість нездатністю переживати провини і сором.

Оцінка гіпнабельності профіля: можливі мінімальний, слабкий чи середній рівень гіпнабельності, в залежності від спрямованості психопатії. При сексуальних психопатіях можлива гіпергіпнабельність.

Шизоїдний профіль особистості. Людина шизоїдного профілю особистості емоційно холодна і замкнена на власних міркуваннях про світ, свої фантазії, уникає емоційних стосунків з іншими людьми. Ернст Кречмер, німецький психіатр, називав шизоїдів «друзями книг і природи». У шизоїдів відсутній афективний резонанс з іншими людьми, вони не здатні якісно передавати свої емоції і розуміти емоції інших людей, не надто надають значущості соціальним нормам, живучи за власними, проте не є порушниками соціального спокою.

Ключові характеристики поведінки шизоїдного типу ПАО:

- емоційна холодність;
- проблеми з виразом емоцій;
- проблеми з розумінням емоцій інших людей;
- потреба в усамітненому проведенні часу;
- незграбна хода;
- монотонний холодний голос;

- майже повна відсутність контакту очей при спілкуванні;
- схильність до високоінтелектуальної діяльності;
- дивакуватий одяг;
- ігнорування проблем інших;
- нарцисизм;
- самодостатність;
- друзів або немає, або мало;
- сильна емоційна вразливість, яка нікому не демонструється;
- нелюбов до спорту і тілесних практик.

За нашими спостереженнями шизоїдна особистість частіше всього ображена на материнську фігуру в своїй сім'ї (рідше на батька, за умови, що мати виконує чоловічу роль у сім'ї). Нездатність отримати повноцінний зв'язок з емоційно значущою фігурою в сім'ї глибоко ранить шизоїда і той замикається в собі. Ще в дитинстві чи юності шизоїд засвоює, що може спиратися частіше всього тільки на себе, і що йому за великим рахунком ніхто не потрібен. Через те, що шизоїд частіше всього стає самостійним раніше, ніж інші, і, завдяки хорошим когнітивним здатностям, у нього розвивається завищена самооцінка, що ускладнює його стосунки з оточенням. В дитинстві часто шизоїд не прийнятий групою. З часом, шизоїд, завдяки своїм професійним якостям, вдумливості, оригінальним ідеям стає задіяним в групі. Якщо добре складаються обставини, він може поступово вийти зі свого кокона. Але сильний стрес і негативні емоції у стосунках можуть легко повернути його назад.

На поверхні може здатися, що шизоїдна особистість негіпнабельна, проте це не так. Негіпнабельні варіанти можуть виникати частіше всього при поєднанні шизоїдного профілю з параноїдальним. Якщо параноїдний аспект не задіяний, гіпнотична робота розкриває дивні можливості для психіатрії.

У шизоїда емпатія до оточуючого світу сильно заблокована через пережиті емоційні травми. Його нездатність співпереживати людям є формою відреагування агресії. І чим більша агресія на світ у шизоїда, тим більша потреба в дисоціації і відстороненні. Це його помста світу і те, що якоюсь мірою знищує його. Також, чим сильніша його агресія, тим більш дивний світ ілюзій і фантазій він створює для себе. Проте, якщо з'являється людина, яка здатна розділити з ним його дивну реальність і

буде підтримувати свою лояльність до його світу, може статися «диво» і, шизоїд прийме людину за «свою». Часто найближчий друг шизоїда сам також шизоїд, але не обов'язково. Кооперація можлива і з представниками інших типів. Аналогічна структура стосунків у шизоїда може виникнути в альянсі з психотерапевтом. В процесі психотерапії, в міру своїх професійних навичок, терапевт буде вибудовувати рапорт з пацієнтом. У міру збільшення довіри, терапевт для шизоїда може стати «єдиним другом». Це, з одного боку, добре, оскільки шизоїд отримує можливість заново довіряти світу, говорити про свої почуття і виражати їх вільно. Але для цього потрібен час.

На початку психотерапії пацієнти подібного профіля не дивляться в очі, виглядають подекуди дивакувато, заявляють проблеми побудови дружніх та інтимних стосунків.

З психотерапевтом шизоїд може рано чи пізно добре розкритися і взаємодіяти, брати участь в сесіях гіпнотерапії, отримуючи від них істотні результати змін і трансформацій. Шизоїд часто хоче перетворити психотерапевта в друга і майже члена сім'ї, замінивши ним ключові соціальні ролі. Шизоїд на початку терапевтичного процесу може давати реакції негіпнабельної людини. Звичка до гіперраціоналізації і критики, яка обумовлює гіперактивність кори великих півкуль мозку, не покине його швидко. Але кожна сесія буде давати більше глибини і через деякий час, людина почне відтворювати феномени, притаманні гіпергіпнабельним людям. У міру покращення якостей гіпнабельності ми багато разів спостерігали покращення навичок соціальної комунікації. Розкриття в гіпнотичному трансі стає метафорою розкриття в соціальній комунікації.

Оцінка гіпнабельності профіля: на початку терапії можливий мінімальний рівень гіпнабельності, але в міру розвитку рапорта можливі гіпнотичні переживання пікового рівня. Слід зазначити, що за нашими спостереженнями транс сам по собі має виключну терапевтичність для осіб з шизоїдним ПАО.

Шизоїдний тип гіпнабельності має наступні характеристики:

- перші спроби трансової взаємодії можуть бути невдалими;
- з кожним наведенням має спостерігатися більш позитивна динаміка і більш глибокий рівень гіпнотичного трансa;

- сам транс навчає індивідуума почуття контакту зі світом;
- більш важливим виявляється факт наведення трансa, а не те, що саме діється в його процесі.

Епілептоїдний профіль особистості. Епілептоїдна особистість емоційно «гаряча», на відміну від холодної шизоїдної особистості. Їй притаманні спалахи емоцій, часто з моторною активністю. Працюючи з епілептоїдами, ми підібрали адекватну метафору стратегії відношення до світу – «винний злочинець». Епілептоїд на поверхні дуже часто високоморальний і навіть релігійний. Проте, як тільки хтось виведе його з рівноваги, він може негайно забути про свою мораль і нанести шкоду. Пізніше, коли емоції відреаговані, епілептоїд отямившись відчуває провину, просить пробачення, обіцяє більше так не робити. І головне, щиро вірить, що так і буде. Насправді, як тільки пройде якийсь період часу і знову виникає подразнюючий стимул, ймовірно все повториться.

Якщо ми маємо справу з епілепсією, як хворобою, вплив гіпнозу може викликати епілептоїдний напад. Гіперактивні зони мозку, які потенційно створюють умови для нападу в стані гіпнозу, можуть почати вибухоподібно розряджати напруження. З одного боку, це робить транс зцілюючим для хворого, а з іншого боку, підвищує ймовірність переживання нападу. Як і хворі епілепсією так і люди епілептоїдного профіля мають сильну потребу в переживанні трансa, оскільки це дає їм психоемоційне полегшення. Саме тому, епілептоїдна особистість часто стає залежною від алкоголю, наркотиків і ситуацій, де проявляється надлишкова агресія. Епілептоїд – один із самих найгіпнабельніших профілей. Транс виникає в перші хвилини процесу гіпнотизації, суггерент достатньо швидко досягає високого рівня глибини трансa зі значною кількістю сенсорних і моторних репрезентацій. Вплив звичайного трансa розслаблюючий і позитивний. Епілептоїдам не обов'язково давати в трансі які-небудь навіювання, один трансaвий процес допомагає досягти високих психотерапевтичних показників. Слід зазначити, що епілептоїдам в трансі притаманно робити акцент на переживанні тілесних відчуттів, майже повністю ігноруючи переживання візуальні. Каталепсія рук і тіла, левітація рук можуть бути достатньо легко відтворювані. У людей епілептоїдного профіля ми відмітили цікавий психоаналітичний патерн. Майже всі вони мамині діти, (проте

боятися її), майже всі без повноцінного зв'язку з фігурою батька. На нашу думку, дитина в перинатальній фазі свого розвитку закарбовує агресію матері на неї, а епілептоїдні напади чи епілептоїдна поведінка є формою катарсиса, що виражає перинатальний страх перед матір'ю.

Ключові характеристики поведінки епілептоїдного типу ПАО:

- збудливість;
- емоційна розторможеність;
- агресивність (частіше моторна);
- під час спалаху афекта, відсутність контролю над поведінкою;
- почуття провини за діяння після прояву афекта;
- гедонізм;
- схильність до алкоголізму і наркоманії;
- розгальмована сексуальність;
- схильність імпульсивно чинити соціально не схвалювані дії;
- любов до спорту.

Оцінка гіпнабельності профіля: максимальний рівень гіпнабельності.

Епілептоїдний тип гіпнабельності має наступні характеристики:

- транс майже завжди глибокий;
- на відміну від істероїдного типу ПАО, зовнішня феноменологія транс у епілептоїдного типу ПАО досить бідна, але внутрішні трансів феномени досить різнобічні;
- глибокий транс без прагнення прикидатися;
- сильний психотерапевтичний ефект трансу.

Шизофренічний профіль особистості. На нашу думку існує тонка межа між реальним захворюванням шизофренією і її ПАО. Здатність до елементарної соціальної адаптації проводить ключову межу. Якщо людина має певні симптоми, що можуть наводити на думку про шизофренію, проте демонструє ознаки здатності до соціалізації і можливість отримувати задоволення від життя слід говорити про шизофренічний ПАО, а не про хворобу. Виходячи з п'яти основних різновидів шизофренії, з точки зору профіля поведінки та гіпнабельності слід було б розглянути параноїдний, кататонічний, гебефренічний, недиференційований та загальний шизофренічний ПАО.

Оцінка гіпнабельності шизофренічного параноїчного профіля: при застосуванні звичайної техніки профіль може бути негіпнабельним. Проте

деякі техніки гіпноза можуть включати пікові гіпнотичні переживання. Гіпнабельність шизофренічного гебефренічного ПАО: не диференційовано. Оцінка гіпнабельності недиференційованого та загального шизофренічного типа ПАО: середня чи сильна з можливими дивними емоційними афектами.

Шизофренічний тип гіпнабельності має наступні характеристики:

- транс розширює схильність до фантазерства, будь-яка ідея відносно світу і його трактування знаходить збочену, викривлену реалізацію;
- в картині мімічних афектів у процесі індукції трансу часто домінують негативні емоційні патерни;
- транс має онейроїдний ухил, або тривожно-фобічний;
- в різних випадках індукція трансу або ускладнена, або необхідні специфічні форми трансової індукції;
- трансові постефекти можуть мати негативний емоційний ухил і загострюють негативну психотерапевтичну динаміку.

Маніакально-депресивний профіль особистості. Якщо ми розглядаємо МД ПАО, то слід відмітити, що чергування легких маній і депресій сублімується соціальним контекстом. Тобто, і та, і інша фази можуть бути для людини соціально продуктивними.

Для гіпнотерапії, на нашу думку, найбільш сприятливим є час – це інтерфаза, де пацієнти, за нашими спостереженнями демонструють слабкий чи середній рівень гіпнабельності. Демонструють тільки деякі гіпнотичні феномени: каталепсію руки, левітацію руки, моторний аналоговий сигналінг. В маніакальній чи депресивній фазах пацієнти або не входять в трансовий стан взагалі, або гіпнабельні на низькому рівні.

Оцінка гіпнабельності профіля: малий чи середній рівень гіпнабельності.

МД тип гіпнабельності має наступні характеристики.

Доцільно розрізняти різні ефекти у випадку індукції трансу під час маніакальної і депресивної фаз.

Маніакальна фаза:

- транс середньої глибини;
- виключно позитивно орієнтований за змістом;
- завжди задоволеність трансовим процесом;

- завжди задоволеність короткостроковою психотерапевтичною динамікою.

Депресивна фаза:

- транс малої чи середньої глибини;
- частіше негативно орієнтований за змістом;
- незадоволеність трансним процесом.

Таблиця 1 відображає поляризацію типів ПАО.

Таблиця 1

Таблиця типів патопсихологічних акцентів особистості

Шизоїдний акцент	Психопатичний акцент	Шизофренічний акцент
Істероїдний акцент		Параноїдний акцент
МД акцент	ОК акцент	Епілептоїдний акцент

Істероїдний – параноїдний типи.

Дана пара є протилежністю за більшістю психологічних і фізіологічних критеріїв. Істероїд гіпергіпнабельний, а параноїд майже не гіпнабельний.

Психопатичний – obsесивно-компульсивний типи.

Психопатичний не здатен переживати почуття провини і сорому, а поведінка obsесивно-компульсивного, навпаки, обумовлена майже виключно цими почуттями.

Шизоїдний – епілептоїдний типи.

Шизоїд емоційно холодний, закритий, раціоналістичний, не схильний до алкоголізму та наркоманії, не любить рухливості. Епілептоїд емоційно гарячий, такий, що живе відчуттями тіла, ірраціональний, такий, що любить рух.

Шизофренічний – маніакально-депресивний типи.

В процесі проявів ознак шизофренічного типу ПАО ми спостерігаємо постійний внутрішній нерозв'язуваний конфлікт і амбівалентність емоційну, вольову та інтелектуальну. В маніакально-депресивному типі ПАО внутрішня амбівалентність як би розділяється на різні часові відрізки і переживається не одночасно, а послідовно.

Використовуючи вищеописану модель профілювання пацієнта за восьмима типами патологічних акцентів особистості, ми виявили, що з великою ймовірністю ефективно визначається його здатність до заглиблення в трансний стан, ефективність трасової роботи, очікуваність відтворення тих чи інших трансних феноменів.

ПСИХОСОМАТИЧНА ТРАНСФОРМАЦІЙНА ГРА «ШЛЯХ ДО ФІЛОСОФСЬКОГО КАМЕНЮ» ТА ЇЇ ВПЛИВ НА ЕФЕКТИВНІСТЬ ФУНКЦІОНУВАННЯ ТІЛЕСНОГО Я

Хомуленко Т.Б.

Якісне функціонування тілесного Я є засобом актуалізації життєвої стратегії благополуччя. Слід зазначити, що якісне функціонування тілесного Я характеризується не через психосоматичні симптоми, а через психосоматичні феномени нормального функціонування (ПСФНФ). Вони пов'язані з активністю когнітивної та емоційно-ціннісної сфер, яка має відношення до тілесної інформації і забезпечує конструктивний варіант змісту тілесного Я. Такий варіант сприяє нормальному функціонуванню організму в цілому за умови:

- повноти та якості змісту когнітивного компоненту тілесного Я;
- позитивності та адекватності емоційно-ціннісного компоненту;
- рефлексивної саморегуляції тілесного [14].

Цілісне уявлення про тілесне Я на думку Т. Леві з позицій культурно-історичного підходу дає можливість виділити його структурні компоненти, охарактеризувати рівні функціонування та визначити вектори розвитку [8]. До основних надбань культурно-історичного підходу відноситься характеристика вищих форм функціонування психічного, які відрізняються знаково-символічним опосередкуванням довільної саморегуляції за Л. Виготським [3]. Застосування засад культурно-історичного підходу до характеристики тілесного Я дало нам можливість виділити дві групи ПСФНФ базового рівня, які забезпечують можливість розгортання опосередкованої саморегуляції та діалогу з тілесним Я як ПСФНФ метарівня, механізм якого є механізмом рефлексивної саморегуляції [15].

Перша група ПСФНФ базового рівня складає емоційно-ціннісний компонент тілесного Я, який представлений якостями, пов'язаними з відношенням до свого тіла (зацікавленість, спокій, турбота, дружнелюбність, захищеність, впевненість).

Друга група ПСФНФ базового рівня складає когнітивний компонент тілесного Я, представлений здатностями до:

- аналізу, розширення та інтеграції тілесного досвіду;

- концентрації на інтрацептивних відчуттях та їх вербалізації;
- маніпуляції з образом тіла та його інтегрованість і диференційованість;
- асоціативного мислення по відношенню до тілесної інформації;
- символізації тілесної інформації ;
- раціональних рішень щодо пов'язаних з тілом проблемних ситуацій;
- імагінації загалом і стосовно тілесного [14].

Імагінативна здатність, з одного боку, є складовою когнітивного компоненту тілесного Я, тобто ПСФНФ базового рівня, з іншого боку, у механізмі своєї реалізації містить діалогічні ознаки. Тобто, імагінація може реалізовуватись у формі діалогу (в тому числі діалогу свідомого і безсвідомого), а діалог з тілесним Я може реалізовуватись у формі імагінації.

На думку Б. Дорст та Р. Фогеля, незалежно від відмінностей у поглядах на явище активної уяви, спільним у більшості авторів є те, що активна уява полягає у здатності генерувати образи і зв'язуватися з ними. На їх думку, *дослідження такої здатності може бути засобом наукової операціоналізації психотерапії* з юнгіанською методологією та засобом визначення міри ментального здоров'я [1].

Юнгіанські ідеї про активну уяву та культурно-історичні ідеї Л. Виготського [3] про інтеріоризацію як механізм розвитку вищих психічних функцій та знаково-символічне опосередкування їх саморегуляції знайшли своє відображення в методиці розвитку тілесного Я – ПАВА [14]. ПАВА є аббревіатурою назв етапів методики: персоніфікація, асоціації, візуалізація, аналогізація. Методика спрямована на розвиток здатності до внутрішнього діалогу з тілесним Я шляхом сприяння:

- його інтеріоризації;
- інтерналізації локусу-контролю тілесного;
- інтрацепції (регулюється те, що відчувається);
- імагінації.

Слід зазначити, що недоліком програм психологічного супроводу з розвитку й психокорекції є те, що вони потребують включення до них початкового мотивувального етапу, що збільшує їх тривалість. Вирішити таку проблему дозволяє застосування сучасних засобів ігротерапії [6], таких як трансформаційні ігри (Т-ігри), що за принципом побудови мають потужний мотивувальний потенціал.

Д. Майерс підкреслює, що Т-ігри захоплюють, підвищують рівень групового збудження, поряд з так званою ігровою відповідальністю, підвищують реактивність у ситуації гри [7].

Дієвість Т-гри забезпечує також «ефект Зейгарник» – ефект незавершеної дії та ефект очікування [12], який може викликати відчуття наближення успіху у досягненні мети. Крім того, за рахунок умов гри, опір учасників послаблюється і активується внутрішня мотивація за рахунок ефектів поля (К. Левін) [4].

Як підкреслює відома спеціалістка з юнгіанської психотерапії Дж. Ходоров, «Символічна гра активізує функцію психіки по створенню образів, яка допомагає нам установити контакт із самим собою, а вивільнені фантазії змінюють майбутнє» [13, с. 141].

Аналізуючи змістовні характеристики гри, слід зазначити, що до деякої міри, гра завжди символічна, отже така, що сприяє вищим формам функціонування психіки. Такий розвивальний потенціал гри виходить із сутнісної характеристики символу. Поєднання культурно-історичного та мета- когнітивного підходу дає можливість стверджувати, що символ це – вид репрезентації когнітивної карти світу особистості, що:

- є інформацією, закодованою у вигляді умовних знаків образної чи абстрактної форми, яка забезпечує доступ до конгломерату культурно-історичного досвіду;
- служить каркасом для об'єднання особистісних смислів з явищами дійсності, які актуалізували їх;
- бере участь у створенні смислових моделей реальності, завдяки співвіднесенню її феноменів зі змістом індивідуального чи групового, свідомого чи несвідомого досвіду переживань [11].

Історія застосування Т- ігор в психологічній практиці починається з першої психотерапевтичної Т-гри «Пори року», яка була створена відомим танатотерапевтом В. Баскаковим [2]. Проте, деякі принципи побудови та функціонування трансформаційних ігор були відомі єгипетським жрецям, буддистським та даоським монахам понад тисячу років тому.

Сучасні Т-ігри мають ряд спільних рис і характеризуються наступним.

Т-гра – є різновидом групових ігор, яка орієнтована на знаходження оптимальних шляхів, рішень в складних ситуаціях та значимих векторах

активності, спрямована на роботу з особистими запитами щодо досягнення цілей учасників в умовах змодельованого середовища та символічного розгортання сюжету або ритуалу.

У Т-грі відображаються суб'єктивні (психологічні, особистісні, міжособистісні, світоглядні, сенсожиттєві), а не об'єктивні категорії.

У грі, за переконанням Л. Ретюнських [9], в результаті зустрічі звичайного, об'єктивного та ігрового світів формується суб'єктивна реальність, через яку учасник створює свою ігрову історію та інтерпретує події на шляху гри. Оскільки в ігровий процес вбудована особиста мета, цей світ суб'єктивної реальності стає проявленням.

Аналіз відомих Т-ігор дає можливість стверджувати, що проходячи етапи Т-гри людина набуває нового досвіду:

- аналізу ресурсів та обмежень;
- ресурсного використання символів;
- інтерпретації метафор;
- прийомів використання візуалізацій;
- вербалізації внутрішніх подій.

В результаті відбувається перебудова внутрішньої картини світу і самої системи внутрішнього простору. Крім того, учасник отримує зворотній зв'язок від внутрішньої реальності, що дає можливість скорегувати власний спосіб дій. Метою Т-гри є:

- створення умов для екологічної діагностики паттернів та сценаріїв своєї поведінки, власних установок та переконань як причин поточної ситуації;
- пошук таких моделей взаємодії із зовнішнім світом та векторів розгортання змісту внутрішнього світу, які сприяють успіху у досягненні цілей та прагнень. При реалізації мети Т-гри важливим є створення таких умов для завершення гри, які забезпечують у учасників рефлексію того, що здійснено та запуск значних особистісних трансформацій.

Враховуючи можливості Т-гри для реалізації розвивальних, психокорекційних та психотерапевтичних цілей і недостатність науково операціоналізованих, коректно апробованих та верифікованих Т-ігор із психосоматичною спрямованістю актуальними виявляються науково-методичні розробки зазначеного формату.

Метою роботи була експериментальна розробка та емпіричний порівняльний аналіз ефективності психосоматичної Т-гри (ПСТГ) «Шлях до Філософського Каменю».

Методи дослідження.

1. ПСТГ «Шлях до Філософського Каменю», основна експериментальна методика сприяння розвитку тілесного Я.
2. ПАВА – додаткова методика сприяння розвитку тілесного Я для порівняльного аналізу ефективності ПСТГ.
3. Діагностичні методики:
 - «Вербалізація тілесного Я»;
 - «Здатність до імагінації».
4. Методи математичної статистики. Перевірка ефективності впровадження Т-гри відбувалась із застосуванням дисперсійного аналізу для повторних вимірювань. Всі розрахунки здійснювались за допомогою програми Statistics 6.0.

1. Опис методики «ПСТГ «Шлях до Філософського Каменю». Гра – це форма здійснення діяльності чи поведінки, яка відрізняється полімотивацією (поєднанням інтересу до процесу і результату) їх суб'єкта, засобами символізації, інтерактивності, дивергентності і проявляється в ієрархічній реалізації імітативної, рольової, змагальної та маніпулятивної функцій [10]. Методика передбачає цілеспрямований вплив на особливості функціонування тілесного Я та сприяння процесу індивідуації за рахунок:

- а) активізації імагінації, внутрішньої уваги, інтрацепції, символізації, трансцендентної функції психіки;
- б) актуалізації внутрішнього діалога з тілесним Я, інтернального локусу контролю за тілом, пізнавальної активності, спрямованої на архетипічні структури, пов'язані з символікою цілісності;
- в) каталізації синхроній і проєкцій, як матеріалу для усвідомлення та досягнення почуття інтегрованості.

2. Для порівняльного аналізу ефективності Т-гри використовувалась методика розвитку тілесного Я – ПАВА.

I етап методики передбачає застосування активної уяви у реалізації внутрішнього діалогу, який застосовується у відповідності з послідовністю інтеріоризації: спочатку діалог за типом «Я – інший», «Я – частина Я».

Цей етап сприяє диференціації інтрацепції, здатності до її вербалізації, інтегрованості образу тіла, інтернальності контролю за тілом.

На II етапі методики здійснюється діалог із самим собою, із залученням асоціативного мислення, яке дає основу для визначення символіки тілесних сигналів (симптомів). В результаті отримуємо зворотній зв'язок на користь інтернального локусу контролю відносно тілесних подій.

III етап, із застосуванням візуалізації, актуалізує регуляцію тілесних наслідків, вчинків чи подій в житті людини.

Завершальний етап передбачає застосування аналогії для розуміння тілесного сигналу (симптому), як символічного послання безсвідомого через тіло. На цьому етапі актуалізується внутрішній діалог, оснований на зворотному зв'язку не через відчуття та переживання, а через символи. Тоді стає можливою регуляція, спрямована на причину тілесної події [14].

3. Для оцінки динаміки імагінативних можливостей досліджуваних використовувалась «Експериментально-інтроспективна методика дослідження здатності до імагінації» Т. Хомуленко, К. Родіної [17], яка дозволяє визначити низький, середній та високий рівні цієї здатності. Для оцінки динаміки психосоматичної компетентності використовувалась методика «Вербалізація тілесного Я» Т. Хомуленко, В. Крамченкової [16], яка дозволяє виміряти систему здатностей когнітивного компоненту тілесного Я, що пов'язана із прийняттям свого тіла, як складової цілісного організму, та обумовлює саморегуляцію засновану на досвіді застосування внутрішнього діалогу з тілесним Я.

4. Методи математичної статистики. Ефективність впровадження Т-гри перевірялась із застосуванням дисперсійного аналізу для повторних вимірювань. З цією метою було сформовано три експериментальних та одну контрольну групи. Перша експериментальна група (ЕГ1, 24 особи) піддавалась розвивальному впливу методики ПАВА, друга експериментальна група (ЕГ2, 24 особи) – Т-гри «Шлях до Філософського Каменю», третя (ЕГ3, 24 особи) – комплексному впливу методики ПАВА та Т-гри «Шлях до Філософського Каменю». Контрольну групи склали також 24 досліджуваних. Дослідження проводилось впродовж 3 місяців, протягом яких було реалізовано серію з трьох послідовних Т-ігор (одна гра – раз у місяць) з групами ЕГ2 та ЕГ3.

Результати досліджень.

1. Об'єктом моделювання гри є етапи актуалізації Архетипу Самості, алхімічною метафорою якого є «Шлях до Філософського Каменю». Засобами актуалізації цього процесу в грі є: активація імагінації, концентрація на внутрішніх відчуттях, каталізація синхроній та проекцій, метафоризація тіла, вербалізація внутрішніх відчуттів і переживань. Середовище гри – алхімічна лабораторія, в якій від 4 до 8 алхіміків (учасників) під керівництвом магістра (ведучого) ідуть шляхом створення Філософського Каменю.

Етапи гри – нігрето (чорний), альбедо (білий), цитринітас (жовтий), рубедо (червоний) – є назвами етапів алхімічного процесу, етапів актуалізації Архетипа Самості та етапів психотерапевтичного процесу в юнгіанській термінології. За сценарієм гра схожа на ритуал. Ритуал – це сукупність встановлених звичаєм ролей та дій, які об'єднані традиційними життєвими ситуаціями і викликають зміну стану свідомості [14]. Кожен, хто його проходить – отримує «Панацею», засоби отримання ресурсних станів та інсайти щодо обмежень на шляху до мети. Процес розгортання гри є рухом гравців від статусу алхіміка-неофіта (початківця) до статусу алхіміка-адепта (того, що отримав «Панацею») спочатку по клітинах внутрішнього кола (символ душі), а потім по клітинах зовнішнього квадрата (символ тіла), створюючи «квадратуру кола» – символ Філософського Каменю і метафора психосоматичної єдності.

Перед початком реалізації основних етапів важливе місце у грі посідає підготовчий етап, на якому гравці, по-перше, здійснюють вибір однієї з 8 ролей Алхіміка, аналізуючи свій свідомий і випадковий вибір. Вісім ролей виділяються, ґрунтуючись на культурно-історичному змісті символіки архетипа Алхіміка, який включає прагнення, пов'язані з творінням, трансформацією, інтеграцією, пізнанням, здоров'ям, золотом. Зазначені прагнення входять до переліку векторів активності людини на різних етапах її становлення з урахуванням культурно-історичної ситуації її життєіснування.

У гру учасник входить з роллю, яка є остаточним вибором і зміст якої конкретизується особистою метою (запитом) і символікою обраного каменя, який виконує функцією фішки (піріт, лазуріт, амазоніт, флюорит, бірюза, місячний камінь, нефрит, танзаніт).

По-друге, підготовка до основної частини гри передбачає:

— знайомство з символікою послідовності процесу пошуку Філософського Каменю, яка відображена в десяти психотерапевтичних юнгіанських картах «Rosarium Philosophorum»;

— оволодіння прийомами активної уяви з опорою на зміст цих карт «Rosarium Philosophorum», які гравець обирає як такі, що містять ресурс та симптом гравця. Ці карти та їх вибір піддається обговоренню та рефлексії. Гравець відповідає на запитання, що активізують імагінацію, зокрема: які асоціації викликає і що символізує обрана карта? З ким би ти хотів(-ла) поговорити? Хто це? Що ти хотів(-ла) би запитати? Що тобі відповіли?

— усвідомлення того, на якому етапі реалізації мети у своєму житті знаходиться гравець, що визначається мірою співпадання особистого розкладу послідовності «Rosarium Philosophorum» з правильною послідовністю.

На етапі Нігредо актуальним є стан «Профана», існування якого обумовлене неусвідомленими установками, які є не тільки обмеженнями у досягненні мети, але і причинами хвороб. Осмислення неусвідомлених обмежень дає можливість перейти на наступний етап. В якості формулювань обмежень використані матеріали древніх даоських текстів, присвячених проблемам психосоматики, здоров'я і хвороби, єдності душі і тіла, які містяться в колоді карт «Обмеження Профана». На цьому етапі обговорення спрямовано на активізацію імагінації, інтеграцію досвіду, усвідомлення причинно-наслідкових зв'язків зовнішнього та внутрішнього простору, каталізацію синхроній та проекцій, деталізацію засобів досягнення мети. Це досягається шляхом обговорення таких питань: Як ти розумієш ці обмеження? Як це може завадити на шляху до мети? Яка частина тебе каже «ні» цьому обмеженню? Хто це? Спитай чому? Поясни йому. Чи хочеш ти почути думку інших? Що, з того що я хочу сказати іншим, я маю сказати собі?

На наступному етапі гри (Альбедо) актуальним є стан внутрішнього споглядання. На цьому етапі гри починається рух (який задає жереб – білий кубик) по клітинах кола, на яких розположені 12 абстрактних архетипічних символів, споглядання яких з активацією візуальної, аудіальної та кінестетичної модальності дає можливість вийти за допомогою колоди «Сила та Мудрість води» на стани, які аналізуються як ресурсні і обговорюються як такі, що сприяють досягненню мети.

Після проходження гравців по колу, на етапі Цитринітас актуальним є процес усвідомлення ресурсів. За допомогою жереба гравці отримують від 1 до 6 з 21 карт колоди «Поради від Даоса», які сприяють усвідомленням для підтримки «Шляху» (до мети, до Філософського Каменю, життя, Самості). Кожна із порад коментується гравцями у зв'язку з метою і обговорюється за бажанням з іншими.

На етапі Рубедо актуальним є процес інтеграції. На цьому етапі починається рух по клітинах зовнішнього квадрата, символом якого є «квадратура кола» – метафора єдності душі і тіла. По квадратурі розміщені п'ять органів розподільників енергії «ци» – печінка, серце, нирки, легені, селезінка та тимус. Останні клітки по чергово заповнюються гравцями з колоди «Органи» випадково витягнутою картою (однією з 18).

Робота гравця з органом передбачає систему дій. Перші три дії – підготовчі (ідентифікація, візуалізація, афірмація), четверта – основна, спрямована на психологізацію органа, частини чи підсистеми тіла за допомогою аналізу ресурсів і обмежень, які містяться в тілесній метафорі (колода «Метафори органів»).

На завершенні гри кожен учасник отримує «Панацею» (відповідна колода карт) – що містить патерни дій, які є ресурсами, що забезпечують досягнення індивідуальної мети та є запорукою здоров'я.

На етапі рефлексії учасники гри мають визначитись у ресурсних станах (медитативність, безбентежність, впевненість, натхнення, зацікавленість, уважність, мрійливість, приплив енергії, розслабленість, передчуття, емоційний підйом, відчуття свободи, інтелектуальний підйом, спрямованість, спокій, відчуття шляху), які актуалізувалися в грі та інсайтах, які були отримані.

2. Розглянемо результати дослідження показників психосоматичної компетентності (здатності до вербалізації тілесного Я) у досліджуваних експериментальних та контрольній групі (рис. 1-4).

Виявлено позитивний вплив розвивального комплексу, що містив методику ПАВА та Т-гру «Шлях до Філософського Каменю», який позначився на більш вираженій позитивній динаміці показників здатності до вербалізації тілесного Я у студентів (рис. 1).

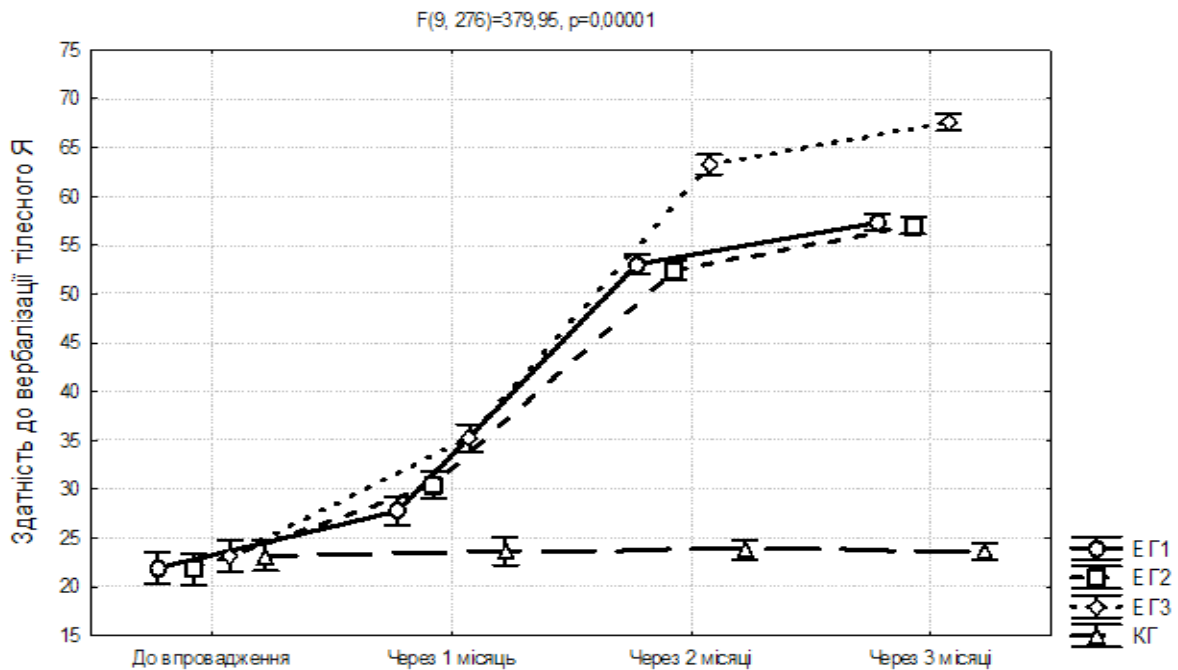


Рис. 1. Динаміка показників здатності до вербалізації тілесного Я протягом впровадження серії розвивальних впливів.

На рис. 2 показано позитивну динаміку показників валентності вербалізації тілесного Я у досліджуваних експериментальних груп у порівнянні з контрольною.

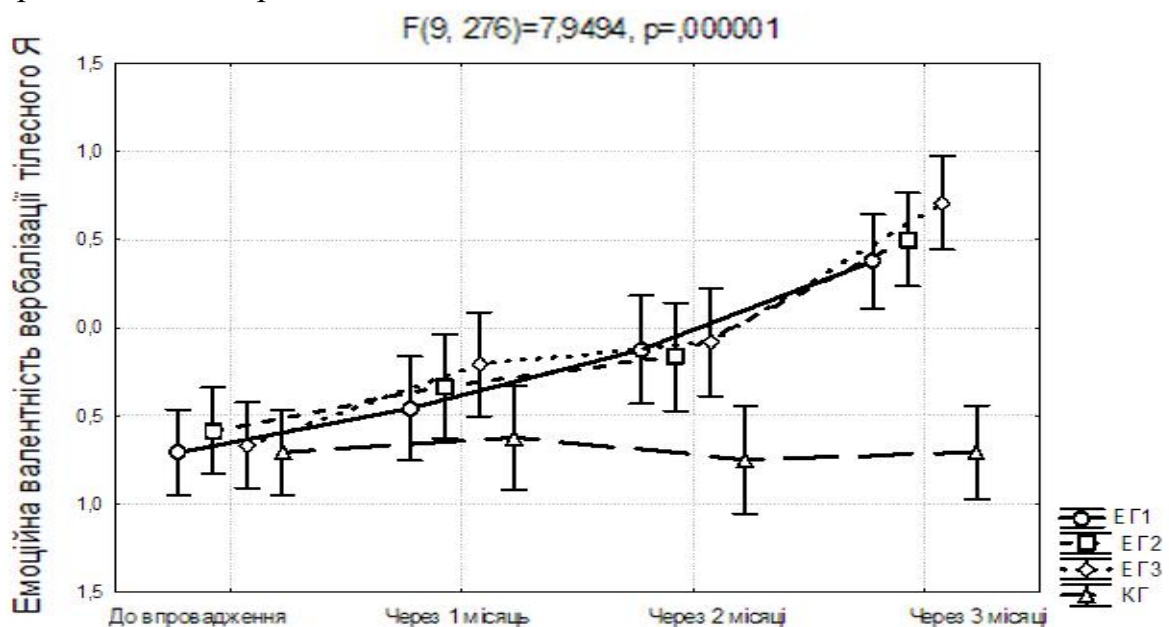


Рис. 2. Динаміка показників валентності вербалізації тілесного Я протягом впровадження серії розвивальних впливів.

Слід зазначити, що як і для загального показника здатності до вербалізації тілесного Я, так і для показників валентності вербалізації,

позитивна динаміка є більш вираженою в експериментальній групі, яка зазнала комплексного впливу методики ПАВА та Т-гри. Отже, студенти, які зазнали позитивних психотерапевтичних впливів за методикою ПАВА та Т-грою «Шлях до Філософського каменю», вже після другої Т-гри почали більш позитивно ставитись до власного тіла.

На рис. 3 показано динаміку показників здатності до імагінації у студентів протягом реалізації серії розвивальних впливів.

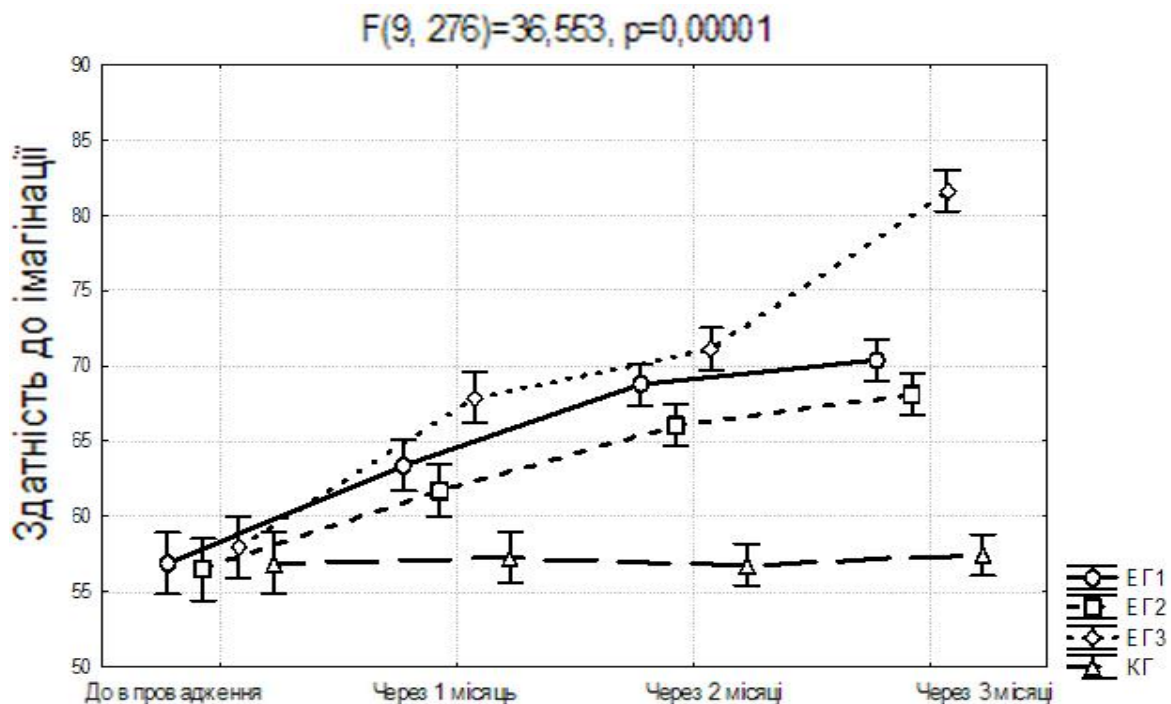


Рис. 3. Динаміка показників здатності до імагінації протягом впровадження серії розвивальних впливів

Визначено, що показники здатності до імагінації у студентів, які підлягали окремо або впливу методики ПАВА, або серії Т-ігор, планомірно підвищувались протягом реалізації розвивальних впливів, втім комплексний вплив обох методик спричинив більш виражені зрушення після 3 місяців реалізації розвивальної програми, що припадає на проходження усіх етапів методики ПАВА та серії з трьох Т-ігор.

Висновки.

Ефективність методики «Психосоматична трансформаційна гра «Шлях до Філософського Каменю»» доведено позитивною динамікою показників здатності до вербалізації тілесного Я, валентності ставлення до тілесного Я та здатності до імагінації. Комплексне застосування методики розвитку тілесного Я ПАВА та методики «Психосоматична трансформаційна гра

«Шлях до Філософського Каменю» є найбільш продуктивним психотерапевтичним впливом на тілесне Я у порівнянні із застосуванням цих методик окремо.

2. Розроблена методика «Психосоматична трансформаційна гра «Шлях до Філософського Каменю», спрямована на сприяння процесу індивідуалізації та гармонізацію функціонування тілесного Я. Психологічними механізмами впливу, які задіяні у грі є активізація імагінації, внутрішньої уваги, інтраценції, символізації, трансцендентної функції психіки; актуалізація внутрішнього діалога з тілесним Я, інтернального локусу контролю за тілом, пізнавальної активності, спрямованої на архетипічні структури, пов'язані з символікою цілісності; каталізація синхроній і проекцій, як матеріалу для усвідомлення та досягнення почуття інтегрованості.

Список використаних джерел

1. Активное воображение. Юнгианский подход / под. ред. Б. Дорст, Р. Фогеля. – Х.: «Гуманитарный центр», 2016. – 200 с.
2. Баскаков В. Ю. Танатотерапия: теоретические основы и практическое применение / В. Ю. Баскаков – М.: «Институт Общегуманитарных Исследований», 2007 – 176 с.
3. Выготский Л. С. История развития высших психических функций / Л. С. Выготский. – М.: «Юрайт», 2018. – 359 с.
4. Левин К. Теория поля в социальных науках / К. Левин. – СПб.: «Сенсор», 2000. – 368 с.
5. Лейнер Х. Кататимное переживание образов: Основная ступень; Введение в психотерапию с использованием техники сновидений наяву / Х. Лейнер. – М.: «Эйдос», 1996. – 253 с.
6. Лэндрет Г. Л. Новые направления в игровой терапии: Проблемы, процесс и особые популяции / Г. Л. Лэндрет. – М.: «Когито-Центр», 2007. – 479 с.
7. Майерс Д. Социальная психология. / Д. Майерс. – 7-е издание. – СПб.: «Питер», 2002. – 1314 с.
8. Психология телесности между душой и телом / под. ред. В. П. Зинченко, Т. С. Леви. – М.: АСТ: АСТ МОСКВА, 2007. – 732 с.
9. Ретюнских Л. Т. Философия игры. / Л. Т. Ретюнских – М.: «Вузовская книга», 2002. – 256 с.
10. Хомуленко Т. Б. Ігрові засоби в психотехнологіях психосоматики / Т. Б. Хомуленко // Харківський осінній марафон психотехнологій: матеріали наук.-практ. Конференції. – Харків: «Діса плюс», 2017. – С. 125

11. Хомуленко Т. Б. Символізація в психотехнологіях психосоматики / Т. Б. Хомуленко // Харківський осінній марафон психотехнологій: матеріали наук.-практ. Конференції. – Харків: «Діса плюс», 2017. – С. 125-126.
12. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения. Психология мотивации достижения / Х. Хекхаузен. – Санкт-Петербург: Речь, 2001. – 256 с.
13. Ходоров Дж. Танцевальная терапия и глубинная психология : движущее воображение / Дж. Ходоров. – Москва: «Когито-Центр», 2009. – 221 с.
14. Хомуленко Т. Б. Психотехнології саморегуляції тілесного / Т. Б. Хомуленко. – Харків: «Діса плюс», 2017. – 44 с.
15. Хомуленко Т. Б., Василенко Я. О., Коваленко М. В. Психосоматичний підхід у проблематиці психології розвитку: теоретичні та прикладні аспекти / Т. Б. Хомуленко, Я. О. Василенко, М. В. Коваленко // Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди. Психологія. Вип.49. – Х.: ХНПУ, 2014. – С. 176-192.
16. Хомуленко Т. Б., Крамченкова В. О. Методика проективної діагностики тілесного Я / Т. Б. Хомуленко, В. О. Крамченкова // Науковий вісник ХДУ. Серія «Психологічні науки». – Х.:ХДУ, 2016. – Т. 2. - №5. – С. 39-45.
17. Хомуленко Т. Б., Родіна К. М. Роль імагінації у функціонуванні інтрацептивної чутливості особистості в юнацькому віці / Т. Б. Хомуленко, К. М. Родіна // Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди. Психологія. Вип.56. – Х.: ХНПУ, 2017. – С. 269-283.
18. Юнг К.Г Психология и алхимия / К.Г. Юнг. – М.: «АСТ», 2008. – 603 с.

4.9

ПСИХОЛОГІЧНІ УМОВИ ТА ТЕХНОЛОГІЇ ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ЩОДО ХАРЧОВОЇ ПОВЕДІНКИ

Шебанова В. І.

Масштаби і темпи поширення проблемної харчової поведінки (ХП) та її наслідків у вигляді порушень ваги загрожують фізичному та моральному здоров'ю підростаючого покоління, а також соціальній стабільності українського суспільства у найближчій соціальній перспективі.

На сьогодні в Україні не існує єдиної програми первинної профілактики щодо відхилень харчової поведінки серед контингенту різних верств населення. Саме тому, створення концептуальних основ цілеспря-

мованого формування здоров'язбережувальної компетентності щодо харчової поведінки (ЗЗК щодо ХП) має особливу актуальність, тому що в подальшому це дозволить запобігти розвитку проблемної харчової поведінки.

Кожна людина впродовж усього свого життя перебуває в універсумі культури¹³, що існує не тільки у людській пам'яті, але й у певних культурних текстах, котрі мають знаковий характер. До культурних текстів як сукупності артефактів, відносять не тільки штучно створені людиною предмети, але й народжені нею думки, винайдені та використані людиною засоби та способи дії тощо. Так, українські дослідники Є. Подольська, В. Лихвар, К. Іванова зазначають, що «культура містить не тільки те, що знаходиться поза людиною, але й зміни, які вона здійснює в самій собі, в своєму тілі, в своїй душі, у власній фізичній та духовній зовнішності [5, с. 6].

Подібну думку висловлює Т. Суходуб, яка зазначає, що сучасна культура «сама стає текстом, здатним формувати певний духовно-соціальний простір людського буття. Вона перестає бути освітянською «енциклопедією» та є здатністю оволодіння власною життєдіяльністю [13, с. 224]. З цього випливає два важливих моменти: 1) особистість (у позабіологічному розумінні) поза культурою не існує; 2) культурні тексти поза особистістю як носієм смислового контексту текстів також втрачають притаманний для них сенс та значущість. Отже, культура, з одного боку, є тим фактором, що формує (зумовлює перетворення людської істоти в особистість), з іншого – не існує поза межами людського сприйняття та усвідомлення. При цьому суб'єкт завжди спрямований на ту субкультуру (як частку культури), яку він оцінює для себе як найкориснішу у своїй повсякденності задля продовження тривалості життя, збереження привабливості, омолодження тощо. За таких умов культурні тексти щодо різноманітних аспектів харчування входять у свідомість суб'єкта у формі певних поведінкових настанов та починають регулювати його життя, приписуючи за якими принципами та правилами йому діяти. Іншими словами, саме інтеріоризація, тобто засвоєння індивідом певних культурних цінностей, ідей, вірувань, символів, норм щодо

¹³ Ми базувалися на інформаційно-семіотичному розумінні культури, що акцентує увагу на функціонуванні інформаційних процесів, які здійснюються в знаковій формі. Серед багатьох існуючих визначень культури найбільш близькими до нашого дослідження є визначення психологічного спрямування та нормативного типу (за типологією А. Кребера та К. Клакхона).

харчування відтворює культуру харчової поведінки, а отже, є необхідною умовою її існування. Виходячи з цього харчова поведінка є сукупністю різноманітних видів діяльності, а саме діяльністю, що безпосередньо пов'язана з прийомом їжі; діяльністю щодо позбавлення негативних наслідків перекручених патернів ХП (уявних та реальних порушень тілесності), зокрема, надмірно низької або надлишкової ваги та ожиріння; діяльністю щодо організації харчування.

Визнаючи культуру харчової поведінки (КХП) як частину загальної культури – на перетині культури здоров'я, поведінки, здорового способу життя та харчування, ми погоджуємося з думкою А. Флієр, що індивід стосовно культури, одночасно перебуває у чотирьох іпостасях: 1) як продукт культури, 2) як споживач культури, 3) як творець культури, 4) як транслятор культури [15, с. 127-131]. Із цього випливає, що опановуючи будь-яку частину культури, наприклад, культуру поведінки, здоров'я, харчування тощо, у центрі уваги суб'єкта опиняються не тільки матеріальні і духовні надбання людства (певні цінності, смисли, символи, еталони, зразки поведінки, притаманні референтній групі, котрі складають зовнішню форму існування культури), але й внутрішня діяльність, що спрямована на перетворення власної тілесності – вроджених і надбаних особливостей та форм поведінки згідно з особистісною індивідуальною метою та значущими для людини цінностями. Ми поділяємо думку О. Гук, яка зазначає, що «центром культурної діяльності є людина, яка робить вибір – культивувати чи ні, і якщо культивувати, то що» [3, с. 175].

Аналізуючи різноманітні визначення, близькі до поняття культура харчової поведінки (культура здоров'я, культура здорового способу життя, культура харчування, культура поведінки, культура рефлексивної поведінки), вважаємо, що всіх їх об'єднують такі спільні параметри як ставлення, знання та готовність до дії щодо таких «об'єктів» як здоров'я, здорове (раціональне) харчування, норма, зразки поведінки.

Однак, незважаючи на безліч рекомендацій та правил культури щодо харчування, кількість людей з різноманітними варіантами перекручених патернів харчової поведінки (субклінічного та клінічного рівня) та їх негативних наслідків на рівні тіла у формі порушень ваги та ожиріння, останнім часом значно збільшилася.

Збільшення кількості зареєстрованих випадків надлишкової ваги і ожиріння (як негативних наслідків незбалансованого харчування та харчової поведінки), клінічних розладів ХП (анорексії, булімії, компульсивного переїдання) ми пов'язуємо: а) з побутуванням серед населення недостовірної, навіть *небезпечної інформації щодо харчування та ХП* як культурних текстів (що є часткою культури сучасного українського суспільства), що створюють певну культурну орієнтацію у вигляді соціальних установок; б) з низьким рівнем сформованості здоров'я-збережувальної компетентності¹⁴ з питань харчування та харчової поведінки.

Враховуючи, що пріоритетним напрямом нової державної політики є спрямованість на збереження, зміцнення та відновлення здоров'я населення у масштабах країни, то дослідження з **формування культури харчової поведінки** у різних груп населення як частини культури здоров'я та базової основи здоров'я є актуальним завданням у межах цього глобального напрямку.

Віддаючи належне всім дослідникам, які розглядали проблему харчової поведінки та харчування з різних аспектів наукового знання, вважаємо, що на сучасному етапі розвитку науки є необхідність в інтеграції поглядів на означену проблему. Реальним підґрунтям для такого підходу вважаємо наявність різноманітних культурних текстів щодо харчування та ХП як дискурсів, що формують розмаїття культурної зорієнтованості (соціальних настанов щодо ХП). Але у разі засвоєння культурних текстів певного змісту щодо харчування та ХП вони вже набувають характер *суб'єктної орієнтації, що регулює поведінку на основі внутрішнього ставлення, набутих знань та сформованих вмінь і навичок*. Підтвердженням цього є зростання кількості прихильників руйнівних систем харчування як певних субкультур щодо особливостей харчування, харчової вибірконості та стильових особливостей ХП. «Харчовий екстремізм» – ось як можна охарактеризувати сучасну ситуацію щодо розповсюдження моди на різноманітні експрес-дієти та системи харчування, що шкодять здоров'ю своїх адептів.

¹⁴ «Здоров'язбережувальна компетентність» розглядається як інтегральна якість особистості, яка визначає здатність суб'єкта самостійно застосовувати здоров'язбережувальні компетенції (ставлення, знання, уміння та навички) в умовах конкретної життєвої або навчальної ситуації на користь збереження і зміцнення здоров'я (за О. Савченко, Т. Бойченко, Н. Коваль, Т. Федорченко та ін.) [11; 12; 14].

Крім цього, культурні тексти сьогодення прямо та/або опосередковано формують соціальні установки щодо зовнішніх еталонів тіла, які за визначенням ВООЗ також є факторами ризику, що спричиняють розвиток розладів харчової поведінки (таких як анорексія, булімія) та порушень ваги [24]. Зокрема, до факторів ризику, з одного боку, відносять гламуризацію худорлявості, що активно культивується в суспільстві через ЗМІ, як символ досконалого тіла та соціального статусу (фінансового успіху, популярності, влади, престижу тощо), а з іншого – соціальну дискримінацію щодо дітей і підлітків, які мають надлишкову вагу та ожиріння (через величезний соціальний тиск щодо еталонів зовнішності, образливу критику, знущання, залякування тощо, що може одночасно бути як причиною, так і наслідками порушення ваги та ожиріння).

Вважаємо, що суттєво змінити негативне становище до означеної вище проблематики можливо за рахунок **формування культури харчової поведінки з позицій компетентнісного підходу**. Під поняттям «компетентнісний підхід» більшість науковців (Т. Андрющенко, М. Головань, О. Савченко, Т. Бойченко, Н. Коваль та ін.) розуміють формування та розвиток базових (провідних, основних, ключових) компетенцій особистості, результатом чого є сформована загальна компетентність, що є сукупністю всіх ключових компетенцій [1; 2; 12; 13]. Отже, виходячи зі специфіки тематики нашого дослідження, вважаємо, що **формування культури харчової поведінки можливо здійснити через формування здоров'язбережувальної компетентності щодо харчової поведінки (ЗЗК щодо ХП)**. На нашу думку, означена компетентність є одночасно культурною зорієнтованістю особистості з питань ХП та індивідуальним ресурсом особистості щодо вибору варіанту життя. Таке поєднання уможливорює: а) реальне підвищення особистісної відповідальності за власне здоров'я, на що спрямовують державні документи останніх років [6; 7; 8; 9; 10]; б) реальну оптимізацію стану здоров'я населення загалом, як соціального ресурсу соціальної цінності та капіталу держави.

У нашому дослідженні ми спиралися на сучасне інформаційно-семіотичне розуміння культури, як сукупності інформаційних процесів у межах соціокультурної комунікації, які здійснюються в знаково-символічній формі (за Є. Подольською та соавт.) [5].

Водночас нам близькі погляди Т. Парсонсона, який, спираючись на теорію загальних властивостей живих та неживих систем, розглядав культурну систему як сукупність взаємопов'язаних між собою компонентів (*цінностей, смислів, символів, норм*) що є складовою цілісної системи людської дії¹⁵ [4].

Виходячи з цього, ми приєднуємося до розуміння культурної орієнтації в широкому аспекті, у межах якого поведінка особистості, окрім внутрішніх механізмів саморегуляції також зумовлюється фактором зовнішнього впливу з боку суспільства або окремих субкультур через соціальні установки, що формують спрямованість індивіда на засвоєння артефактів певного культурного змісту, орієнтують на певні наміри та готовність діяти певним чином.

Але у разі засвоєння (інтеріоризації) таких субкультурних орієнтацій щодо ХП, вони набувають характеру внутрішніх смислових орієнтирів (*цінностей, символів, норм*), що регулюють поведінку, зокрема зумовлюють конкретні стереотипи ХП та інші поведінкові патерни щодо впливу на власну тілесність. Інакше кажучи, засвоєні субкультурні орієнтації щодо ХП, у певному розумінні, є призмою, крізь яку особистість сприймає новий інформаційний матеріал щодо ХП та власної тілесності.

Розвиваючи означену позицію щодо особистості з проблемною ХП, вважаємо, що саме актуалізація соціальних настанов та психологічних настанов щодо ХП зумовлює свідомий чи неусвідомлюваний вибір стратегій харчової поведінки під час прийому їжі; цінності та смисли щодо їжі та зовнішнього вигляду власної тілесності, визначають вибір тієї або іншої системи харчування. Отже, перетинання означених ціннісно-смислових орієнтирів щодо їжі, ХП та зовнішнього вигляду власної тілесності в їх нерозривному взаємозв'язку детермінує спрямованість суб'єкта на певні норми (правила, стандарти, зразки поведінки) та критерії оцінювання, котрими він керується, коли опиняється в ситуаціях повсякденної життєдіяльності щодо вибору та споживання їжі, зокрема, вибору продуктів, способів обробки та приготування страв, режиму харчування, стильових особливостей харчової поведінки тощо.

¹⁵ На відміну від автора, ми надаємо перевагу терміну «поведінка», тому що у центрі нашої уваги окрім смислосмістовного та смислоутворюючого порядку продуктів людської дії є саме фізичний та психологічний аспект харчової поведінки суб'єкта.

До небезпечних культурних текстів у вигляді сумнівної та недостовірної інформації щодо харчування і ХП ми відносимо різноманітні експрес- та монодієти, артефакти під виглядом «чудотворних» пристроїв, біодобавок та інших засобів, що начебто дозволяють регулювати вагу й схуднути за короткий термін і без докладання «зайвих» зусиль. До інформації подібного ґатунку ми відносимо і такі системи харчування та такі варіанти життя, що часто призводять до фіксації здоров'яруйнуючих стратегій ХП (неадекватних, патологічних патернів ХП), знесилення та різноманітних порушень здоров'я на тлі незбалансованого харчування. Подібна інформація, на жаль, є часткою сучасних культурних текстів, які знаходять своїх адептів. Прикладом особливо небезпечних варіантів життя вважаємо дотримання та пропагування жорсткого систематичного обмеження в їжі (навіть до повної відмови від неї) у субкультурі «анорексиків», «веганів», «сироїдів», «сонцеїдів», «праноїдів» тощо. Подібні думки ми зустрічаємо в інших сучасних наукових дослідженнях (А. Вахмістров, Н. Ковальова, К. Лобін, О. Марков, Н. Ніколаєва, О. Салміна-Хвостова та ін.), у яких наголошується, що *порушення ХП починаються із захоплення дієтами, як спроби особистості відповідати культурально встановленим еталонам фізичної форми або як намагання контролювати ХП*, що надалі цілком захоплює індивіда, підкорює все його життя та набуває форму адиктивної залежності. Втрата гнучкості та акцентуїзованість на певних стратегіях харчової поведінки (відповідно до субкультури харчування) зумовлює розширення простору ризику та появу несприятливих наслідків у формі субклінічних і клінічних розладів харчової поведінки (що докладно розглянуто у статті [19]). Зважаючи на зростання кількості таких адептів та значущості адекватної харчової поведінки як складової загального здоров'я особистості, перед фахівцями постає необхідність:

а) розроблення концептуальних основ з формування культури ХП та їхнє впровадження через створення міжгалузевих програм (на основі мультидисциплінарного підходу), завдання яких спрямовано на формування здоров'язбережувальної компетентності щодо харчової поведінки як суб'єктної культурної зорієнтованості з питань ХП. Остання передбачає формування спрямованості на засвоєння культурних текстів,

що несуть ідею раціонального харчування та адекватної ХП, орієнтацію на відповідні наміри та готовність діяти певним чином;

б) удосконалення наявних профілактичних і реабілітаційних заходів, спрямованих на оформлення життєвого простору особистості, зокрема, оптимізацію моделі формування компетентності з питань харчування та харчової поведінки;

в) впровадження заходів для своєчасного виявлення перекручених патернів ХП з метою запобігання інвалідизації дитячого населення внаслідок розладів ХП, порушень ваги та ожиріння;

г) створення мультидисциплінарних бригад, які повинні залучати фахівців з різних сфер наукового знання (як у сфері психічного здоров'я, так і з інших галузей – медиків різних спеціалізацій, соціологів, педагогів, духівництво) з метою надання системної допомоги родинам, що виховують дітей з проблемною ХП у спектрі «переїдання-відмова від їжі» та їх негативних наслідків на рівні тіла – порушень ваги та ожиріння (що було презентовано нами у публікаціях [23; 24]).

Таким чином, задля припинення розповсюдження псевдокультури у вигляді небезпечних культурних текстів щодо ХП, що спрямовують на незбалансоване, неповноцінне харчування та неадекватні стратегії ХП, необхідно сформувати такі внутрішні настанови (суб'єктні цінності, смисли та норми), що здатні не тільки зорієнтувати особистість у розмаїтті культурних текстів щодо ХП, але й *сформувати здоров'язберезувальну компетентність як індивідуальний ресурс особистості*.

Вважаємо, що формування здоров'язберезувальної компетентності щодо ХП, це у певному розумінні, формування «захисного бар'єру» особистості, підвищення її «стійкості» до тих провокувальних чинників, що можуть детермінувати ініціацію розладів ХП як хвороби. Як захисний бар'єр ми розглядаємо, по-перше, компетентність, як індивідуальну якість особистості, яка виконує функцію продуктивного захисту щодо здоров'я на рівні окремої особистості; по-друге – компетентність, як соціальну установку (культурну орієнтацію) на здорове харчування, що є ефективною системою захисту та протидією соціуму щодо популяризації культурних текстів, які під гаслами оздоровлення, зцілення та омолодження пропагують неадекватні системи харчування та патерни ХП, що непоправно шкодять здоров'ю особистості.

Вважаємо, що це дозволить сформувати ціннісне ставлення та вмотивованість на здорове харчування (*ціннісний та емоційно-мотиваційний аспект ЗЗК*), активну цілеспрямовану діяльність щодо закріплення відповідних навичок та самостійного свідомого вибору адекватної ХП як варіанту життя (*поведінковий аспект ЗЗК*).

На нашу думку, формування ЗЗК щодо ХП за сутністю процесу є формуванням суб'єктної орієнтації, що спрямовує на засвоєння (інтеріоризацію) культурних еталонів щодо здорового харчування і адекватної харчової поведінки та уможлиблює розв'язання низки проблем:

- а) збереження, зміцнення та відновлення здоров'я кожного окремого індивіда, а отже, всього населення України у просторі всіх рівнів здоров'я (соматичного, психічного, соціального і духовного);
- б) запобігання поширенню перекручених, неадекватних, патологічних стратегій ХП, що є головною ознакою маніфестації різноманітних розладів ХП у спектрі «переїдання – обмеження в їжі».

У цьому контексті особливої актуальності набуває *профілактика різноманітних порушень тілесності* – перекручених патернів харчової поведінки (субклінічних порушень ХП), клінічних розладів ХП (анорексії, булімії, компульсивного переїдання), надлишкової ваги та ожиріння як негативних наслідків незбалансованого харчування та неадекватних патернів ХП.

Базовою основою профілактики ми вважаємо *формування суб'єктної зорієнтованості на здорову ХП*, тому що саме адекватна харчова поведінка стає вагомим фактором оптимального функціонування людини, а отже індивідуального та соціального здоров'я. Ідеться про *формування культури харчової поведінки*, у певному сенсі «моди на здорове харчування», яку можна розглядати складником загальної культури здоров'я та загальної здоров'язбережувальної компетентності, а отже, індивідуального ресурсу особистості та суцільної системи управління людськими (стратегічними) ресурсами України.

Виходячи із вищезазначеного, можемо стверджувати, що перед нами постає завдання створення та обґрунтування теоретичного конструкту / концепту здоров'язбережувальної компетентності щодо ХП як культурної та суб'єктної орієнтації (інструмента, фільтра, призми) засвоєння культури ХП та рефлексивної культури (як особистісної культури пов'язаної з поняттям рефлексивної здібності).

Для того, щоб побудувати концепт здоров'язбережувальної компетентності щодо ХП, необхідно визначитись з наступними моментами: 1) як ми розуміємо поняття «культура ХП», 2) як ми розуміємо поняття «здоров'язбережувальна компетентність ХП», 3) як ми уявляємо умови формування та розвитку здоров'язбережувальної компетентності щодо ХП.

Визначаючи поняття «культура ХП», ми спиралися на розуміння культури з позицій інформаційно-семіотичного підходу. Спираючись на позиції означеного підходу, ми розглядаємо *культуру харчової поведінки* як надбіологічну програму колективної людської діяльності / життєдіяльності, що має ціннісно-смисловий, знаково-символічний та нормативно-регулятивний зміст щодо організації харчування, стратегій харчової поведінки, зумовлених свідомими та підсвідомими ставленнями суб'єктів до їжі, до себе (зокрема, до образу власної тілесності) та до значущих Інших. Зауважимо, що такий підхід вимагає розглядати різноманітні культурні тексти щодо організації харчування, особливостей прийому їжі та індивідуальних стратегій харчової поведінки з урахуванням сукупності соціально-психологічних настанов, цінностей і зразків поведінки як окремих індивідів, так і референтних груп щодо їх відносин з їжею.

Зважаючи на вищевикладене, ми розглядаємо *культуру здорової харчової поведінки* як системоутворюючий чинник, що визначається сукупністю суспільно визнаних культурних текстів щодо раціонального харчування та адекватної харчової поведінки, як сукупності здоров'язбережувальних компетенцій, що дозволять зберегти, зміцнити та відновити здоров'я.

Теоретичний конструкт «*здоров'язбережувальна компетентність щодо ХП*» ми розглядаємо як інтегративне утворення особистості, що спрямовує її на здорову (адекватну, раціональну, гармонійну) харчову поведінку. ЗЗК щодо ХП включає у свою структуру не тільки відповідну *систему знань* з організації здорового харчування і адекватної ХП, але й *систему вмінь*, що включає вміння визначати психологічні смисли їжі у власних стратегіях поведінки; вміння розбиратися в розмаїтті інформації щодо систем та стилів харчування та *систему ставлення* (ціннісний та емоційно-мотиваційний аспект щодо оптимальної ХП та здоров'я в

цілому), що детермінує готовність здійснювати певні дії (*поведінковий аспект*), спрямовані на вирішення різноманітних проблемних ситуацій, що провокують викривлення харчових патернів (наприклад, у ситуаціях харчового насилля, стресу, хвороби тощо).

Іншими словами, здоров'язбережувальна компетентність щодо ХП уявляється нам складним утворенням, що одночасно надає чітку зорієнтованість з питань ХП та є індивідуальним ресурсом особистості, це дозволяє їй орієнтуватися у колі визначених питань при вирішенні різноманітних життєвих завдань повсякденності. При цьому відзначимо, що культурні орієнтації щодо ХП та щодо еталонів зовнішнього вигляду тіла є результатом взаємодії суб'єкта та культури. З цього випливає, що вони формуються та змінюються впродовж усього життя. Це відбувається під впливом процесів соціалізації та інтеріоризації, навчання та виховання, самонавчання та самовиховання, а отже, як стихійно (безпосередньо в процесі повсякденних життєвих практик), так і організовано через різноманітні засоби або канали трансляції культури – освіту, виховання, ЗМІ (що було розглянуто нами у статтях [16; 17; 18; 19; 20]).

Сутність та структура ЗЗК щодо ХП обумовлюють її різноманітні *функції* – інтеграційну, орієнтаційну, регулятивну, оздоровчо-реабілітаційну, гедоністичну та інші. Найголовнішою серед них ми вважаємо інтеграційну функцію, що полягає у створенні чіткої внутрішньої суб'єктивної «системи координат» щодо харчування. У просторі цієї «системи координат» суб'єкт здатний не тільки сприймати та оцінювати зміст певних культурних текстів з питань харчування, але й діяти у напрямі відтворення адекватних харчових стратегій під час прийому їжі. Окрім цього, інтеграційна функція (через поширення мережі смислових зв'язків) також дозволяє звести в єдину інтегративну систему власний досвід особистості, її індивідуальні властивості, внутрішню суб'єктивну «систему координат» та зовнішні культурні тексти щодо харчування, харчової поведінки та здоров'я в цілому. Інакше кажучи, інтеграційна функція забезпечує гармонічну єдність елементів свідомості через сприймання і розуміння харчування та ХП не в координатах фізичного простору й часу, а у біо-психо-соціо-духовному вимірі.

ЗЗК щодо ХП як культурна орієнтація задає змістові орієнтири на здорове харчування та гармонійну харчову поведінку через певні культурні тексти, що спрямовують індивіда на засвоєння відповідних цінностей, смислів, символів та норм. Серед багатьох аспектів, пов'язаних з харчуванням та стильовими особливостями ХП, найважливішими, ми вважаємо, обізнаність з наступних питань:

- а) корисність-шкідливість тих чи інших харчових продуктів, полуфабрикатів, готових кулінарних виробів тощо; способи обробки продуктів та технології приготування їжі, що сприяють збереженню корисності харчових продуктів, кращому засвоєнню їжі та забезпечують профілактику щодо певних захворювань;
- б) вплив національних і родинних харчових традицій, правил подачі страв та інших приписів щодо організації харчування; культурно-гігієнічних навичок та правил поведінки в ситуації приготування та споживання їжі;
- в) вплив суб'єктивного ставлення до їжі та врахування: психологічних смислів їжі, розмаїття спонукальних причин щодо початку та закінчення прийому їжі, зосередженості на процесі споживання їжі задля можливості відчувати задоволення від їжі; вплив суб'єктивного ставлення до харчування як сукупності дій, що власно складають адекватну ХП та зумовлюють оптимальний режим харчування (кількість прийомів їжі, об'єм, темп споживання їжі);
- г) здорового/збалансованого раціону харчування та питного режиму задля оптимального функціонування тілесності; властивостей різних продуктів та їх впливу на організм; параметри вибору харчових продуктів та умови їхнього збереження;
- д) особливостей харчування задля підтримки здоров'я в період кризи, хвороби та інших стресових ситуацій; профілактики захворювань та відновлення після хвороби (профілактичний та оздоровчо-реабілітаційний аспект харчування);
- е) особливостей харчування дітей різного віку, вагітних, людей похилого віку та інших специфічних категорій;
- ж) чинників виникнення аліментарних хвороб внаслідок тривалої нестачі певних нутрієнтів і мікроелементів та негативних наслідків незбалансованого харчування (експрес- та монодіет, регулярного або циклічного застосування стратегій поведінки, спрямованих на обмеження в їжі або на переїдання).

Вважаємо, що обізнаність з означених орієнтирів надасть можливість підвищити толерантність особистості до небезпечних культурних текстів щодо ХП та деструктивного впливу мікро- та макросередовища. Вочевидь, формування здоров'язбережувальної компетентності щодо ХП – це організована діяльність, яка має на меті інтеграцію зовнішнього і внутрішнього та може надати особистості можливість не тільки вільного, але й відповідального вибору щодо організації власної ХП у будь-яких ситуаціях повсякденної життєдіяльності.

Підсумовуючи вищевикладене, доходимо висновку, що *«здоров'язбережувальна компетентність щодо ХП»* зумовлена змістом і функціями раціонального харчування та гармонійної ХП і передбачає низку компетенцій щодо ХП – *ставлення, знання та готовність діяти певним чином щодо об'єкту спрямування.*

Люди як носії культури, маючи потребу в упорядкуванні таких важливих сфер свого повсякденного життя як «харчування», «харчова поведінка», «здоровий спосіб життя», «здоров'я» тощо, зберігають, відтворюють, транслиують та навіть створюють нові норми, принципи та правила. При цьому цілком зрозуміло, що *культурні тексти засвоюється індивідом не в повному обсязі, а вибірково.* На нашу думку, такою призмою або фільтром, що зумовлює вибірковість сприймання змісту різноманітних культурних текстів щодо харчування, стильових особливостей харчової поведінки, варіанту життя та здоров'я, є культурна орієнтація, що спрямовує особистість на ті чи інші культурні еталони (у певному розумінні, на субкультуру). Спрямування на ту чи іншу субкультуру щодо ХП одночасно передбачає *знання та ставлення* до неї (відповідає когнітивному, ціннісному, емоційно-мотиваційному компонентам індивідуального досвіду). Саме ставлення зумовлює особливості діяльності (*поведінкових стратегій*), спрямованої на засвоєння та відтворення субкультури, до якої тяжіє суб'єкт. Сьогодення нашої культури щодо харчування характеризується розмаїттям культурних текстів, що регулюють життя індивідів у сфері здоров'я тілесності, здорового способу життя, харчування та стильових особливостей харчової поведінки, зокрема: «вегани», «качки», «сумоїсти» «товстуни», «солнцеїди», «праноїди», «орторексики», «аскети», «анорексики», «сироїди» тощо. Виходячи з

певних норм обраної субкультури щодо харчування та ХП суб'єкти створюють взаємодію між «собою та їжею», а також між собою та Іншими.

Отже, при дослідженні особливостей засвоєння культурних текстів щодо харчової поведінки постає питання щодо особливостей суб'єктної зорієнтованості або спрямованості суб'єкта на засвоєння певного змісту культурних текстів. Зазначене зумовлює наступні значущі та доречні питання: Чому серед розмаїття текстів щодо систем харчування та стратегій харчової поведінки перевага надається саме певному культурному змісту, і часто, навіть шкідливому для здоров'я? Чому засвоюється саме «це», а не щось інше? Чому один й той самий зміст (інформація) породжує різні ефекти – різні стратегії поведінки? Чому хтось може докорінно змінити свої попередні життєві погляди лише під впливом поодинокого життєвого прикладу або окремих висловлювань з боку оточення (як приклад нагадаємо ініціацію анорексичної поведінки), а інші – до цього толерантні? І, нарешті, чому, незважаючи на розмаїття наукової і публіцистичної літератури та TV-передач, що пропагують цінності, принципи, норми здорового харчування та адекватної ХП, вони залишаються «чужими», тобто не інтеріоризуються та не стають внутрішніми переконаннями для значущої частини населення?

Своєю чергою, саме внаслідок індивідуальної спрямованості суб'єкта на засвоєння певного культурного змісту та суб'єктивної інтерпретації індивіда певні системи харчування або «норми харчування» сприймаються і визнаються суб'єктом, а інші – ні; певні стилі харчування визнаються як «найправильніші», інші – ні; більш того, окремі індивіди не тільки не поділяють загальновизнані цінності (сім'ї, референтної групи, суспільства), зокрема щодо здорового харчування, але й повсякчас їх порушують. Але, безумовно, що існування субкультури не можливе без людей. Інакше кажучи, жодної культури чи субкультури поза людською свідомістю не існує. Отже, необхідною умовою існування тієї чи іншої субкультури («анорексиків», «веганів», «праноїдів» тощо) є засвоєння індивідом її цінностей, смислів, норм тощо. На нашу думку, процес такого засвоєння субкультури індивідами відбувається саме через систему притаманних індивіду культурних орієнтацій. Такі культурні орієнтації, з одного боку, є необхідною передумовою засвоєння субкультури, а з іншого – результатом такого засвоєння. Це може здаватися парадоксальним. Але якщо аналізувати

особистість у контексті процесів формування та розвитку, тобто в динаміці її життєвого шляху, то цей парадокс нівелюється. Зокрема, у процесі засвоєння особистістю культурних текстів можна виокремити кілька етапів: а) етап стихійного засвоєння в процесі безпосередньої життєдіяльності, виховання та соціальної взаємодії; б) етап формування певних уподобань щодо тих чи інших культурних орієнтацій на основі вже сформованих смаків та інтересів (тяжіння до певної субкультури); в) подальше засвоєння культурних текстів через сформовані уподобання.

При визначенні специфіки ЗЗК щодо ХП, зважаючи на інформаційно-семіотичну природу культурної орієнтації як надбіологічної програми поведінки, окрім орієнтації на *зміст* необхідно також враховувати *канали*, через які транслюється зміст та *способи* засвоєння змісту (види і форми культурної практики).

З огляду на вищезазначене, формування ЗЗК щодо ХП ми розглядаємо як ефективну систему профілактичних заходів з метою попередження різноманітних порушень ХП (субклінічного та клінічного рівня), негативних наслідків перекручених патернів ХП на тілесному рівні (порушень ваги та ожиріння). Безумовно, що така діяльність потребує систематичної та наполегливої роботи, мета якої спрямована: а) на допомогу особистості зорієнтуватися в розмаїтті сучасних культурних текстів щодо систем харчування, «адекватності – неадекватності» харчової поведінки тощо; б) на надання ефективної допомоги тим, хто має намір відмовитися від перекручених патернів харчової поведінки (як шкідливих, хворобливих харчових звичок) та дотримуватися принципів здорового харчування (як основи здорового способу, стилю та варіанту життя), але має певні труднощі на цьому шляху відновлення та реабілітації ХП. Це надасть змогу суттєво збільшити кількість дітей, підлітків, молоді та інших категорій населення, здатних, з одного боку свідомо дотримуватися принципів адекватної харчової поведінки та здорового харчування, а з іншого – втілювати різноманітні способи саморегуляції (основи гармонійної тілесності) задля суттєвого підвищення відчуття задоволення від себе та життя в цілому.

На нашу думку, оптимізація інформаційного супроводу щодо ХП є складником культури здоров'я населення і повинна охоплювати усі вікові групи населення – від дошкільників до людей похилого віку (через

дошкільні навчально-виховні заклади та інші освітні установи різного рівня акредитації, в т.ч. позашкільні заклади за типом спортивно-оздоровчих, культурно-освітніх клубів здорового образу життя, шкіл правильного харчування, соціальної реабілітації тощо). Ця задача саме у теперішній час є вельми актуальною, оскільки, у загальній чисельності українського соціуму постійно зростає частка осіб похилого віку. З цього випливає необхідність формування у індивідів пенсійного та зрілого віку такої стратегії повсякденного життя – стратегії активного довголіття, що дозволить кожному окремому індивіду максимально подовжити не тільки тривалість життя, але і здатність до соціальної активності (як можливості самореалізувати себе у різноманітних видах діяльності, навчати та виховувати молодь, передавати свій професійний та життєвий досвід тощо) та здатність отримувати задоволення від свого повноцінного життя.

На вказану проблему вже звернула увагу держава, сформулювавши певні орієнтири у пакеті документів [6; 7; 8; 9; 10]. Серед багатьох реформ та програм розвитку держави в Стратегії запропоновано «Програму здорового способу життя та довголіття», індикатором реалізації якої стане підвищення середньої очікуваної тривалості життя в країні та його якості¹⁶. Одним із стратегічних завдань, окреслених у програмі є розробка проекту «Україна 80+», мета якого спрямована на збільшення тривалості здорового життя до 80 років і більше. Проект містить алгоритм і тактику збереження соціального здоров'я населення, зокрема, через зниження смертності від тяжких захворювань та створення у соціумі сприятливого життєвого простору. Але задля реалізації цього важливого проекту, на нашу думку, *необхідно створити певні психологічні та соціально-педагогічні умови, що дозволять значущо підвищити здоров'язбережувальну компетентність особистості, бо саме вона сприятиме підвищенню індивідуальних можливостей щодо активного довголіття (до оптимального функціонування за максимальної тривалості життя), що є імовірним лише за умови збереження індивідуального здоров'я кожної особистості.* У

¹⁶ Згідно з Угодою про асоціацію між Україною та ЄС, якість життя у нашій країні має відповідати Копенгагенським критеріям-параметрам щодо стандартів життя.

контексті нашого дослідження під терміном «умови¹⁷», на відміну від наявних, ми розуміємо сукупність зовнішніх та внутрішніх чинників, що забезпечать ефективність і результативність процесу формування ЗЗК щодо ХП (як базової основи культури харчової поведінки).

До зовнішнього складника психологічних та соціально-педагогічних умов формування культури харчової поведінки відносимо сучасні культурні тексти – наукову інформацію та комплекс методів, форм, прийомів, засобів, спрямованих на формування обізнаності щодо:

- а) чинників, що детермінують виникнення різноманітних порушень ХП та їх негативних наслідків у контексті повсякденної життєдіяльності;
- б) здорового способу, стилю та варіанту життя, зокрема, ознайомлення з різноманітними методами, формами, прийомами, засобами оптимізації харчової поведінки, що дозволять сформувати у особистості ціннісне ставлення до здорового харчування та внутрішню мотивацію до оптимальної (адекватної) харчової поведінки як основи здоров'я та активного довголіття.

До внутрішнього складника психологічних та соціально-педагогічних умов відносимо: а) особистісну мотивацію щодо збереження найоптимальнішої фізичної форми; б) сформованість ціннісних орієнтацій та ціннісного ставлення щодо власного здоров'я в цілому та адекватної ХП зокрема; в) цілеспрямовану діяльність щодо оптимізації ХП та умов повсякденної діяльності (з метою підвищення відчуття задоволення від власної тілесності, контактування з оточуючим макро- і мікросередовищем та від життя в цілому).

Розуміючи, що ефективність формування культури ХП залежить від реалізації комплексу умов, ми вважали за необхідне визначити шляхи формування ЗЗК щодо ХП окремо для осіб, які мають різноманітні форми порушення ХП та для осіб, у яких вони відсутні.

Для формування здоров'язбережувальної компетентності щодо ХП та нормалізації харчової поведінки у осіб, які страждають на перекручені патерни ХП, нами була розроблена та апробована психокорекційна

¹⁷ Під терміном «умова» у науці розуміється: а) обстановка, у якій щось відбувається; б) обставини, від яких залежить ефективність якогось процесу; в) правила, визначені в якійсь галузі життєдіяльності; г) важливий чинник результативності, що створює саме те середовище, у якому формуються та реалізуються досліджувані явища, процеси; д) сукупність об'єктивних можливостей, змісту, форм, методів, прийомів тощо [1, с. 211].

тренінгова програма. Спираючись на теоретичні та емпіричні результати нашого дослідження вважаємо, що нормалізація харчової поведінки потребує паралельної роботи з різноманітними порушеннями тілесності, котрі зумовлюють фіксацію перекручених патернів харчової поведінки. Зазначимо, що мета, завдання, умови організації занять, основний зміст, загальні етапи роботи презентовано у публікаціях [21; 22; 24]. Наразі окреслимо сутність та зміст умов формування здоров'язбережувальної компетентності щодо ХП у осіб, які не страждають на перекручені форми ХП.

Охарактеризуємо сутність і зміст умов формування *здоров'язбережувальної компетентності щодо ХП у осіб, які не страждають на перекручені форми харчової поведінки*. На нашу думку, визначення умов формування ЗЗК щодо ХП є найголовнішим напрямом роботи у формуванні культури харчової поведінки з метою профілактики різноманітних порушень харчової поведінки та їх негативних наслідків на рівні тіла – порушень ваги та ожиріння.

Ця частина нашої роботи спрямована на визначення умов формування *здоров'язбережувальної компетентності щодо ХП* як багатокомпонентного утворення, що включає до складу:

- *ставлення* (ціннісно-мотиваційний та емоційний аспект щодо здорового харчування та адекватної ХП);
- *знання* (когнітивно-рефлексивний аспект), що базується на знаннях декларативного та процедурного генезу і формується як теоретичний та практичний досвід щодо різноманітних систем харчування, стильових стратегій ХП, стильових стратегій поведінки щодо власної зовнішності та здоров'я в цілому;
- *сформованість способів діяльності* (поведінковий аспект), що базуються на сукупності умінь і навичок, здатності та готовності до трансформацій задля нормалізації стильових стратегій ХП і стратегій поведінки щодо власної зовнішності та здоров'я в цілому.

Найважливішою умовою формування культури ХП у осіб, що не страждають на перекручені форми ХП, вважаємо *формування ціннісно-мотиваційного ставлення щодо здорової харчової поведінки як основи здорового варіанту, стилю та способу життя*. Означена умова як складова здоров'язбережувальної компетентності щодо ХП може

розглядатися як внутрішнє потенціальне психологічне новоутворення (перший вектор компетентності), що передбачає:

- а) формування установки на цінність здорової харчової поведінки як основи власного здоров'я та активного довголіття при максимальній тривалості життя;
- б) формування інтересу до проблеми збереження, зміцнення та відновлення здоров'я за рахунок нормалізації ХП та оптимізації повсякденної діяльності;
- в) формування відповідального вибору щодо варіанту життя, що сприяє тілесному здоров'ю (соматичному, психічному, соціальному та духовному);

Необхідність роботи у цьому напрямі зумовлена результатами власних досліджень та спеціальної наукової літератури (психологічного, медичного, культурологічного, соціологічного, педагогічного характеру), і дає підстави стверджувати, що готовність або неготовність дотримуватися принципів здорового харчування, оптимальних фізичних навантажень та способів емоційної саморегуляції здебільшого зумовлені ціннісними орієнтаціями та моделями поведінки, що закладаються у батьківській сім'ї.

Окрім зазначеного, зауважимо, що *до складу означеного вектору компетенції також входить емоційний досвід особистості*, оскільки у ситуаціях харчування саме емоційні враження часто виконують функцію регулювання й спрямування процесу ціннісного оцінювання, що ініціює стиль харчування. Інакше кажучи, сприйняття ситуації прийому їжі зумовлено процесом первинної оцінки їжі (її смаку, текстури, кольору тощо) та очікування певних тілесних відчуттів, які за своєю природою мають скоріше емоційний, ніж раціональний характер.

Сформованість ціннісного-мотиваційного компоненту здоров'я-збережувальної компетентності щодо ХП виявляється в особистісній зацікавленості суб'єкта та в його позитивному ставленні до збереження або відновлення найоптимальнішої фізичної форми. Наявність означеного компоненту, з одного боку, визначає внутрішню компетенцію особистості – її готовність та спрямованість на реалізацію здорового способу життєдіяльності, а з іншого – утворює основу для реалізації інших компонентів здоров'язбережувальної компетентності щодо ХП, що є запорукою особистісної активності у процесі формування культури ХП.

Другою умовою формування ЗЗК щодо ХП є когнітивно-рефлексивна компетенція. Зазначена умова одночасно є:

- а) соціально заданими вимогами щодо відповідального ставлення до свого харчування та ХП, власного здоров'я в цілому, вибору способу та стилю життя;*
- б) критеріями оцінки стильових особливостей харчової поведінки (які можна розглядати як внутрішні мотиватори розвитку ЗЗК щодо ХП на когнітивному рівні);*
- в) системою знань, що спрямовує на усвідомлення наслідків домінування перекручених стратегій ХП та надає можливість подолання стереотипів мислення і свідомої трансформації ХП відповідно до істинних потреб тілесності;*
- г) обізнаністю з питань оптимізації функціонування тілесності, що сприяє нормалізації ХП (підтримка оптимального режиму життєдіяльності за умови психічної толерантності, рухової активності, відпочинку, саморегуляції та інше, що надає можливість керування внутрішніми станами).*

Виходячи з окресленого вище, вважаємо за необхідне проведення систематичної роботи з ознайомлення дітей, підлітків, юнацтва та дорослих з широким колом питань щодо культури харчової поведінки як базової основи оптимального функціонування тілесності (відповідно до вікових та психологічних особливостей реципієнтів). Зокрема, усі учасники процесу формування ЗЗК щодо ХП мають бути обізнані з основними чинниками розвитку та перебігу:

- а) стилів харчування, вибору продуктів та уподобань щодо їжі, котрі формуються під впливом наочних моделей харчової поведінки близького оточення (батьків, інших авторитетних людей, рекламної продукції);*
- б) перекручених (хворобливих) стратегій харчової поведінки у спектрі «переїдання – обмеження в їжі» та інших життєвих навичок, що руйнують здоров'я тілесності та зумовлюють порушення ваги;*
- в) хвороб, що призводять до порушення фізичного та психічного здоров'я тілесності внаслідок домінування перекручених стратегій харчової поведінки у спектрі «переїдання – обмеження в їжі».*

Але найголовнішим напрямом роботи з формування когнітивно-рефлексивної компетенції вважаємо ознайомлення з системою знань щодо

організації раціонального, інтуїтивного, усвідомленого харчування та адаптивної ХП. Такі знання є необхідними задля оволодіння елементарними природними навичками з розпізнавання первинних сигналів тілесності (стану голоду та ситості, насолодження смаком тощо), які надають можливість ефективного регулювання відносин з їжею.

Отже, у межах формування означеної умови *система знань* (як інформаційний ресурс та комплекс уявлень) у певному сенсі створює підґрунтя індивідуального досвіду особистості з метою нормалізації ХП та ваги. Інакше кажучи, йдеться про формування *метазнання*, що розширює мережу смислових зв'язків між різноманітними знаннями (за рахунок інтеграції з новими елементами, об'єктами, явищами), сприяє переосмисленню проблемних ситуацій і набуває здатності керувати іншими знаннями задля усвідомлення та подолання стереотипів особистісного досвіду, заради вирішення більш глобальної проблеми – збереження власного здоров'я.

Реалізація формування когнітивно-рефлексивної компетенції (як умови формування ЗЗК щодо ХП) може забезпечуватися різноманітними формами групової та індивідуальної роботи в освітніх закладах різного рівня акредитації, які з одного боку, здатні охопити майже усі категорії населення, а з іншого – надавати необхідну інформацію з окресленого кола питань систематично та послідовно.

Ще однією важливою умовою формування ЗЗК щодо ХП є *сформованість способів діяльності*. Важливість цієї умови є цілком зрозумілою, тому що лише обізнаність з питань здорового харчування та адекватної ХП не зможе сформувати у суб'єкта здатність дотримуватися відповідних рекомендацій (щодо нормалізації ХП, як базової основи для підтримки найоптимальнішої фізичної форми). Йдеться про умову, що забезпечує *формування поведінкової компетенції щодо ХП* або про внутрішнє прийняття здоров'язбережувальної діяльності щодо ХП у вигляді певних настанов (установок, диспозицій, потреб), котрі стають дієвим регулятором поведінки та дозволяють дотримуватися адекватних стратегій поведінки, спрямованих на збереження здоров'я, незважаючи на будь-які зовнішні провокації. Інакше кажучи, формування третього вектору компетенції у структурі ЗЗК щодо ХП передбачає організацію

такого предметно-просторового середовища, в якому суб'єкт може застосувати набуті знання, уміння та навички у двох напрямках: 1) організації здорового харчування; 2) нормалізації ХП та ваги.

Означений вектор компетенції включає формування здатності та готовності: а) реалізовувати адекватні способи поведінки заради досягнення найоптимальнішої фізичної форми; б) застосовувати набуті знання у повсякденній діяльності (зокрема, здатності керувати виявами власної харчової поведінки у провокаційних ситуаціях, зумовлених зовнішніми стимулами – життєвих негараздів, ситуаціях спокуси, примусу тощо); в) втілювати арсенал життєвих технік (способів, стилів) повсякденної життєдіяльності, що дозволяють зберігати, підтримувати та нормалізовувати як харчову поведінку, так і здоров'я загалом.

Реалізація формування цієї умови досягається за допомогою різноманітних форм роботи – тренінгових занять, інтерактивних лекцій і семінарів з елементами рольових ігор та ін.

Підводячи підсумки, відзначимо, що на нашу думку, засвоєння та оволодіння усіма вищеописаними здоров'язбережувальними компетенціями щодо ХП, дозволяє суб'єкту набути компетентність щодо організації адекватної харчової поведінки. При цьому, *компетенція щодо ХП* – це зовнішній соціально-психологічний чинник, тому що формується шляхом інформованості про певні норми, досягнення яких свідчить про можливість оптимального вирішення певного життєвого завдання, зокрема, «нормалізацію ХП», «збереження здоров'я» тощо.

Водночас, *компетентність щодо ХП*, є внутрішнім психологічним чинником – інтегрованою якістю особистості, що надає їй можливість самостійно моделювати власну поведінку у напрямі максимального збереження здоров'я та приймати оптимальні рішення відповідно до потреб власної тілесності; брати відповідальність за свої дії щодо власного здоров'я. Отже, *здоров'язбережувальна компетентність щодо ХП* становить собою інтегративне утворення, що включає систему ставлень; систему знань; систему вмінь та навичок, які дозволяють адекватно діяти з метою нормалізації харчової поведінки та збереження здоров'я в цілому, самореалізації та успішної соціальної адаптації. Відтак в умовах сьогодення особливого значення набуває необхідність розроблення

програм, спрямованих на формування ЗЗК щодо ХП для різних груп населення (з урахуванням віку, наявності чи відсутності хворобливих патернів ХП) з метою профілактики різноманітних порушень тілесності – перекручених патернів харчової поведінки (субклінічних порушень та клінічних розладів ХП, надлишкової ваги та ожиріння (як негативних наслідків незбалансованого харчування та неадекватних патернів ХП).

Список використаних джерел

1. Андрющенко Т. Педагогічні умови формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку [Електронний ресурс] / Т. Андрющенко // Освіта регіону: політологія психологія комунікації. – Режим доступу : <http://social-science.com.ua>
2. Головань М. С. Компетенція і компетентність: досвід теорії, теорія досвіду [Електронний ресурс] / М. С. Головань // Вища освіта України. – 2008. – № 3. – С. 23-30. – Режим доступу: http://www.uabs.edu.ua/images/stories/docs/K_VM/Holovan_03.pdf.
3. Гук О. Ф. Аналіз поняття «культура поведінки» в гуманітарних науках [Електронний ресурс] / О. Ф. Гук // Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки: Зб. наук. праць. – 2012. – № 17. – С. 173-178. – Режим доступу : www.socd.univ.kiev.ua.
4. Парсонс Т. О структуре социального действия / [пер. с англ. Валентина Чеснокова] / Т. О. Парсонс. – М. : Академический Проект, 2002. – 880 с.
5. Подольська Є. А. Культура як знаково-семіотична система : Інформаційно-семіотичне розуміння культури [Електронний ресурс] / Є. А. Подольська, В. Д. Лихвар, К. А. Іванова // Культурологія. – К. : Центр навчальної літератури, 2003. – 288с. – Режим доступу: www.info-library.com.ua/books-text-51.html.
6. Про затвердження Міжгалузевої комплексної програми «Здоров'я нації» на 2002-2011 роки Кабінет Міністрів України; Постанова, Програма від 10.01.2002 № 14 (Постанова Кабінету Міністрів України). Із змінами, внесеними згідно з Постановою КМ N 1109 (1109-2011-п) від 20.10.2011
7. Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку дошкільної освіти на період до 2017 Кабінет Міністрів України; Постанова від 13.04.2011 № 629. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/629-2011>
8. Про Національну доктрину розвитку освіти Президент України; Указ, Доктрина від 17.04.2002 № 347/2002 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon5.rada>

9. Про Національну стратегію розвитку освіти в Україні на період до 2021 року Президент України; Указ, Стратегія від 25.06.2013 № 344/2013 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/344/2013>
10. Про Стратегію сталого розвитку «Україна–2020» (Указ Президента України від 12.01.2015. – № 5/2015. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon3.rada.gov>
11. Савченко О. Я. Ключові компетентності – інноваційний результат шкільної освіти / О. Я. Савченко // Рідна школа. – 2011. – № 8-9. – С. 4-8.
12. Савченко О. Я. Структурування підручника «Основи здоров'я» для учнів 1–4 класів загальноосвітніх навчальних закладів [Електронний ресурс] // Новини педагогічної науки : Проблеми сучасного підручника: Зб.наук. праць 2012. – Вип. 12. – Част. II. – 2.66. Особливості творення сучасної навчальної і науково–методичної літератури. – С. 669-676. / О. Я. Савченко, Т. Є. Бойченко, Н. С. Коваль. – Режим доступу: http://undip.org.ua/upload/iblock/15e/2_66.pdf
13. Суходуб Т. Д. Культура как текст / Т. Д. Суходуб // Уч. зап. Таврического национального ун-та им. В. И. Вернадского: Сер. Философия. Культурология. Политология. Социология. – Т. 27 (66). – 2014. – № 1-2. С. 224-234.
14. Федорченко Т. Є. Соціально-педагогічні засади профілактики девіантної поведінки школярів в умовах соціокультурного середовища : монографія / Т. Є. Федорченко // Ін-т пробл. виховання Акад. пед. наук України. – Черкаси : Чабаненко, 2009. – 357 с.
15. Флиер А. Я. Культурология для культурологов / А. Я. Флиер. – М. : Академический Проект, Екатеринбург : Деловая книга, 2002. – 492 с.
16. Шебанова В. І. Різноманітні аспекти ставлення до тіла у ході історичного й культурного розвитку соціуму / В. І. Шебанова, С. Г. Шебанова // Проблеми загальної та педагогічної психології: зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка. – К., 2012. – Т. XIV – част.1. – С. 380-386.
17. Шебанова В. І. Харчова поведінка як зв'язок між їжею та харчовою традицією / В. І. Шебанова // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г. С. Костюка / За ред. С. Д. Максименка. – Том 11. Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип.10 – К. : Фенікс, 2014. – С.485-501.
18. Шебанова В. І. Харчова поведінка людини, їжа, тілесність як феномени повсякденної реальності (частина 1) / В. І. Шебанова // Проблеми сучасної психології: Зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка /

- За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 22. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2014. – С. 720-731.
19. Шебанова В. І. Харчова поведінка людини, їжа, тілесність як феномени повсякденної реальності (частина 2) / В. І. Шебанова // Проблеми сучасної психології : зб. наук. праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / За ред. С. Д. Максименка, Л. А. Онуфрієвої. – Вип. 24. – Кам'янець-Подільський : Аксіома, 2014. – С. 717-731.
 20. Шебанова В. И. Трансформация пищевых стратегий удовольствия: от ценности сытости к нормированию / В. И. Шебанова // Психология, экономика, право. – 2014. – № 1. – С. 99-109.
 21. Шебанова В. І. Авторська програма тренінга «Нормалізації харчової поведінки «вітрило мрії» / В. І. Шебанова // Практична психологія та соціальна робота. – 2014. – №10. – С. 40-59.
 22. Шебанова В. И. Тренинг нормализации пищевого поведения: Программа психологического сопровождения на пути к свободе от переедания. Практическое руководство / В. И. Шебанова. – Херсон : ПП Вишемирский В. С., 2014. – 394 с.
 23. Шебанова В. І. Розлади харчової поведінки як криза життєдіяльності особистості (з позиції синергетичного підходу) [Електронний ресурс] / В. І. Шебанова // Психологія переживання кризових подій : матер. V Міжнар. наук-практ. конф. – Ніжин : Ніжинський державний університет імені М. Гоголя. – Режим доступу: <http://www.ndu.edu.ua>
 24. Шебанова В. І. Феноменологія харчової поведінки у континуумі «норма–патологія» : Монографія / В. І. Шебанова. – Херсон : ПП Вишемирський В.С., 2016. – 612 с.

Автори монографії

Абрамцов Рафал – доктор PhD, завідувач кафедри психології Державного педагогічного університету імені Національної комісії з питань освіти у Кракові (Польща)

Большакова Анастасія Миколаївна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Харківської державної академії культури (м. Харків, Україна)

Бреусенко-Кузнєцов Олександр Анатолійович – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри історії та теорії психоаналізу Міжнародного інституту глибинної психології (м. Київ, Україна)

Вертель Антон Вікторович – кандидат філософських наук, доцент, доцент кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка (м. Суми, Україна)

Вірна Жанна Петрівна – доктор психологічних наук, професор, декан факультету психології та соціології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки (м. Луцьк, Україна)

Гуменюк Галина Вадимівна – вчений секретар Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, кандидат психологічних наук, доцент, старший науковий співробітник лабораторії вікової психофізіології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Долинська Любов Василівна – кандидат психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології факультету філософії та суспільствознавства Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова (м. Київ, Україна)

Євдокимова Наталія Олексіївна – доктор психологічних наук, професор, проректор з наукової та міжнародної діяльності ДВНЗ «Міжнародний класичний університет імені Пилипа Орлика» (м. Миколаїв, Україна)

Єрмакова Наталія Олександрівна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка (м. Суми, Україна)

Завацький Вадим Юрійович – кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені В. Даля (м. Сєвєродонецьк, Україна)

Завацька Наталія Євгенівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології та соціальної роботи Східноукраїнського національного університету імені В. Даля (м. Сєверодонецьк, Україна)

Зливков Валерій Лаврентійович – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Карамушка Людмила Миколаївна – член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторії організаційної та соціальної психології, заступник директора з науково-організаційної роботи та міжнародних наукових зав'язків Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Карнелович Марина Михайлівна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри експериментальної і прикладної психології ЗО Гродненський державний університет імені Я. Купали (м. Гродно, Республіка Білорусь)

Карпенко Зіновія Степанівна – доктор hab., професор кафедри психології Державного педагогічного університету імені Національної комісії з питань освіти у Кракові (Польща), доктор психологічних наук, професор, професор кафедри соціальної психології та психології розвитку Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника (м. Івано-Франківськ, Україна)

Кокун Олег Матвійович – член-кореспондент НАПН України, доктор психологічних наук, професор, заступник директора з науково-інноваційної роботи Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Криничко Валерія Василівна – лікар-психотерапевт (м. Харків, Україна)

Кузікова Світлана Борисівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка (м. Суми, Україна)

Кузнецов Олексій Ігорович – кандидат психологічних наук, докторант кафедри практичної психології Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди (м. Харків, Україна)

Лукомська Світлана Олексіївна – кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Максименко Сергій Дмитрович – академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор, дійсний член Міжнародної ради психологів (США), дійсний член Європейської академії природничих наук (Німеччина), директор Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Мушкевич Мирослава Іванівна – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри практичної та клінічної психології Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки (м. Луцьк, Україна)

Ніколаєнко Сергій Олександрович – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка (м. Суми, Україна)

Орап Марина Олегівна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри психології Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка (м. Тернопіль, Україна)

Савчин Мирослав Васильович – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Дрогобицького державного педагогічного університету імені Івана Франка (м. Дрогобич, Україна)

Седих Кіра Валеріївна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка (м. Полтава, Україна)

Тімченко Олександр Володимирович – доктор психологічних наук, професор, головний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії екстремальної та кризової психології Національного університету цивільного захисту України (м. Харків, Україна)

Улунова Ганна Євгенівна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, політології та соціокультурних технологій Сумського державного університету (м. Суми, Україна)

Фільц Олександр Орестович – доктор медичних наук, професор, завідувач кафедри психіатрії та психотерапії факультету післядипломної освіти Львівського національного медичного університету імені Данила Галицького (м. Львів, Україна)

Фоменко Каріна Ігорівна – доктор психологічних наук, доцент, доцент кафедри практичної психології Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди (м. Харків, Україна)

Хомуленко Борислав Владиславович – кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології Української інженерно-педагогічної академії (м. Харків, Україна)

Хомуленко Тамара Борисівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри практичної психології Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди (м. Харків, Україна)

Швалб Юрій Михайлович – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри соціальної роботи Київського національного університету імені Тараса Шевченка, завідувач лабораторії екологічної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Шебанова Віталія Ігорівна – доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри практичної психології Херсонського державного університету (м. Херсон, Україна)

Широбоков Юрій Миколайович – кандидат психологічних наук, доцент, начальник науково-дослідної лабораторії морально-психологічного забезпечення Наукового центру Повітряних Сил Харківського національного університету Повітряних Сил імені Івана Кожедуба (м. Харків, Україна)

Щербак Тетяна Іванівна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка (м. Суми, Україна)

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Abramtsov Rafal – Grand PhD, head of department of psychology of The Pedagogical University of Cracow named after the Commission of National Education (Cracow, Poland)

Bolshakova Anastasiia M. – Grand PhD in psychological sciences, professor, head of department of psychology of Kharkiv State Academy of Culture (Kharkiv, Ukraine)

Breusenko-Kuznetsov Olexander A. – Grand PhD, assistant professor, professor of department of history and theory of psychoanalysis of International Institute of Depth psychology (Kyiv, Ukraine)

Dolynska Lyubov V. – PhD in Psychological sciences, professor, head of the department of psychology of the Faculty of philosophy and social studies of M.P. Drahomanov National Pedagogical University (Kyiv, Ukraine)

Filts Olexander O. – PhD in Medicine, professor, head of the department of psychiatry and psychotherapy of Faculty of postgraduate education of Danylo Halytsky Lviv National medical university (Lviv, Ukraine)

Fomenko Karina I. – PhD in psychological sciences, assistant professor, associate professor of practical psychology department of H.S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University (Kharkiv, Ukraine)

Humeniuk Halyna V. – academic secretary of G.S. Kostiuk Institute of Psychology of the NAPS of Ukraine, PhD in psychological sciences, assistant professor, senior scientist of the Laboratory of age psychophysiology of G.S. Kostiuk Institute of Psychology of the NAPS of Ukraine (Kyiv, Ukraine)

Karamushka Lyudmyla M. – Corresponding Member of the NAPS of Ukraine, Grand PhD in psychological sciences, professor, head of the Laboratory of organizational and social psychology, Deputy director for scientific and organizational work and International scientific relations of G.S. Kostiuk Institute of Psychology of the NAPS of Ukraine (Kyiv, Ukraine)

Karnelovych Maryna M. – PhD in psychological sciences, assistant professor, associate professor of department of experimental and applied psychology of Yanka Kupala State University of Grodno (Grodno, Belarus)

Karpenko Zinoviya S. – doctor hab., professor of department of psychology of The Pedagogical University of Cracow named after the Commission of National

Education (Poland), Grand PhD in psychological sciences, professor, professor of the department of social psychology and developmental psychology of V. Stefanyk Carpathian National University (Ivano-Frankivsk, Ukraine)

Khomulenko Boryslav V. – PhD in Psychological sciences, associate professor of department of practical psychology of Ukrainian Engineering Pedagogics Academy (Kharkiv, Ukraine)

Khomulenko Tamara B. – Grand PhD in psychological sciences, head of department of practical psychology of G. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University (Kharkiv, Ukraine)

Kokun Oleg M. – Corresponding Member of the NAPS of Ukraine, Grand PhD in psychological sciences, professor, Deputy director for scientific and innovative Work of G.S. Kostyuk Institute of psychology of the NAPS of Ukraine (Kyiv, Ukraine)

Krynychko Valeriia V. – doctor-psychotherapist (Kharkiv, Ukraine)

Kuzikova Svitlana B. – Grand PhD in psychological sciences, professor, head of department of psychology of Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko (Sumy, Ukraine)

Kuznetsov Oleksii I. – PhD in psychological sciences, doctoral student of practical psychology department of H. S. Skovoroda Kharkiv National Pedagogical University (Kharkiv, Ukraine)

Lukomska Svitlana O. – PhD in psychological sciences, Senior researcher of the Laboratory of methodology and theory of psychology of G. S. Kostyuk Institute of psychology of the NAPS of Ukraine (Kyiv, Ukraine)

Maksymenko Serhii D. – Academician of the NAPS of Ukraine, PhD in psychological sciences, professor, member of the International Council of Psychologists (USA), member of the European Academy of Natural Sciences (Germany), Director of G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the NAPS of Ukraine (Kyiv, Ukraine)

Mushkevych Myroslava I. – PhD in psychological sciences, assistant professor, head of the department of practical and clinical psychology of Lesya Ukrainka Eastern European National University (Lutsk, Ukraine)

Nikolaenko Serhii O. – PhD in psychological sciences, assistant professor, associate professor of department of psychology of Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko (Sumy, Ukraine)

Orap Maryna O. – Grand PhD in psychological sciences, professor, professor of department of psychology of Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University (Ternopil, Ukraine)

Savchyn Myroslav V. – Grand PhD in psychological sciences, professor head of department of psychology of Drohobych Ivan Franko State Pedagogical University (Drohobych, Ukraine)

Sedykh Kira V. – Grand PhD in psychological sciences, professor, head of department of psychology of V. G. Korolenko Poltava National Pedagogical University (Poltava, Ukraine)

Shcherbak Tetiana I. – PhD in psychological sciences, assistant professor, associate professor of department of psychology of Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko (Sumy, Ukraine)

Shebanova Vitaliia I. – Grand PhD in psychological sciences, assistant professor, professor of department of practical psychology of Kherson State University (Kherson, Ukraine)

Shvalb Yuri M. – Grand PhD in psychological sciences, professor, professor of department of social work of Taras Shevchenko National University of Kyiv, head of the Laboratory of Environmental Psychology of G. S. Kostiuk Institute of Psychology of the NAPS of Ukraine (Kyiv, Ukraine)

Shyrobokov Yurii M. – PhD in psychological sciences, assistant professor, head of the scientific research laboratory of moral and psychological support of Scientific Center of Air Force of Ivan Kozhedub Kharkiv University of Air Force (Kharkiv, Ukraine)

Timchenko Olexander V. – Grand PhD in psychological sciences, professor, chief scientist of research laboratory of extreme and crisis psychology of National University of Civil Protection of Ukraine (Kharkiv, Ukraine)

Ulunova Anna Y. – PhD in psychological sciences, assistant professor, associate professor of department of psychology, political science and socio-cultural technologies of Sumy State University (Sumy, Ukraine)

Vertel Anton V. – PhD in philosophical sciences, assistant professor, associate professor of department of psychology of Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko (Sumy, Ukraine)

Virna Zhanna P. – Grand PhD in psychological sciences, professor, Dean of the Faculty of psychology and sociology of Lesya Ukrainka Eastern European National University (Lutsk, Ukraine)

Yermakova Nataliia O. – PhD in psychological sciences, assistant professor, associate professor of department of psychology of Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko (Sumy, Ukraine)

Yevdokymova Nataliia O. – Grand PhD in psychological sciences, professor, Vice-rector for scientific and international activities of SHEI «Pylyp Orlyk International Classical University» (Mykolaiv, Ukraine)

Zavatska Nataliia Y. – Grand PhD in psychological sciences, professor, head of department of practical psychology and social work of V. Dahl East Ukrainian National University (Severodonetsk, Ukraine)

Zavatskyy Vadym Y. – PhD in psychological sciences, associate professor of department of practical psychology and social work of V. Dahl East Ukrainian National University (Severodonetsk, Ukraine)

Zlyvko Valery L. – PhD in Psychological sciences, assistant professor, head of the Laboratory of methodology and theory of psychology of G.S. Kostiuk Institute of Psychology of the NAPS of Ukraine (Kyiv, Ukraine)

Psychological Technologies of Effective Functioning and Development of Personality

Monograph edited by
Maksymenko Serhii D., Kuzikova Svitlana B., Zlyvko Valery L.
Third edition

The collective monograph is devoted to the actual issues of modern personology. Theoretical-methodological and applied aspects of the study of the problem of the effective functioning and development of personality in various spheres of life in conditions of social change have been highlighted in the sections of the book. Sociogenetic, psychological, spiritual factors of support of self-efficacy and vitality have been considered. The author's technologies of psychological support, counseling, rehabilitation of the person in complicated and crisis situations of life have been given. A special emphasis has been made on updating the resources of personal growth of a person in the genesis of being.

It has been addressed to specialists in psychology and its related disciplines, students, postgraduate students, general educators public.

Наукове видання

Психологічні технології ефективного функціонування та розвитку особистості

Книга 3

Монографія

За редакцією

С. Д. Максименка, С. Б. Кузікової, В. Л. Зливкова

Суми: Видавництво СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2019 р.
Свідоцтво ДК № 231 від 02.11.2000 р.

Комп'ютерна верстка – О. Б. Кузіков

Підписано до друку 27.05.2019. Формат 60х86/16.
Гарн. Times. Друк ризогр. Папір офсет.
Ум. друк. арк. 36,9. Обл.-вид. арк. 34,3.
Тираж 300 прим. Вид. № 23.

Видавництво СумДПУ імені А. С. Макаренка
40002, м. Суми, вул. Роменська, 87

Виготовлено на обладнанні СумДПУ імені А. С. Макаренка

Редактори монографії / Monograph editors



Максименко Сергій Дмитрович – академік НАПН України, доктор психологічних наук, професор, дійсний член Міжнародної ради психологів (США), дійсний член Європейської академії природничих наук (Німеччина), директор Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Maksymenko Serhii D. – Academician of the NAPS of Ukraine, PhD in psychological sciences, professor, member of the International Council of Psychologists (USA), member of the European Academy of Natural Sciences (Germany), Director of G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the NAPS of Ukraine (Kyiv, Ukraine)



Кузікова Світлана Борисівна – доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка (м. Суми, Україна)

Kuzikova Svitlana B. – Grand PhD in psychological sciences, professor, head of department of psychology of Sumy State Pedagogical University named after A.S. Makarenko (Sumy, Ukraine)



Зликов Валерій Лаврентійович – кандидат психологічних наук, доцент, завідувач лабораторії методології і теорії психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України (м. Київ, Україна)

Zlykov Valery L. – PhD in Psychological sciences, assistant professor, head of the Laboratory of methodology and theory of psychology of G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the NAPS of Ukraine (Kyiv, Ukraine)