



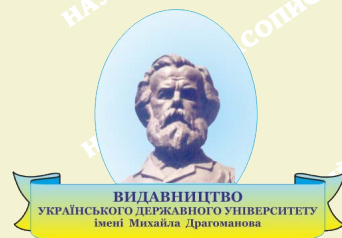
НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

**УКРАЇНСЬКОГО
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА**

СЕРІЯ 12

**ПСИХОЛОГІЧНІ
НАУКИ**

ВИПУСК 24 (69)



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

УКРАЇНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА



Серія 12

Психологічні науки

Випуск 24 (69)

Київ
2024

ФАХОВЕ ВИДАННЯ категорії «Б»
затверджено наказом Міністерства освіти і науки України
від 02.07.2020 р. № 886 (психологічні науки)
(зі змінами від 20.12.2023 р. №1543)

Національна рада України з питань телебачення і радіомовлення
Витяг з реєстру суб'єктів у сфері медіа-реєстрантів
Ідентифікатор медіа R30-01409 від 28.09.2023 р.

Схвалено рішенням Вченої ради УДУ імені Михайла Драгоманова (протокол № 11 від 27 червня 2024 р.)

Рецензенти

Шевченко Н. Ф., доктор психологічних наук, професор, Запорізький національний університет, Україна
Хомич Г. О., кандидат психологічних наук, професор, Університет Григорія Сковороди в Переяславі, Україна

Редакційна рада

Андрущенко В. П., доктор філософських наук, професор, академік НАПН України, член-кореспондент НАН України, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна (*голова Редакційної ради*)
Вернидуб Р. М., доктор філософських наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Євтух В. Б., доктор історичних наук, професор, академік НАН України, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Дробот І. І., доктор історичних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Зерницька А. А., доктор філологічних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Машько Л. І., доктор філологічних наук, професор, академік НАПН України, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Падалка О. С., доктор педагогічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Синьов В. М., доктор педагогічних наук, професор, академік НАПН України, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Торбін Г. М., доктор фізико-математичних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна (*заступник голови Редакційної ради*)

Редакційна колегія випуску:

Акіл М., кандидат психологічних наук, викладач, Фундація Ісламабадського університету, Пакістан
Булах І. С., доктор психологічних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна (*головний редактор*)
Волошина В. В., доктор психологічних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Гуляс І. А., доктор психологічних наук, доцент, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Україна
Долинська Л. В., кандидат психологічних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Журавльова Л. П., доктор психологічних наук, професор, Поліський національний університет, Україна
Зеленін В. В., кандидат психологічних наук, доцент, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Іванчук М. Г., доктор психологічних наук, професор, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Україна
Ленг А., доктор психологічних наук, доцент, Університет у Печ, Угорщина
Ліберська Г., доктор психологічних наук, професор, Інститут психології університету Казимира Великого в Бидгощі, Польща
Мозгова Г. П., доктор психологічних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Попелюшко Р. П., доктор психологічних наук, доцент, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Праченко О. К., кандидат психологічних наук, старший викладач, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна (*технічний редактор*)
Санніков О. І., доктор психологічних наук, професор, Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського», Україна
Сатова А. К., доктор психологічних наук, професор, Казахський національний педагогічний університет імені Абая, Казахстан
Ставицька С. О., доктор психологічних наук, професор, Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана, Україна
Щербак Т. І., кандидат психологічних наук, доцент, Сумський державний університет, Україна
Федоренко А. Ф., кандидат психологічних наук, доцент, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна (*відповідальний секретар*)
Федоренко Л. П., кандидат психологічних наук, доцент, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна (*технічний редактор*)
Ханецька Т. І., кандидат психологічних наук, доцент, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна (*заступник головного редактора*)

Міжнародна редакційна рада

Андрущенко Т. В., доктор політичних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Асилханова М. А., кандидат психологічних наук, професор, Казахський національний педагогічний університет імені Абая, Казахстан
Каленська-Родзай Ю., кандидат психологічних наук, ад'юнкт, Педагогічний університет у Кракові, Польща
Матвієнко О. В., доктор педагогічних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, Україна
Петрулевич Б., доктор психологічних наук, професор, Гданський медичний університет, Польща
Помиткіна Л. В., доктор психологічних наук, професор, Національний авіаційний університет, Україна
Татліліоглу К., кандидат наук з мистецтвознавства, доцент, Бінгольський університет науки і літератури, Туреччина

УДК 159.9(066)
ББК 88я54

[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24\(69\)](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24(69))

Н 34

Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки : зб. наук. праць / за наук. редакцією І. С. Булах. Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. Вип. 24 (69). 71 с.

У збірнику презентовано результати теоретичного та емпіричного дослідження актуальних питань психологічної науки, що одержані авторами статей.

Наукове видання включено до наукометричних баз і каталогів: Google Scholar, Crossref, «Наукова періодика України» в Національній бібліотеці України імені В. І. Вернадського, Наукова бібліотека Українського державного університету імені Михайла Драгоманова.

Офіційний web-сайт видання: <https://sj.npu.edu.ua/index.php/pn>

© Автори статей, 2024

© Редакційна рада, редакційна колегія і міжнародна редакційна рада, 2024

© Вид-во Українського державного університету імені Михайла Драгоманова, 2024

MINISTRY OF EDUCATION AND SCIENCE OF UKRAINE
MYKHAILO DRAGOMANOV STATE UNIVERSITY OF UKRAINE

SCIENTIFIC JOURNAL

**of MYKHAILO DRAGOMANOV
STATE UNIVERSITY OF UKRAINE**



Series 12

Psychological Sciences

Issue 24 (69)

Kyiv
2024

PROFESSIONAL PUBLICATION of Category “B”
Order of the Ministry of Education and Science of Ukraine
No. 886 of July 02, 2020 (Psychological Sciences)
(with changes No. 1543 of December 20, 2023)

The National Council of Television and Radio Broadcasting
Extract from the Register of Subjects in the Field of Media Registrants
Media Identifier R30-01409 dated of September 28, 2023

The publication is approved by the resolutions of the Scientific Boards of
Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine (protocol No. 11 dated of June 27, 2024)

Reviewers

Shevchenko N. F., Doctor of Psychological Sciences, Professor, Zaporizhzhia National University, Ukraine
Khomych H. O., PhD in Psychology, Professor, Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav, Ukraine

Editorial Council

Andrushchenko V. P., Doctor of Sciences in Philosophy, Professor, Academic of NAPS of Ukraine, Corresponding Member of NAS of Ukraine, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine (*Head of Editorial Council*)
Vernyudub R. M., Doctor of Sciences in Philosophy, Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Yevtukh V. B., Doctor of Sciences in History, Professor, Academic of NAS of Ukraine, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Drobot I. I., Doctor of Sciences in History, Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Zernetska A. A., Doctor of Sciences in Philology, Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Matsko L. I., Doctor of Sciences in Philology, Professor, Academic of NAPS of Ukraine, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Padalka O. S., Doctor of Sciences in Pedagogy, Professor, Corresponding Member of NAPS of Ukraine, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Syniov V. M., Doctor of Sciences in Pedagogy, Professor, Academic of NAPS of Ukraine, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Torbin H. M., Doctor of Sciences in Physics and Mathematics, Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine (*Deputy Head of Editorial Council*)
Shut M. I., Doctor of Sciences in Physics and Mathematics, Professor, Academic of NAPS of Ukraine, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine

Editorial Board of Series

Aqeel M., PhD in Psychology, lecturer, Foundation University Islamabad, Pakistan
Bulakh I. S., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine (*Editor-in-chief*)
Voloshyna V. V., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Hulias I. A., Doctor of Sciences in Psychology, Associate Professor, Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University, Ukraine
Dolynska L. V., PhD in Psychology, Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Zhuravlova L. P., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Polissia National University, Ukraine
Zasiekina L. V., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Lesya Ukrainka Volyn National University, Ukraine
Zelenin V. V., PhD in Psychology, Assistant Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Ivanchuk M. H., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University, Ukraine
Lang A., Doctor of Sciences in Psychology, Associate Professor, University of Pecs, Hungary
Liberska H., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Kazimierz Wielki University, Poland
Mozgova H. P., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Popeliushko R. P., Doctor of Sciences in Psychology, Associate Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Prachenko O. K., PhD in Psychology, Associate Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine (*Technical Editor*)
Sannikov O. I., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, South Ukrainian National Pedagogical Ushynsky University, Ukraine
Satova A. K., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Abai Kazakh National Pedagogical University, Kazakhstan
Stavytska S. O., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Kyiv National Economic University named after Vadym Hetman, Ukraine
Shcherbak T. I., PhD in Psychology, Associate Professor, Sumy State University, Ukraine
Fedorenko A. F., PhD in Psychology, Associate Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine (*Responsible Secretary*)
Fedorenko L. P., PhD in Psychology, Associate Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine (*Technical Editor*)
Khanetska T. I., PhD in Psychology, Associate Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine (*Managing Editor*)

International Editorial Council

Andrushchenko T. V., Doctor of Sciences in Politology, Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Asylkhanova M. A., PhD in Psychology, Professor, Abai Kazakh National Pedagogical University, Kazakhstan
Kalenska-Rodzaj J., PhD in Psychology, adjunct, Pedagogical University of Krakow, Poland
Matviienko O. V., Doctor of Sciences in Pedagogy, Professor, Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, Ukraine
Pietrulewicz B., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Medical University of Gdansk, Poland
Pomytkina L. V., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, National Aviation University, Ukraine
Tatlioglu K., PhD in Art Criticism, Associate Professor, Bingol University Science and Literature, Turkey

UDC : 159.9(06)

LBC : 8я54

[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24\(69\)](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24(69))

H 34

Scientific Journal of Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine. Series 12. Psychological Sciences : collected scientific articles / at scientific edition I. S. Bulakh. Kyiv : Publishing House of Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, 2024. Issue 24 (69). 71 p.

In the journal presented the results of theoretical and empirical research of topical issues of psychological science, obtained by the authors of the articles.

The scientific publication is included in scientometric databases and directories: Google Scholar, Crossref, “Scientific Periodicals of Ukraine” at Vernadskyi National Library of Ukraine, Scientific library of Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine.

Official web-site: <https://sj.npu.edu.ua/index.php/pn>

© The authors of articles, 2024

© Editorial Council, Editorial Board & International Editorial Council, 2024

© Publishing House of Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine, 2024

УДК 378.4.16

[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24\(69\).01](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24(69).01)

ПІДВИЩЕННЯ МОТИВАЦІЇ ДО ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ЗДОБУВАЧІВ ТЕХНІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ ЗАСОБАМИ ДІДЖИТАЛІЗАЦІЇ

Людмила Лупійко

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри теоретичної та консультативної психології
Український державний університет імені Михайла Драгоманова
01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9
l.v.lupiiko@udu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-2060-6136>

Інна Харченко

магістрантка спеціальності «Консультативна психологія»
факультету психології
Український державний університет імені Михайла Драгоманова
01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9
s.ivanov.npu@gmail.com, <http://orcid.org/0000-0001-3553-5433>

Анотація

У статті наведені засоби діджиталізації, які є невід'ємною частиною викладання технічних дисциплін у закладах вищої освіти. Окреслено переваги цифрової інтеграції освітнього процесу. Також розглянуто спектр засобів діджиталізації, які здобувачі технічних спеціальностей використовують для успішної активізації освітньої діяльності. В основі статті лежить визначення впливу мотивації засобами діджиталізації на успішність навчання здобувачів технічних спеціальностей. Результати дослідження базуються на відповідях здобувачів технічної освіти, які пройшли онлайн-опитування щодо впливу мотивації засобами діджиталізації на їх навчальну успішність. Здобувачам технічних спеціальностей було запропоновано низку засобів діджиталізації, які, на їх думку, позитивно впливають на здобуття ними професійних знань, умінь та навичок. Опрацювання результатів анкетування студентів технічних спеціальностей дозволило відзначити, що цифрові технології, які використовуються для успішної реалізації освітнього процесу, зосереджуються на діапазоні від найбільш використовуваних, зокрема електронної пошти, до найменш використовуваних, зокрема платформи Google Docs. Крім того, у статті показано градацію засобів діджиталізації, що успішно використовуються для активізації освітньої діяльності здобувачів технічних спеціальностей. Виокремлено позитивні аспекти використання засобів діджиталізації у контексті їх впливу на мотивацію студентів технічних спеціальностей до навчання. Дані онлайн-опитування також показали, що використання цифрових технологій в освіті позитивно впливає на базові цифрові навички здобувачів технічних спеціальностей. Зроблено висновок про те, що результати цього дослідження можуть закласти основу для проведення майбутніх додаткових аналізів щодо впливу засобів діджиталізації на активізацію освітньої діяльності студентів технічних спеціальностей з погляду визначення їх позиції щодо конкретизації окремих цифрових технологій, які для них є визначальними у здобутті ґрунтовних професійних знань, умінь та навичок.

Ключові слова: діджиталізація, цифрові технології, освітній процес, заклад вищої освіти, учасник освітнього процесу, мотивація.

Вступ

В епоху глобальної інформатизації суспільства, жорсткої конкуренції та стрімких змін найбільш розвинені та успішні країни орієнтують свою державну політику на модернізацію освітньої діяльності, тобто підготовку нового покоління спеціалістів, здатних конкурувати на сучасному ринку праці та діяти в нестандартних ситуаціях і адаптуватися до умов сьогодення. У зв'язку з цим перед нашою державою постає проблема пошуку ефективних методів та інноваційних підходів, які сприятимуть якісній освіті майбутніх фахівців різних галузей. Одним зі шляхів вирішення цієї проблеми є діджиталізація освітнього процесу закладів вищої освіти. Це пояснюється тим, що такі заклади є центрами новітніх технологічних розробок і загалом служать плацдармом для впровадження інновацій, які забезпечують розвиток усіх сфер людської діяльності.

Завдяки впровадженню цифрових технологій у освітній процес відбулися зміни у системі освіти загалом та окремих видах діяльності, в яких використовуються засоби діджиталізації. Останнє порушило питання щодо якості викладання та навчання за допомогою засобів діджиталізації, особливо щодо розуміння, адаптації та проектування системи освіти відповідно до сучасних технологічних тенденцій.

Вчені Дембіцька С., Мясковська М., Мясковська Д., Козяр М. та Парфенюк О. відзначають, що поширення засобів діджиталізації у вищій освіті стерло традиційні межі між простором і часом навчання, формальним і неформальним освітнім середовищем, а також професійним і особистим використанням інструментів навчання. Ці засоби та освітні середовища змінили «час навчання», і тепер навчання відбувається «постійно». Постійний розвиток засобів діджиталізації та їх використання у вищій освіті породжує очікування щодо того, як їх використання продовжуватиме трансформацію, покращувати та підтримувати освіту (Дембіцька, Мясковська & Мясковська, 2021; Козяр & Парфенюк, 2018).

Учасниками освітнього процесу є викладачі та здобувачі освіти, а основними елементами якісної освіти є освітні та навчальні програми, новітні інформаційні методи роботи, а також особисті та професійні якості всіх учасників (De Barba, Kennedy & Ainley, 2016). Найважливішим чинником успішної реалізації освітнього процесу є мотивація, тобто спонукання, людини до дій. Мотивація може покращити освітній процес та підвищити його якість, оскільки вона підвищує залученість здобувачів освіти та заохочує участь у заняттях та виконання домашніх завдань (Szököl, 2021). Швидкі зміни традиційних освітніх форматів ускладнили мотивацію здобувачів освіти до отримання нових знань (Cents-Boonstra, Lichtwarck-Aschoff, Denessen, Aelterman & Haerens, 2021). Оскільки мотивація сприяє більшій залученості в освітній процес, а демотивація призводить до негативних результатів навчання (низька відвідуваність і низька академічна успішність), виникає необхідність вивчити та дослідити, які чинники найбільше сприяють зростанню мотивації здобувачів освіти (Al-Said, 2023).

Практична значущість цього дослідження підтверджується актуальністю використання засобів діджиталізації в освітньому процесі. Дослідження Raji N. A., Busson-Crowe D. A., Dommett E. J. засвідчують, що з кожним роком в освітньому процесі використовуються все нові та нові засоби діджиталізації (Raji, Busson-Crowe & Dommett, 2023). Однак, щоб якість такого навчання була високою, необхідно враховувати такий чинник, як мотивація, яка має великий вплив на прихильність та інтерес здобувачів освіти до отримання знань. Мотиваційні чинники посилюють ці інтереси та здібності в освітньому середовищі засобами діджиталізації (Infante-Moro, Infante-Moro & Gallardo-Pérez, 2020).

Підсумовуючи огляд проблематики, висвітленої у дослідженнях вчених, варто відзначити, що в цій роботі передбачено розкрити важливість мотивації, яка сприяє активізації участі здобувачів освіти в освітньому процесі.

Метою статті є теоретико-емпіричне вивчення впливу мотивації засобами діджиталізації на успішність навчання здобувачів технічних спеціальностей.

Завдання дослідження: 1) теоретично обґрунтувати необхідність використання засобів діджиталізації у освітньому процесі ЗВО; 2) висвітлити практичні основи підвищення мотивації здобувачів технічних спеціальностей до навчання засобами діджиталізації; 3) проаналізувати результати онлайн-опитування здобувачів технічної освіти щодо впливу мотивації засобами діджиталізації на їх навчальну успішність.

Методи дослідження

Для розкриття мети дослідження було використано: 1) теоретико-концептуальні методи аналізу – для висвітлення практичних основ підвищення мотивації здобувачів технічних спеціальностей до навчання; 2) методи індукції, опису, спостереження, порівняння та узагальнення – для опрацювання результатів онлайн-опитування щодо впливу мотивації засобами діджиталізації на успішність навчання здобувачів технічних спеціальностей.

Відповідно до мети цього дослідження було проведено анкетування для збору первинних даних. Учасниками були здобувачі технічних спеціальностей Сумського національного аграрного університету в м. Суми, Україна. Вибірка респондентів у цьому дослідженні – $N = 120$.

Онлайн-опитування проводилося із використанням платформи Google Forms, результати якого були потрібні для збору первинних даних відповідно до цілей дослідження. Усім учасникам опитування було роз'яснено мету дослідження, повідомлено про те, що інформація буде використана лише для дослідницьких цілей, та отримано згоду.

Студенти, заповнюючи анкету, повинні були виділити цифрові технології, які, на їх думку, позитивно впливають на активізацію їх освітньої діяльності; визначити градацію найбільш використовуваних ними засобів діджиталізації, які позитивно впливають на засвоєннями ними знань, здобуття вмінь та навичок.

Результати та дискусії

Результати проведеного опитування здобувачів технічних спеціальностей Сумського національного аграрного університету засвідчили, що використання засобів діджиталізації в освітньому процесі не тільки розширює масштаби здобуття ними нових знань, але й приносить нові підходи до успішної активізації освітнього процесу.

У довільній формі було відзначено, що для навчання студентів технічних спеціальностей у Сумському національному аграрному університеті використовуються такі засоби діджиталізації, як:

- 1) LMS платформа (це система управління навчанням), структурними одиницями якої є Blackboard, Moodle, WebCT;
- 2) засоби для публікації та обміну інформацією, зокрема блоги, Wiki, Flickr, YouTube, подкасти, електронні книги, відеолекції тощо;
- 3) Google Docs, Social Bookmarking, Mind Maps, Wikis, Blogs;
- 4) соціальні мережі, зокрема Facebook, Twitter, LinkedIn, Academia.edu тощо;
- 5) інструменти міжособистісного спілкування, зокрема електронна пошта, MSN, Skype, форуми, відеоконференції тощо;
- 6) інструменти збору контенту, зокрема канали RSS, NetVibes, Google Reader тощо.

7) 3D віртуальний світ, зокрема Second Life, Habbo, технології доповненої реальності, віртуальні лабораторії;

8) системи оцінювання та зворотного зв'язку, зокрема електронне оцінювання, клікери, звуковий відгук, комп'ютерні замітки тощо;

9) мобільні інструменти, зокрема мобільні додатки на базі мережі Інтернет;

10) цифрові технології, зокрема програмне забезпечення або додатки.

У кожній категорії засобів діджиталізації, що впливають на підвищення активізації освітньої діяльності студентів технічних спеціальностей, цифрові інструменти не є взаємовиключними, оскільки вони відрізняються залежно від того, як учасники освітнього процесу використовують їх для підтримки навчання. Наприклад, можна використовувати Wiki або блог для публікації та обміну вмістом або підтримки співпраці.

Цифрові технології, які використовуються для підтримки навчання здобувачів освіти технічних спеціальностей, зосереджуються на діапазоні від найбільш використовуваних, зокрема електронної пошти, до найменш використовуваних, зокрема платформи Google Docs. Результати онлайн-опитування дозволили виявити таку градацію використання засобів діджиталізації, що використовуються для навчання здобувачів технічних спеціальностей (рис. 1).

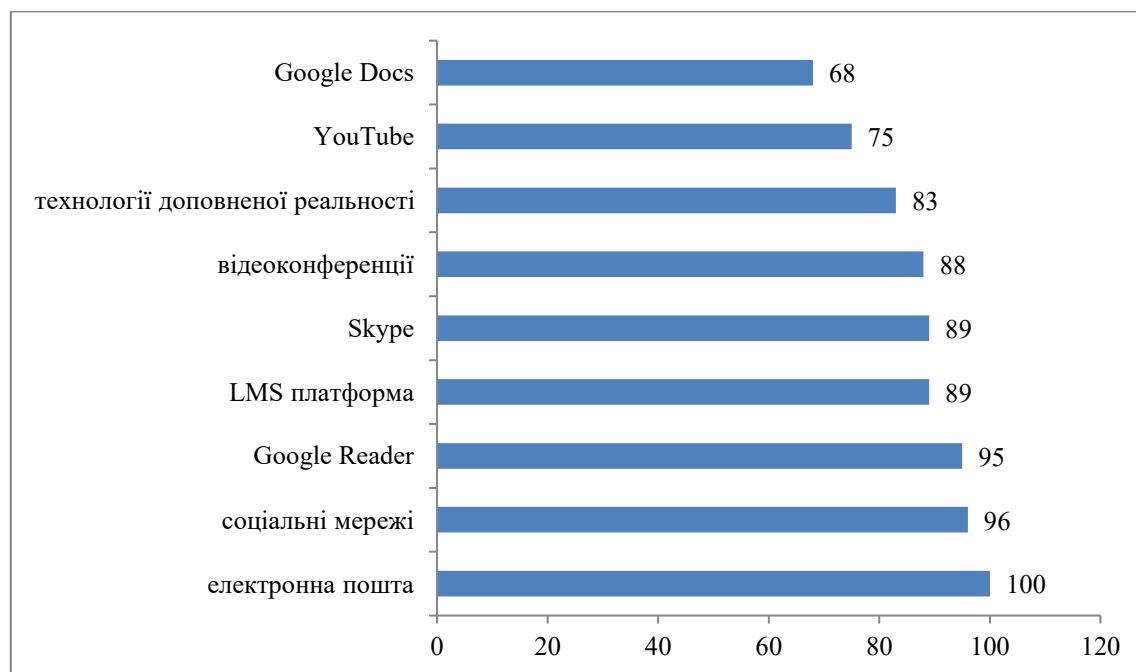


Рис. 1. Градація засобів діджиталізації, що успішно використовуються для активізації освітньої діяльності здобувачів технічних спеціальностей в Сумському національному аграрному університеті, %

Результати опитування також засвідчують, що використання цифрових освітніх технологій позитивно впливає на навчання здобувачів технічних спеціальностей. Ці інструменти підвищують мотивацію студентів, надаючи їм більше можливостей та автономії для навчання. Позиція здобувачів технічних спеціальностей, які приймали участь в онлайн-опитуванні, засвідчує, що інтеграція цифрових ресурсів у середовище активного навчання сприяє мотивації, саморегуляції та автономії їх як майбутніх фахівців технічних спеціальностей та призводить до кращої академічної успішності. Водночас використання

цифрових освітніх інструментів на основі штучного інтелекту та інтегрованої аналітики навчання підвищує когнітивну, емоційну та поведінкову участь здобувачів технічної освіти у навчанні, адже ці ресурси можуть створювати когнітивно складні ситуації, які допомагають студентам краще зрозуміти складні концепції технічних дисциплін. Таким чином, використання цифрових технологій мотивує здобувачів технічних спеціальностей до навчання та покращує їхні знання, вміння та навички.

Цифрові освітні технології створюють позитивне освітнє середовище, яке сприяє мотивації здобувачів освіти до навчання. Такі технології також забезпечують швидкий доступ до відповідної інформації та розширюють кругозір навчання студентів. Тут варто зазначити, що інтеграція засобів діджиталізації в освітній процес позитивно корелює із залученістю та мотивацією здобувачів технічних спеціальностей, оскільки вони доброзичливо ставляться до використання технологій та усвідомлюють вплив цих технологій на їхні знання, навички та впевненість.

Підсумовуючи результати анкетування студентів щодо визначення позиції відносно впливу засобів діджиталізації на мотивацію їх до навчання, варто виокремити такі позитивні сторони цього процесу:

1) підвищення професійних знань, умінь, навичок студентів технічних спеціальностей шляхом використання цифрових технологій у викладанні навчальних дисциплін, розвитку технічних знань, навиків спілкування, ведення переговорів, управління емоціями, критичного мислення, розвитку цифрових навичок;

2) здобуття практичного досвіду шляхом можливості: розширення доступу до цифрових ресурсів, випробувати різні стилі навчання (наприклад, активне навчання, навчання, орієнтоване на здобувача освіти, самостійне та персоналізоване навчання, навчання у співпраці), зворотного зв'язку;

3) рівність та соціальна інтеграція, що відображає покращення спілкування та соціальну взаємодію між учасниками освітнього процесу, формування функціональних навичок, підвищення самооцінки.

Використання засобів діджиталізації у реалізації освітнього процесу в Сумському національному аграрному університеті, де здійснюється професійна підготовка майбутніх фахівців технічних спеціальностей, приносить також й інші позитивні переваги для здобувачів технічної освіти, а саме ті, що пов'язані з увагою, участю, мотивацією, комунікативними та процесними навичками, командною роботою та поведінкою у навчанні. Якісне дослідження показало, що здобувачі технічних спеціальностей визнають позитивний вплив засобів діджиталізації на результати їх навчання, незалежно від рівня компетенції (сильний/слабкий).

Попри те, варто зауважити, що використання LMS платформи дозволяє здобувачам технічних спеціальностей отримати ширший доступ до різноманітних якісних навчальних ресурсів і стати більш незалежними у здобутті нових професійних знань, умінь та навичок.

Отже, використання засобів діджиталізації створює творче освітнє середовище в Сумському національному аграрному університеті, яке допомагає здобувачам технічної освіти отримати доступ до цифрової інформації та змісту курсу, підтримує орієнтоване на студента самостійне навчання та надає більше можливостей для розвитку навичок критичного мислення. Це також заохочує до спільного навчання в дистанційному форматі та сприяє реалізації освітнього процесу.

Здобувачами освіти також відзначено, що застосування цифрових освітніх технологій у вивченні навчальних дисциплін покращує їх цифрові компетенції.

Тож, використання цифрових технологій в освіті позитивно впливає на базові навички здобувачів освіти. При тому найбільший вплив було відзначено здобувачами освіти, які мали достатній досвід інтеграції цифрових технологій в освітній процес.

Крім того, розвиток онлайн-спільнот та активна участь студентів у дискусіях, де вони діляться досвідом щодо підвищення активізації освітньої діяльності до навчання засобами діджиталізації, позитивно вплинули на впевненість і компетентність здобувачів технічних спеціальностей у використанні цифрових освітніх технологій.

Було визначено, що онлайн-оцінювання знань здобувачів технічних спеціальностей із використанням цифрових технологій створює відповідні переваги такого процесу. Зокрема, онлайн-оцінювання підтримує роботи студентів, які вони виконують із використанням цифрових технологій, дозволяє студентам отримувати оперативний зворотний зв'язок і адаптуватися до нових цілей, а також допомагає покращити технічну якість іспитів, надаючи більш точні результати. Крім того, можливості цифрових технологій (наприклад, інтерактивні медіа, симуляції) створюють нові потенційні способи перевірки конкретних навичок у студентів технічних спеціальностей, таких як: навички вирішення проблем, метакогнітивні навички, навички ефективної комунікації, а також здатність продуктивно працювати, наприклад під час виконання групових завдань.

Висновки

Підсумовуючи результати дослідження, варто зауважити, що дедалі більше використання засобів діджиталізації для навчання, впровадження різноманітних технологічних додатків та їхній вплив на навчальну поведінку, мотивацію студентів і отримання знань змінили всю сферу навчання та освіти як в Україні, так і в усьому світі. Дослідження дозволяє виділити вплив мотивації засобами діджиталізації на активізацію освітньої діяльності здобувачів технічних спеціальностей. За результатами онлайн-опитування здобувачів технічних спеціальностей у Сумському національному аграрному університеті, визначено, що значний позитивний вплив на їх здатність до навчання має мотивація. Крім того, поведінка цілепокладання та соціальний тиск також впливають на покращення реалізації освітнього процесу. Ці результати свідчать про значний прогрес у формуванні знань і покращенні навчання студентів засобами діджиталізації. Результати цього дослідження можуть закласти основу для проведення майбутніх додаткових аналізів щодо впливу засобів діджиталізації на активізацію освітньої діяльності студентів технічних спеціальностей з погляду визначення їх позиції щодо конкретизації окремих цифрових технологій, які для них є визначальними у здобутті ґрунтовніших професійних знань, умінь та навичок.

Література

1. Дембіцька, С.В., Мясковська, М.О., & Мясковська, Д.Я. (2021). Сучасні інформаційні технології як засіб активізації навчально-пізнавальної діяльності здобувачів вищої освіти. *Збірник наукових праць Кам'янець-подільського національного університету імені Івана Огієнка. Серія педагогічна*, 27, 14–17. <https://doi.org/10.32626/2307-4507.2021-27.14-17>
2. Козяр, М., & Парфенюк, О. (2018). Чотиривимірна графіка як засіб підвищення мотивації навчання здобувачів вищої освіти галузевого машинобудування. *Проблеми підготовки сучасного вчителя*, 18, 42–50.
3. Al-Said, K. (2023). Influence of teacher on student motivation: Opportunities to increase motivational factors during mobile learning. *Education and Information Technologies*, 28(10), 13439–13457. <https://doi.org/10.1007/s10639-023-11720-w>

4. Cents-Boonstra, M., Lichtwarck-Aschoff, A., Denessen, E., Aelterman, N., & Haerens, L. (2021). Fostering student engagement with motivating teaching: An observation study of teacher and student behaviours. *Research Papers in Education*, 36(6), 754-779. <https://doi.org/10.1080/02671522.2020.1767184>
5. De Barba, P.G., Kennedy, G.E., & Ainley, M.D. (2016). The role of students' motivation and participation in predicting performance in a MOOC. *Journal of Computer Assisted Learning*, 32(3), 218-231. <https://doi.org/10.1111/jcal.12130>
6. Infante-Moro, A., Infante-Moro, J.C., & Gallardo-Pérez, J. (2020, October). Motivational factors in the insertion of digital skills in teaching. In *Eighth International Conference on Technological Ecosystems for Enhancing Multiculturality*, 20, 365-370. <https://doi.org/10.1145/3434780.3436631>
7. Raji, N. A., Busson-Crowe, D. A., & Dommett, E. J. (2023). University-Wide Digital Skills Training: A Case Study Evaluation. *Education Sciences*, 13(4), 333. <https://doi.org/10.3390/educsci13040333>
8. Szököl, I. (2021). Learning motivation and quality of the educational process. In *International Conference on Interactive Collaborative Learning*, 199-209. Cham : Springer International Publishing.

References

1. Dembitska, S.V., Miastkovska, M.O., & Miastkovska, D.Ia. (2021). Suchasni informatsiini tekhnolohii yak zasib aktyvizatsii navchalno-piznavalnoi diialnosti здобувачив вищої освіти [Modern information technologies as a means of activating the educational and cognitive activity of students of higher education]. *Zbirnyk naukovykh prats Kamianets-podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka. Seriya pedahohichna – Collection of scientific works of Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohienko. Pedagogical series*, 27, 14-17. <https://doi.org/10.32626/2307-4507.2021-27.14-17> [in Ukrainian].
2. Koziar, M., & Parfeniuk, O. (2018). Chotyryvymirna hrafika yak zasib pidvyshchennia motyvatsii navchannia здобувачив вищої освіти haluzevoho mashynobuduvannia [Four-dimensional graphics as a means of increasing the motivation of students of higher education in mechanical engineering]. *Problemy pidhotovky suchasnoho vchytelia – Problems of modern teacher training*, 18, 42-50 [in Ukrainian].
3. Al-Said, K. (2023). Influence of teacher on student motivation: Opportunities to increase motivational factors during mobile learning. *Education and Information Technologies*, 28(10), 13439-13457. <https://doi.org/10.1007/s10639-023-11720-w>
4. Cents-Boonstra, M., Lichtwarck-Aschoff, A., Denessen, E., Aelterman, N., & Haerens, L. (2021). Fostering student engagement with motivating teaching: An observation study of teacher and student behaviours. *Research Papers in Education*, 36(6), 754-779. <https://doi.org/10.1080/02671522.2020.1767184>
5. De Barba, P.G., Kennedy, G.E., & Ainley, M.D. (2016). The role of students' motivation and participation in predicting performance in a MOOC. *Journal of Computer Assisted Learning*, 32(3), 218-231. <https://doi.org/10.1111/jcal.12130>
6. Infante-Moro, A., Infante-Moro, J.C., & Gallardo-Pérez, J. (2020, October). Motivational factors in the insertion of digital skills in teaching. In *Eighth International Conference on Technological Ecosystems for Enhancing Multiculturality*, 20, 365-370. <https://doi.org/10.1145/3434780.3436631>
7. Raji, N.A., Busson-Crowe, D.A., & Dommett, E.J. (2023). University-Wide Digital Skills Training: A Case Study Evaluation. *Education Sciences*, 13(4), 333. <https://doi.org/10.3390/educsci13040333>
8. Szököl, I. (2021). Learning motivation and quality of the educational process. In *Lecture Notes in Networks and Systems. International Conference on Interactive Collaborative Learning*, 390, 199-209. Cham : Springer International Publishing.

INCREASING MOTIVATION FOR EDUCATIONAL PROCESS OF STUDENTS OF TECHNICAL SPECIALTIES BY DIGITALIZATION MEANS

Liudmyla Lupiiko

**PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor
of the Department of Theoretical and Counseling Psychology**

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

l.v.lupiiko@udu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-2060-6136>

Inna Kharchenko

**Master's Degree Student, Specialty "Counseling Psychology",
Faculty of Psychology**

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

s.ivanov.npu@gmail.com, <http://orcid.org/0000-0001-3553-5433>

Abstract

The article presents digitalization tools that are an integral part of teaching technical disciplines in higher education institutions. The advantages of digital integration of the educational process are outlined. This article also considers the range of digitalization tools that technical students use to successfully intensify their educational activities. The article is based on determining the impact of motivation by means of digitalization on the success of training technical specialties. The results of the study are based on the responses of technical education students who completed an online survey on the impact of motivation through digitalization on their academic performance. Students of technical specialties were offered a number of digitization tools that, in their opinion, have a positive effect on their acquisition of professional knowledge, skills and abilities. The analysis of the survey results with the students of technical specialties allowed us to note that the digital technologies used for the successful implementation of the educational process focus on the range from the most used, such as e-mail, to the least used, in particular the Google Docs platform. In addition, the article presents a gradation of digitalization tools that are successfully used to enhance the educational activities of students of technical specialties. The positive aspects of the use of digitalization tools in the context of their impact on the motivation of students of technical specialties are highlighted. The online survey data also showed that the use of digital technologies in education has a positive impact on the basic digital skills of technical students. It is concluded that the results of this study can provide a basis for future additional analyzes of the impact of digitalization tools on the intensification of educational activities of students of technical specialties in terms of determining their position on the specification of certain digital technologies that are crucial for them in acquiring thorough professional knowledge, skills and abilities.

Keywords: digitalization, digital technologies, educational process, higher education institution, participant of the educational process, motivation.

Подано 07.05.2024

Рекомендовано до друку 10.06.2024

УДК 159.944.4:616-001

[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24\(69\).02](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24(69).02)

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ХАРАКТЕРИСТИК КОПІНГ-ПОВЕДІНКИ ОСОБИСТОСТІ З ПРОЯВАМИ СИМПТОМАТИКИ ЇЇ ТРАВМАТИЧНОГО ДОСВІДУ

Людмила Малімон

кандидат психологічних наук, професор,

професор кафедри загальної та клінічної психології

Волинський національний університет імені Лесі Українки

43025, Україна, м. Луцьк, пр. Волі, 13

malimon.ludmila@vnu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-2964-6580>

Вікторія Балабус

магістр психології

Волинський національний університет імені Лесі Українки

43025, Україна, м. Луцьк, пр. Волі, 13

vbabus@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0001-9976-6334>

Анотація

Статтю присвячено вивченню особливостей копінг-поведінки осіб з травматичним досвідом, набутим внаслідок переживання різної гостроти та інтенсивності психотравмуючих ситуацій в умовах повномасштабної війни. Для досягнення поставленої мети та завдань застосовані теоретичні (аналіз та узагальнення існуючих досліджень з проблем травматичного стресу та копінгу), емпіричні (діагностичні методики) та методи математичної статистики. Розглянуто сучасні погляди на поняття травми, психотравми та копінг-поведінки (долаючої поведінки). Проаналізовано особливості поведінки особистості у травматичній ситуації. Визначено значну кількість зв'язків характеристик копінг-поведінки з проявом травматичного досвіду респондентів. Встановлено взаємозв'язок стилів подолання особистості з набутим травматичним досвідом та такими його виявами, як вторгнення, уникнення і збудливість. Констатовано, що індивіди, у яких домінує стиль подолання, орієнтований на виконання завдань, «розв'язання проблем» (проблемно-орієнтована стратегія) мають меншу ймовірність відчувати суб'єктивну тривогу в результаті гострої події і менше демонструють уникнення. І навпаки, особистості, які більшою мірою покладаються на емоційно-орієнтоване подолання, демонструють вищу симптоматику вторгнення, уникнення і збудливості. Застосування стратегій уникнення і відволікання, які спрямовані на тимчасове зменшення сили стресу, є неефективним і не дають очікуваного результату при домінуванні вторгнення і збудливості як симптоматики травматичного досвіду. Доведено, що стилі подолання орієнтовані на вирішення завдань, виконують захисну роль і пов'язані зі зниженням тривоги у стресових ситуаціях, а стилі подолання, орієнтовані на емоції, асоціюються з більшими реакціями на тривогу, активуючи симптоматику вторгнення, уникнення і збудливості. Отже, проблемно-орієнтовані стратегії є конструктивним і ефективним методом подолання факторів стресу, а емоційно орієнтовані копінг-стратегії можуть бути неефективним механізмом подолання й сприяти більшій травматизації особистості в стресових ситуаціях.

Ключові слова: стрес, травма, травматизація, травматичний досвід, копінг-стратегії, особистість.

Вступ

Проблема травматизації особистості та набуття травматичного досвіду постає особливо гостро в умовах повномасштабної війни, яка вже більше двох років триває у нашій країні. Практично кожна людина пережила різної гостроти та інтенсивності психотравмуючі ситуації, які більшою або меншою мірою здійснили вплив на її психічний стан, фізичне та психологічне здоров'я.

У критичній ситуації травми, на думку дослідників, відбувається активізація «долаючого» переживання, що відіграє значущу роль у формуванні нового смислу та розуміння власного життя після травматичних подій (Герман, 2019; Климчук, 2016, 2020; Титаренко, 2020). Цей процес допомагає побудувати новий фундамент для подальшого розвитку й взаємодії з оточуючим світом, оскільки усвідомлення та переосмислення травматичних подій може бути важливою частиною подолання психологічних травм (Олефір, 2011).

Водночас, дослідники наголошують, що потенційно важливим опосередковуючим фактором у посттравматичному стресі та гострій реакції на нього є індивідуальний стиль подолання: думки та поведінка, які використовуються для управління вимогами ситуацій оцінюються як стресові (Кузьменко, 2022). Хоча, існують розбіжності щодо конкретної організації різних типів стилів подолання. Їх часто поділяють на копінги орієнтовані на завдання (спрямовані на вирішення завдань (розв'язання проблем)), емоції та на уникнення (Родіна, 2013; Endler & Parker, 1994).

Дослідження особливостей професійної діяльності представників екстрених служб та персоналу збройних сил, які зазнали травматичних подій, виявили зв'язок між негативними стилями подолання та психологічним стресом. Більше того, використання емоцій та унікаючих стилів подолання після травматичної події було пов'язане з розвитком посттравматичного стресу (Fortes-Ferreira, Peiro, Gonzalez-Morales, & Martin, 2006; Shakespeare-Finch, Gow & Smith, 2005).

Однією з ключових теорій, на якій базуються дослідження копінг-поведінки та травматичного досвіду, є теорія стресу та копінгу (Lazarus & Folkman, 1984). За теорією травматичного стресу (Негман, 1992) травматичний досвід може спричинити психологічну травму, яка може мати негативний вплив на психічне здоров'я людини.

В цьому контексті можна виокремити низку досліджень, які проводились з військовослужбовцями, учасниками бойових дій, щодо факторів ризику та стійкості в розвитку посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Зокрема, дослідники виокремлюють такі фактори ризику, що провокують ПТСР і, відповідно, можуть актуалізувати дезадаптивні копінг-стратегії: 1) досвід травми перед початком військової служби: у осіб, які мали таких досвід, спостерігалася більш висока імовірність розвитку ПТСР після її завершення; 2) рівень ставлення до військової служби: у військовослужбовців, які не були задоволені своєю службою, була більш висока імовірність розвитку ПТСР; 3) рівень підтримки: недостатній рівень підтримки від колег, сім'ї та друзів може бути фактором ризику для розвитку ПТСР; 4) рівень особистих ресурсів: низький рівень розуміння себе, слабкий самоконтроль та низька резильєнтність можуть збільшувати ризик розвитку ПТСР. Водночас, вказується на те, що самотність, соматичні симптоми та стиль прив'язаності виявлені найсильнішими корелятами тяжкості симптомів посттравматичного стресового розладу, пов'язаного із травматичним досвідом і можуть бути терапевтичними цілями для пом'якшення цих симптомів у ветеранів війни (Asch, Esterlis, Southwick & Pietrzak, 2021).

В дослідженнях копінг-поведінки також наголошується на особистісних ресурсах (зокрема резильєнтності) і тих копінг-стратегіях, які допомагають людям відновити свою психологічну стійкість після травматичного досвіду. У статті автор робить висновок, що копінг-стратегії, які допомагають відновити психічну стійкість, можуть бути різними в залежності від індивідуальних потреб та обставин. Проте, пошук соціальної підтримки, прийняття ситуації та пошук позитивних аспектів можуть бути корисними для багатьох людей (Bonanno, 2012).

Мета дослідження: вивчення копінг-поведінки осіб з травматичним досвідом, зокрема, виявлення особливостей взаємозв'язку копінг-стратегій досліджуваних з проявами їх травматизації.

Завдання дослідження: 1) здійснити оцінку впливу травматичних подій та проявів симптоматики отриманого травматичного досвіду респондентів; 2) проаналізувати домінуючі патерни психопатологічної симптоматики та копінг-механізми досліджуваних з високим рівнем прояву травматичного досвіду.

Методи дослідження

В дослідженні застосовано такі психодіагностичні методики: «Шкала оцінки впливу травматичної події» (Impact of Event Scale, IES-R); «Симптоматичний опитувальник» (SCL-90-R); методика психологічної діагностики копінг-механізмів (E. Heim); методика «Діагностика копінг-поведінки в стресових ситуаціях» (С. Норман, Д. Ендлер, Д. Джеймс, М. Паркер в адаптації Т. Крюкової (2016). Взаємозв'язок показників визначався за допомогою кореляційного аналізу (r – Пірсона) програмного забезпечення SPSS v.24.0 (IBM Corp. Released 2016). Загальну вибірку дослідження склали 96 осіб, з яких виокремлено 53 особи з травматичним досвідом (за результатами методики IES-R) віком 18-40 років (10 чоловіків, 43 жінки). Вік та стать респондентів у дослідженні не враховувалися.

Результати та дискусії

Діагностика особливостей набутого травматичного досвіду респондентів вибірки та симптоматики його прояву здійснювалася за методикою «Шкала оцінки впливу травматичної події (Impact of Event Scale, IES-R)» та клінічною скринінговою методикою «Симптоматичний опитувальник SCL-90-R (англ. Symptom Check List-90-Revised)». Отримані результати засвідчують різний рівень сформованого травматичного досвіду у респондентів вибірки. Важливими в контексті нашого дослідження є результати *високого рівня вираженості проявів симптоматики травматичного досвіду*, зокрема, симптоматику вторгнення діагностовано у 35,85% досліджуваних, уникнення – у 24,53%, збудження – у 32,08% респондентів, що свідчить про найбільш показові або й дуже виражені симптоми ймовірного ПТСР. Більшість показників психопатологічної симптоматики досліджуваних також значно переважають норму, що підтверджується високим показником загального індексу тяжкості симптомів (GST) (хсер/вибірка=0,88; хсер/норма=0,76). Результати кореляції патернів ознак психопатологічної симптоматики за методикою SCL-90-R (англ. Symptom Check List-90-Revised) і показників за «Шкалою оцінки впливу травматичної події» (Impact of Event Scale, IES-R) відображені в табл.1.

Статистично значущі коефіцієнти кореляції шкал оцінки впливу травматичної події з показниками симптоматичного опитувальника

Шкали симптоматичного опитувальника	Вторгнення	Уникнення	Збудливість
Соматизація	.28*		.60***
Нав'язливість	.40**	.31*	.56***
Інтерперсональна чутливість	.40**	.37**	.53***
Депресія	.52***		.63***
Тривожність	.42**	.31*	.70***
Ворожість	.33*		.62***
Нав'язливі страхи (фобії)	.42**		.61***
Параноїдність	.27*	.34*	.35**
Психотизм			.31*

Умовні позначення: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$; нулі та коми опущені.

Зауважимо, що всі отримані кореляційні зв'язки є позитивними, що логічно, оскільки набутий травматичний досвід особистості (за методикою – Шкала оцінки впливу травматичної події (Impact of Event Scale, IES-R) проявляється через узагальнення симптоматики у трьох шкалах: вторгнення, уникнення та збудливість, а методика SCL-90-R (англ. Symptom Check List-90- Revised) є клінічною тестовою і скринінговою методикою, призначеною для визначення поточного статусу – оцінки патернів психологічних ознак і діагностує ширшу палітру проявів посттравматичного стресу, що можуть свідчити про розвиток або сформованість ПТСР у діагностованого. Таким чином, можна вважати, що скринінгова методика доповнює і розширює отримані результати проявів травматичного досвіду, а зафіксована позитивна кореляція показників цих методик підтверджує об'єктивність отриманих діагностичних даних і правильність здійснених підрахунків.

Як демонструють результати, шкала «Вторгнення» статистично значущо позитивно корелює майже з усіма шкалами симптоматичного опитувальника, окрім психотизму. Таким чином, вторгнення, що характеризується мимовільними рецидивними спогадами про травмуючу подію, при яких у людини виникають раптові, зазвичай сильні повторні негативні переживання минулого досвіду, болісні емоції та сновидіння, неочікувані хвилеподібні флешбеки, може доповнюватися соматизацією ($r=0,28$, $p \leq 0,05$), нав'язливістю (обсесивно-компульсивним розладом) ($r=0,40$, $p \leq 0,01$), інтерперсональною чутливістю ($r=0,40$, $p \leq 0,01$), депресією ($r=0,52$, $p \leq 0,001$), тривожністю ($r=0,42$, $p \leq 0,01$), ворожістю ($r=0,33$, $p \leq 0,05$), нав'язливими страхами, фобіями ($r=0,42$, $p \leq 0,01$), параноїдальністю ($r=0,27$, $p \leq 0,05$). Найсильніша кореляція виявлена з депресією, тобто за високого рівня вторгнення як домінуючої ознаки сформованого ПТСР можлива широка симптоматика прояву клінічної депресії, зокрема дисфорії і афекту та інших когнітивних і соматичних порушень.

Шкала «Уникнення» як домінуючий симптом сформованого ПТСР демонструє меншу кількість статистично значущих зв'язків, проте позитивно корелює з нав'язливістю (обсесивно-компульсивним розладом) ($r=0,31$, $p \leq 0,01$), інтерперсональною чутливістю ($r=0,37$, $p \leq 0,01$), тривожністю ($r=0,31$, $p \leq 0,01$) та параноїдальністю ($r=0,34$, $p \leq 0,05$). Таким чином, чим більше людина намагається уникати/боротися з травмивними впливами, тим більше прогресують нав'язливі думки/спогади, які переживаються індивідом як безперервні, нездоланні і чужі для «Я»; загострюється почуття особистісної неадекватності і

неповноцінності внаслідок того, що уникнення «не працює», не допомагає справитися з болісними переживаннями, тривожністю і параноїдальністю.

Шкала «Збудливість» значущо корелює з усіма шкалами симптоматичного опитувальника. Отже, прояв збудливості як домінуючий симптом ПТСР супроводжується соматизацією ($r=0,60$, $p \leq 0,001$), нав'язливостями (обсесивно-компульсивним розладом) ($r=0,56$, $p \leq 0,001$), інтерперсональною чутливістю ($r=0,53$, $p \leq 0,001$), депресією ($r=0,63$, $p \leq 0,001$), тривожністю ($r=0,70$, $p \leq 0,001$), ворожістю ($r=0,62$, $p \leq 0,05$), нав'язливими страхами, фобіями ($r=0,61$, $p \leq 0,001$), параноїдальністю ($r=0,35$, $p \leq 0,05$) та психотизмом ($r=0,31$, $p \leq 0,05$). Найбільше вираженими є тривожність, ворожість та нав'язливі страхи (фобії) – симптоматика, яка засвідчує порушення емоційної сфери й нездатність людини справитися з емоціями, які «зашкалюють», зокрема агресією, дратівливістю, гнівом і обуренням. Дещо меншою мірою виражені параноїдність, яка пов'язана з когнітивною сферою, порушеннями мислення, і психотизм, що вказує на уникаючий, ізольований, шизоїдний стиль життя.

Подальший аналіз отриманих емпіричних даних передбачав виявлення взаємозв'язків домінуючої симптоматики впливу травматичної події (Impact of Event Scale, IES-R) з показниками долаючої поведінки за «Методикою психологічної діагностики копінг-механізмів (E. Heim)» (табл. 2).

Таблиця 2

**Статистично значущі коефіцієнти кореляції шкал оцінки впливу
травматичної події з копінг-стратегіями**

Копінг-стратегії	Вторгнення	Уникнення	Збудливість
Когнітивні адаптивні		-.42**	
Когнітивні неадаптивні			.43**
Когнітивні відносно адаптивні	.32*	.42**	.54***
Емоційні адаптивні		-.33*	-.33*
Емоційні відносно адаптивні		.31*	.49***
Поведінкові адаптивні	.28*	-.33*	
Поведінкові неадаптивні		.30*	-.31*

Умовні позначення: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$; нулі та коми опущені.

Отже, симптоматика травматичного досвіду демонструє різну кількість кореляційних зв'язків з копінг-поведінкою досліджуваних. Найменша кількість зв'язків виявлена між шкалою «Вторгнення» і копінг-поведінкою. Зокрема, вторгнення позитивно корелює лише з когнітивними відносно адаптивними стратегіями ($r=0,32$, $p \leq 0,05$) та поведінковими адаптивними ($r=0,28$, $p \leq 0,05$). Отже, респонденти з домінуючою симптоматикою вторгнення, усвідомлюють її загрозу й розуміють супутню симптоматику, намагаються оцінити проблему, надають особливого сенсу її подоланню, звертаючись до віри в Бога і намагаються бути стійкими при зіткненні з труднощами. Таке усвідомлене (хоча й не зовсім раціональне і продуктивне) прагнення справитися з симптоматикою вторгнення продукує поведінку, спрямовану на пошук підтримки в найближчому соціальному оточенні, а розуміння певної особистісної неспроможності справитись самотужки з проблемою дає змогу звернутись за допомогою до значущих (більш досвідчених) людей, які можуть допомогти подолати труднощі.

Найбільшу кількість статистично значущих як позитивних, так і негативних кореляційних зв'язків з усіма копінг-стратегіями демонструє шкала «Уникнення». Зокрема, негативний зв'язок зафіксовано з когнітивними адаптивними стратегіями ($r=-0,46$, $p \leq 0,01$), емоційними адаптивними ($r=-0,33$, $p \leq 0,05$) і поведінковими адаптивними ($r=-0,33$, $p \leq 0,05$) стратегіями. Отже, респонденти з домінуванням уникнення нездатні до системного когнітивного аналізу труднощів і можливих шляхів їх подолання, не можуть працювати над підвищенням самооцінки і самоконтролю, вони емоційно не протестують і не опираються обставинам, оскільки не вірять у власні ресурси в подоланні важких ситуацій. Водночас, стратегія уникання блокує пошук підтримки і не дає змоги звернутися за допомогою і її отримати, оскільки найближче оточення бачить / розуміє небажання чи неготовність цих осіб вникати в проблему чи обговорювати її. Позитивний зв'язок зафіксовано між уникненням і такими копінгами, як когнітивні відносно адаптивні ($r=0,43$, $p \leq 0,01$), емоційні відносно адаптивні ($r=0,31$, $p \leq 0,05$) і поведінкові неадаптивні ($r=0,30$, $p \leq 0,05$). Отже, чим більше виражене уникнення, тим більше зростає залежність особистості від значущості та вираженості ситуацій, тобто реагування стає ситуативним, непередбачуваним, спрямованим на емоційне відреагування або на покладання відповідальності за вирішення труднощів на інших, що вкупі ще більше продукує пасивну поведінку, спрямовану на усамітнення, уникнення думок про неприємності, прагнення не вступати в активні інтерперсональні контакти, відмову від вирішення проблем.

Шкала «Збудливість» позитивно корелює з когнітивними неадаптивними ($r=0,44$, $p \leq 0,01$), когнітивними відносно адаптивними ($r=0,54$, $p \leq 0,001$) та емоційними відносно адаптивними стратегіями ($r=0,49$, $p \leq 0,01$) та негативно – з емоційними адаптивними ($r=-0,35$, $p \leq 0,05$) та поведінковими неадаптивними ($r=-0,31$, $p \leq 0,05$). Позитивний зв'язок означає, що домінування збудливості, яка проявляється силою та інтенсивністю негативних емоційних переживань, блокує усвідомлений когнітивний процес аналізу ситуації і підсилює негативні когніції – невіру в себе, в свої інтелектуальні здібності тощо. Негативний зв'язок засвідчує нездатність до активного протесту по відношенню до труднощів і відсутність впевненості у можливості знайти вихід із ситуації, а також уникання усамітнення, а навпаки, активність і прагнення контактів, які, водночас, не сприяють вирішенню проблеми внаслідок емоційного реагування і перекладання відповідальності на інших осіб.

Кореляційні зв'язки між шкалами оцінки впливу травматичної події (Impact of Event Scale, IES-R) та показниками долаючої поведінки (за методикою «Діагностика копінг-поведінки в стресових ситуаціях» (CISS) відображено у табл.3.

Таблиця 3

Статистично значущі коефіцієнти кореляції шкал оцінки впливу травматичної події з копінг-поведінкою у стресових ситуаціях

Стратегії копінг-поведінки в стресових ситуаціях	Вторгнення	Уникнення	Збудливість
Проблемно-орієнтована стратегія		-.37*	
Емоційно-орієнтована стратегія	.31*	.50***	.53***
Стратегія уникнення	-.28*		-.34*
Субшкала відволікання	-.33*		-.44***
Субшкала соціального відволікання		-.43**	

Примітка: умовні позначення: * – $p \leq 0,05$; ** – $p \leq 0,01$; *** – $p \leq 0,001$; нулі та коми опущені.

Отримані результати засвідчили статистично значущий негативний взаємозв'язок *проблемно-орієнтованої стратегії* з уникненням як симптомом ПТСР ($r=-0,31$, $p \leq 0,05$). Ця стратегія характеризує копінг, орієнтований на вирішення завдань, тобто цілеспрямовані зусилля, які докладає людина для вирішення проблеми, що, безумовно, не передбачає уникнення.

Емоційно-орієнтована стратегія статистично значущо позитивно корелює з усіма симптомами ПТСР – вторгненням ($r=0,31$, $p \leq 0,05$), уникненням ($r=0,50$, $p \leq 0,001$), збудливістю ($r=0,53$, $p \leq 0,001$), що засвідчує схильність цих респондентів до емоційних реакцій, які ніби спрямовані на зниження сили стресу. Проте, така реакція є не завжди вдалою, оскільки базується на самозвинуваченні, надмірній емоційності, агресивності, роздратованості, зацикленості на собі і заглибленні у світ фантазій, що часто призводить до ще більшого зростання рівня стресу.

Стратегія уникнення негативно статистично значущо корелює з вторгненням ($r=-0,28$, $p \leq 0,05$) і збудливістю ($r=-0,34$, $p \leq 0,05$), що свідчить про поведінку респондентів, спрямовану на уникнення стресової ситуації.

Аналогічну кореляцію демонструє субшкала *відволікання* ($r=-0,33$, $p \leq 0,05$; $r=-0,44$, $p \leq 0,001$), що засвідчує прагнення респондентів переключитися на інші проблеми. Водночас, така поведінка неможлива при домінуванні симптоматики вторгнення і збудливості, яка не дає змоги відволіктися на інші ситуації, оскільки рівень збудження надто високий.

Субшкала соціального відволікання статистично значущо негативно корелює з уникненням як домінуючим симптомом ПТСР ($r=-0,43$, $p \leq 0,01$), що засвідчує неможливість пошуку соціальної підтримки і отримання допомоги при вираженій симптоматиці уникнення.

Висновки

Результати кореляційного аналізу демонструють, що стилі подолання особистості пов'язані з її набутих травматичним досвідом й такими його проявами, як вторгнення, уникнення і збудливість. Зокрема, індивіди, у яких домінуючим є стиль подолання, орієнтований на виконання завдань (*проблемно-орієнтована стратегія*) мають меншу ймовірність відчувати суб'єктивну тривогу в результаті гострої події і менше демонстрували уникнення. Навпаки, особи, які більшою мірою поклалися на емоційно-орієнтоване подолання, демонстрували вищу симптоматику вторгнення, уникнення і збудливості. Застосування стратегій уникнення і відволікання, які спрямовані на тимчасове зменшення сили стресу, є неефективним і не дає очікуваного результату при домінуванні вторгнення і збудливості як симптоматики травматичного досвіду, оскільки особа переживає інтенсивні емоції, з якими не може самостійно справитися.

Отже, можна стверджувати, що стилі подолання, орієнтовані на вирішення завдань, виконують захисну роль і пов'язані зі зниженням тривоги у стресових ситуаціях, а стилі подолання, орієнтовані на емоції, асоціюються з більшими реакціями на тривогу, активуючи симптоматику вторгнення, уникнення і збудливості. Ці результати підтверджують ідею про те, що подолання, орієнтоване на завдання, є здоровим і ефективним методом подолання факторів стресу, а емоційно орієнтовані копінг-стратегії можуть бути неефективним механізмом подолання й сприяти більшій травматизації особистості в стресових ситуаціях.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у розширенні вибірки й необхідності врахування віку та статі респондентів в аналізі їх особистісних ресурсів (зокрема

резильєнтності) і тих копінг-стратегій, які допомагають відновити психологічну стійкість після травматичного досвіду.

Література

1. Герман, Дж. (2019). *Психологічна травма та шлях до видужання: наслідки насильства – від знуцань у сім'ї до політичного терору*. (О.А. Наконечна, О.В. Шлапак, пер. з англ.). Львів : Видавництво Старого Лева.
2. Климчук, В.О. (2020). Психологія посттравматичного зростання. *Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології*. Кропивницький : Імекс-ЛТД.
3. Кузьменко, Ю. (2022). Психологічні особливості стану та наслідків для осіб, що пережили втрату близьких їм людей під час війни. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія», 1*, 28–33 . DOI: <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2022-1.05>
4. Олефір, В.О. (2011). Взаємозв'язок життєстійкості, копінг-стратегій та психологічного благополуччя. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія: Психологія, 981(47)*, 168-172. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhIPC_2011_981_47_38
5. Родіна, Н.В. (2013). Психологія копінг-поведінки: системне моделювання (дис. д. психол. наук). Київський національний університет імені Тараса Шевченка. Київ. <https://dspace.onu.edu.ua/handle/123456789/10689>
6. Титаренко, Т.М. (2020). Ландшафти особистісних трансформацій унаслідок травматичного воєнного досвіду. *Український психологічний журнал, 1(13)*. 209–222. [https://doi.org/10.17721/upj.2020.1\(13\).13](https://doi.org/10.17721/upj.2020.1(13).13)
7. Asch, R.H., Esterlis, I., Southwick, S.M., & Pietrzak, R.H. (2021). Risk and resilience factors associated with traumatic loss-related PTSD in US military veterans: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study. *Psychiatry Research, Vol. 298*, 113–775. DOI: [10.1016/j.psychres.2021.113775](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113775)
8. Bonanno, G.A. (2012). Uses and abuses of the resilience construct: loss, trauma, and health-related adversities. *Social Science and Medicine, 74(5)*, 753–756. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2011.11.022>
9. Endler, N.S., & Parker, J.D. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology, 58(5)*, 844–854. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.5.844>
10. Fortes-Ferreira, L, Peiró, J.M., González-Morales, M.G., & Martín, I. (2006). Work-related stress and well-being: the roles of direct action coping and palliative coping. *Scand J Psychol, 47(4)*. 293–302. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2006.00519.x>
11. Herman, J. (1992). *Trauma and Recovery. The aftermath of violence – from domestic abuse to political terror*. New York : Harper Collins.
12. Lazarus, R.S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
13. Shakespeare-Finch, J., Gow, K., & Smith, S. (2005). Personality, Coping and Posttraumatic Growth in Emergency Ambulance Personnel. *Traumatology, 11(4)*, 325–334. DOI: [10.1528/trau.2005.11.4.325](https://doi.org/10.1528/trau.2005.11.4.325)

References

1. Herman, Dzh. (2019). *Psykhologichna travma ta shliakh do vyduzhannia: naslidky nasylstva – vid znuhchan u simi do politychnoho teroru [Psychological trauma and the path to recovery: the consequences of violence - from domestic abuse to political terror]*. (O.A. Nakonechna, O.V. Shlapak, Trans.). Lviv : Vydavnytstvo Staroho Leva [in Ukrainian].

2. Klymchuk, V.O. (2020). Psykholohiia posttravmatychnoho zrostantia [Psychology of post-traumatic growth]. *Natsionalna akademiia pedahohichnykh nauk Ukrainy, Instytut sotsialnoi ta politychnoi psykholohii – National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Institute of Social and Political Psychology*. Kropyvnytskyi : Imeks-LTD [in Ukrainian].
3. Kuzmenko, Yu. (2022). Psykholohichni osoblyvosti stanu ta naslidkiv dlia osib, shcho perezhlyly vtratu blyzkykh yim liudei pid chas viiny [Psychological features of the condition and consequences for persons who experienced the loss of loved ones during the war]. *Naukovyi visnyk Vinnytskoi akademii bezpererвної osvity. Seriiia «Pedahohika. Psykholohiia» - Scientific bulletin of the Vinnytsia Academy of Continuing Education. Series "Pedagogy. Psychology", 1*, 28–33. DOI: <https://doi.org/10.32782/academ-ped.psyh-2022-1.05> [in Ukrainian].
4. Olefir, V.O. (2011). Vzaiemozviazok zhyttiosti, dopinh-stratehii ta psykholohichnoho blahopoluchchia [The relationship between resilience, coping strategies and psychological well-being]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina/ Seriiia : Psykholohiia - Bulletin of Kharkiv National University named after V. N. Karazin. Series: Psychology, 981(47)*, 168–172. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhIPC_2011_981_47_38 [in Ukrainian].
5. Rodina, N.V. (2013). Psykholohiia kopinh-povedinky: systemne modeliuвання [Psychology of coping behavior: systematic modeling]. (Doctor's thesis). Kyivskiy natsionalnyi universytet imeni Tarasa Shevchenka, Kyiv. Retrieved from <https://dspace.onu.edu.ua/handle/123456789/10689> [in Ukrainian].
6. Tytarenko, T. M. (2020). Landshafty osobystisnykh transformatsii unaslidok travmatychnoho voiennoho dosvidu [Landscapes of personal transformations as a result of traumatic war experience]. *Ukrainskyi psykholohichnyi zhurnal-Ukrainian Psychological Journal, 1(13)*, 209–222. [in Ukrainian].
7. Asch, R.H., Esterlis, I., Southwick, S.M., & Pietrzak, R.H. (2021). Risk and resilience factors associated with traumatic loss-related PTSD in US military veterans: Results from the National Health and Resilience in Veterans Study. *Psychiatry Research, Vol. 298*, 113-775. DOI: [10.1016/j.psychres.2021.113775](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113775)
8. Bonanno, G.A. (2012). Uses and abuses of the resilience construct: loss, trauma, and health-related adversities. *Social Science and Medicine, 74(5)*, 753–756. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2011.11.022>
9. Endler, N.S., & Parker, J.D. (1990). Multidimensional assessment of coping: A critical evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology, 58(5)*, 844–854. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.5.844>
10. Fortes-Ferreira, L, Peiró, J.M., González-Morales, M.G., & Martín, I. (2006). Work-related stress and well-being: the roles of direct action coping and palliative coping. *Scand J Psychol, 47(4)*. 293-302. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2006.00519.x>
11. Herman, J. (1992). *Trauma and Recovery. The aftermath of violence – from domestic abuse to political terror* . New York : Harper Collins.
12. Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.
13. Shakespeare-Finch, J., Gow, K., & Smith, S. (2005). Personality, Coping and Posttraumatic Growth in Emergency Ambulance Personnel. *Traumatology, 11(4)*, 325–334. DOI: [10.1528/trau.2005.11.4.325](https://doi.org/10.1528/trau.2005.11.4.325)

**CORRELATION OF CHARACTERISTICS OF PERSONALITY'S COPING
BEHAVIOR WITH MANIFESTATIONS OF SYMPTOMS OF ITS TRAUMATIC
EXPERIENCE**

Liudmyla Malimon

**PhD in Psychology, Professor, Professor
of the Department of General and Clinical Psychology**

Lesya Ukrainka Volyn National University

13, Voli Ave., Lutsk, Ukraine, 43025

malimon.ludmila@vnu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-2964-6580>

Victoria Balabus

Master of Psychology

Lesya Ukrainka Volyn National University

13, Voli Ave., Lutsk, Ukraine, 43025

vbalabus@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0001-9976-6334>

Abstract

The article is focused on the study of the peculiarities of coping behavior of individuals with traumatic experience acquired as a result of experiencing psycho-traumatic situations of various severity and intensity in the conditions of a full-scale war. Theoretical (analysis and generalization of existing research on the problems of traumatic stress and coping), empirical (diagnostic methods) and mathematical statistics methods were applied to achieve the goal and tasks. Modern views on the concepts of trauma, psychotrauma and coping behavior (overcoming behavior) are considered. The peculiarities of individual behavior in a traumatic situation are analyzed. A significant number of links between the characteristics of coping behavior and the severity of the respondents' traumatic experience are determined. The relationship between personality coping styles with the acquired traumatic experience and its manifestations such as intrusion, avoidance, and excitability has been established. Individuals with a dominant task-oriented, “problem-solving” (problem-oriented strategy) coping style have been found to be less likely to experience subjective anxiety as a result of an acute event and show less avoidance. Conversely, individuals who rely more on emotion-oriented coping show higher symptoms of intrusion, avoidance, and excitability. The use of avoidance and distraction strategies, which are aimed at temporarily reducing the strength of stress, is ineffective and does not give the expected result when intrusion and excitability dominate as symptoms of a traumatic experience. It has been proven that coping styles are focused on solving tasks, perform a protective role and are associated with a decrease of anxiety in stressful situations, and coping styles focused on emotions are associated with greater reactions to anxiety, activating symptoms of intrusion, avoidance and excitability. Thus, problem-oriented strategies are a constructive and effective method of overcoming stress factors, while emotionally oriented coping strategies can be an ineffective coping mechanism and contribute to greater personal traumatization in stressful situations.

Keywords: stress, trauma, traumatization, traumatic experience, coping strategies, personality.

Подано 11.06.2024

Рекомендовано до друку 17.06.2024

УДК 159.942

[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24\(69\).03](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.24(69).03)

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У ЛЮДЕЙ ДОРОСЛОГО ВІКУ

Роман Попелюшко

доктор психологічних наук, доцент,

професор кафедри теоретичної і консультативної психології

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9

r.popeliushko@udu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-1227-1292>

Вікторія Семко

аспірантка кафедри теоретичної та консультативної психології

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9

v.h.semko@udu.edu.ua

Анотація

Стаття присвячена детальному теоретичному дослідженню основ розвитку емоційного інтелекту у дорослих. Основна увага зосереджена на ключовій ролі емоційного інтелекту у психологічному та соціальному функціонуванні дорослих осіб. Дослідження розкриває його вплив на різноманітні аспекти якості життя особистості. Заглиблюючись у структуру емоційного інтелекту, проведений аналіз ретельно розглядає ключові компоненти, такі як відчуття емоцій, вмлі стратегії саморегуляції, емпатійне розуміння та культивування співчуття. Детально проаналізовано різноманітні чинники, що впливають на розвиток емоційного інтелекту у дорослому віці, включаючи взаємодію соціального середовища, сімейного виховання, індивідуальних особливостей особистості та кумулятивного впливу життєвого досвіду. Автори надають всебічний огляд теоретичних підходів, які висвітлюють природу та значення емоційного інтелекту, акцентуючи його ключову роль у активізації потенціалу адаптивного функціонування й самореалізації дорослих у складних ситуаціях професійної, соціальної та буденної життєдіяльності. Висновки статті можуть бути корисними для дослідників, практикуючих психологів та спеціалістів різних профілів, хто цікавиться питаннями психології, емоційного інтелекту, факторів впливу на його розвиток у людей дорослого віку. Запропоновано цінні уявлення про тонкощі психології розвитку дорослих та фактори, які сприяють їх емоційному благополуччю. У цілому, дане дослідження, не лише доповнює загальноприйняте розуміння емоційного інтелекту у дорослому віці, але й підкреслює його ключову роль у формуванні індивідуального благополуччя та соціальної динаміки особистості дорослого віку. Шляхом подальшого дослідження та застосування цих уявлень у практичній діяльності спеціалістів психологічного та соціального напрямів, стає можливим створення середовища, що буде сприяти розвитку емоційного інтелекту, посилювати стійкість особистості, підтримувати належний рівень емпатійного реагування та задоволення у осіб дорослого віку.

Ключові слова: емоційний інтелект, ЕІ, дорослий вік, розвиток, психологічне функціонування, якість життя.

Вступ

Протягом тривалого часу, увагу в основному акцентували на інтелектуальному коефіцієнті (IQ), розглядаючи його як визначальний чинник успіху. Проте, в останні десятиліття, емоційний інтелект (EI) почав привертати все більше зосередження, оскільки часто саме емоції впливають на поведінку людини та її досягнення (Goleman, 1995).

Емоційний інтелект, який розуміють як здатність розпізнавати та керувати власними та емоціями та емоціями інших, є предметом значного повсякденного інтересу та наукових досліджень. Деякі вчені вважають, що EI можна розвивати з часом, на відміну від IQ, який вважається стійким показником (Goleman, 1995). Однак, існують і теорії, які стверджують, що емоційний інтелект є вродженим, подібно до інтелектуального коефіцієнта (Балл, 1993; Mayer & Salovey, 1995).

Важливо розрізнати вищезазначені поняття між собою, оскільки якщо IQ відображає інтелектуальну активність та здатність до логічного мислення, EI відповідає за сприйняття та обробку емоційних аспектів. Вищий рівень IQ традиційно вважався ключем до успішної кар'єри. Однак, наукові дослідження підтверджують, що EI має значний вплив на успіх у професійній діяльності, іноді навіть переважаючи за значенням IQ (Sternberg, 2012).

Високий рівень емоційного інтелекту сприяє не лише успішності в роботі, але й покращує розуміння соціальних взаємодій та взаєморозуміння. Розвинена емпатія дозволяє людині краще спілкуватися та вирішувати конфлікти, що є важливим умінням як у робочому, так і особистому житті.

Розвиток емоційного інтелекту у дорослих є ключовим аспектом адаптації до психологічних та соціальних викликів сучасного світу. Емоційний інтелект включає в себе розпізнавання, розуміння та керування власними емоціями, а також, здатність співчувати та ефективно спілкуватися з іншими.

Сьогодні однією з ключових проблем сучасної психології є розвиток емоційної культури людини. Це зумовлено низкою факторів, серед яких є підвищення емоційної напруженості в нашому оточенні. Сучасне життя характеризується прискореним темпом, збільшенням кількості стресових ситуацій, конкуренцією та зростанням відповідальності. Ці чинники призводять до підвищення інтенсивності та частоти емоційних переживань, що може викликати тривожність, відчуття безпорадності, сум та розпач (Боярин, 2013).

Недосконала реакція на стресові ситуації може негативно впливати на наше здоров'я. Люди, які уникають стресів, ризикують упустити можливості для особистісного розвитку. Замість того, щоб намагатися уникнути стресу, важливо навчитися ефективно стримувати його натиски та розвивати стратегії протистояння.

Недооцінка значення емоційної складової життя може призвести до збільшення кількості афективних розладів, депресивних станів, вибухів емоцій та конфліктів. Вона також ускладнює встановлення теплих та довірливих відносин з іншими людьми. Тому важливо приділяти увагу розвитку свого емоційного інтелекту для забезпечення психологічного та соціального благополуччя.

Отже, особистість має необхідність розвивати свій емоційний інтелект протягом життя, задля оптимізації особистісних емоційних реакцій та виявів у мінливих життєвих обставинах, з ціллю забезпечення явних або неусвідомлених потреб.

Мета дослідження полягає в теоретичному аналізі наукових джерел, в яких висвітлено передумови та особливості розвитку емоційного інтелекту осіб дорослого віку. **Завдання** дослідження: 1) проаналізувати сучасні уявлення вітчизняних і зарубіжних науковців про

емоційний інтелект, його структурність, умови, фактори та чинники розвитку; 2) здійснити теоретичний аналіз психологічних особливостей розвитку емоційного інтелекту у людей дорослого віку.

Методи дослідження

Для здійснення теоретичного аналізу психологічних особливостей емоційного інтелекту дорослих та впливу життєвих ситуацій на його розвиток було використано ряд теоретичних методів, зокрема, аналіз, синтез, індукція, дедукція, пояснення, систематизація, узагальнення даних теоретичних та експериментальних досліджень.

Результати та дискусії

Д. Гоулман у своїй книзі відзначає, що емоційний інтелект відіграє важливу роль у процесі особистісного зростання. Вміння контролювати свої емоції у складних ситуаціях сприяє розвитку механізмів адаптації до життя. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту мають сильну внутрішню мотивацію, що означає, що їхня діяльність визначається не лише зовнішніми стимулами, такими як гроші або слава, але й внутрішніми цінностями та відчуттям задоволення від власної діяльності (Goleman, 1995; Goleman, 1998).

Крім того, високий рівень емоційного інтелекту допомагає розуміти та взаємодіяти з іншими людьми в соціальних ситуаціях. Розвинене відчуття емпатії дозволяє співчувати іншим і ставити себе на їхнє місце, що відкриває нові перспективи для розуміння та вирішення конфліктних ситуацій. Люди з високим рівнем емоційного інтелекту здатні легше розпізнавати та відчувати емоції інших людей через їх жести, міміку, голос та дії.

Отже, емоційний інтелект є дуже важливим у підтримці здорових міжособистісних відносин, впливає на ефективність спілкування та взаєморозуміння в різноманітних життєвих ситуаціях.

Люди з високим рівнем емоційного інтелекту проявляють кращу здатність до вирішення конфліктів та адаптації до нових соціальних оточень. Вони легше встановлюють позитивні взаємовідносини з іншими людьми та виявляються більш ефективними у командних зусиллях. Такі особи частіше займають лідерські позиції, оскільки вміють ефективно керувати емоціями й вести колектив до досягнення поставлених цілей.

Емоційний інтелект впливає на якість міжособистісних стосунків в сім'ї. Пари, де обидва партнери мають високий рівень емпатії та здатні розуміти почуття одне одного, спілкуються краще й мають більше довіри одне до одного. Також високий рівень емоційного інтелекту сприяє конструктивному вирішенню конфліктів в сімейному середовищі, де знаходження компромісу та взаєморозуміння відбуваються в атмосфері спокою (Goleman, 1995).

На високий рівень когнітивної організації людини також впливає емоційний інтелект. Чим складніша когнітивна структура, тим складніше розрізняти емоції, почуття й інтереси від процесів сприйняття та мислення. Оскільки емоційні та когнітивні процеси взаємопов'язані, то вони не можуть бути розділені одне від одного в рамках вивчення та дослідження (Mayer & Salovey, 1995).

Розвиток емоційного інтелекту, або ЕІ, визначається як процес встановлення гармонійного співвідношення між когнітивними (пов'язаними з мисленням) та емоційними процесами в особистості. Цей процес також спрямований на вирішення проблем емоційних і

психосоматичних розладів, тобто на покращення психологічного й фізичного стану людини через розвиток її емоційного інтелекту (Bar-On, 1997).

Так як проблема емоційного інтелекту є досить новою, існує кілька різних підходів до її трактування, вимірювання та розвитку. Вчені, такі як Д. Гоулман, Г. Орме, Дж. Мейер, Дж. Карузо, Р. Бар-Он, Дж. Сайаррочі, Дж. Слейтер та Р. Стернберг, активно досліджують цю проблему.

Дослідники підкреслюють важливість і доцільність розвитку емоційного інтелекту, який вони вважають фактором, що сприяє успішному особистісному та професійному зростанню. Крім того, розвиток емоційного інтелекту визнається ключовим елементом у побудові позитивних соціальних взаємодій і сприяє конструктивним міжособистісним взаємодіям.

Однією з важливих передумов звернення уваги до емоційного інтелекту є вплив гуманістичної психології. У 50-х роках ХХ століття видатний психолог А. Маслоу ввів поняття «самоактуалізації», що відкрило нові горизонти в дослідженні особистості. Це спонукало дослідження, які поєднують когнітивні та емоційні аспекти людської природи (Maslow, 1954).

У радянській психології ідея єдності афекту й інтелекту знайшла своє відображення в працях видатних вчених, таких як Л. Виготський і С. Рубінштейн. Л. Виготський дійшов висновку, що емоції виступають посередником між інтелектом і засобами виявлення інтелекту, існує глибокий зв'язок між ними, і рівень розвитку одного визначає розвиток іншого. Ці погляди сприяли подальшому вивченню емоційного інтелекту та його впливу на людську поведінку та успішність у житті. Л. Виготський писав, що той, «хто відокремив мислення з самого початку від афекту, той назавжди заклав собі дорогу до пояснення причин самого мислення» і «зробив неможливим вивчення зворотного впливу мислення на афективну, вольову сторону психічного життя» (Столяренко, 2012). С. Рубінштейн, розвиваючи ідеї Л. Виготського, змінив свою думку на взаємозв'язок емоційної і інтелектуальної сфери та прийшов до висновку, що «самі емоції людини є єдністю емоційного й інтелектуального, так само як пізнавальні процеси зазвичай утворюють єдність інтелектуальну та емоційну» (Носенко, 2016).

У другій половині ХХ століття в області психології виникла потреба у вивченні нового феномену, який ми тепер називаємо «емоційний інтелект». Цей термін став відомим завдяки першим публікаціям Дж. Мейера та П. Селовея в 1990 році. У їхній спільній статті вони вперше запропонували визначення емоційного інтелекту та показали, що його можна систематично виміряти й дослідити (Mayer & Salovey, 1995).

За уявленнями Дж. Мейера, П. Селовея та Д. Карузо, емоційний інтелект визначається як здатність особистості до сприйняття та виклику емоцій, яка сприяє покращенню ефективності мислення й розвитку як інтелектуально, так і емоційно. На основі цієї концепції вони розробили методику MSCEIT (The Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test), яка призначена для вимірювання коефіцієнта емоційного інтелекту та дослідження здатностей, визначених в цій структурі (Mayer & Salovey, 1995).

Емоційний інтелект розглядається як частина соціального інтелекту, яка включає в себе здатність спостерігати власні емоції та емоції інших людей, розрізняти їх і використовувати цю інформацію для керування власним мисленням і діями.

Автори запропонували модель, що складається з чотирьох компонентів та ієрархічної структури, яка детально описує різні аспекти емоційного інтелекту:

1. *Сприйняття, ідентифікація емоцій, їх вираження.* Цей компонент охоплює здатність особистості сприймати та визначати емоції, а також реагувати на їх прояв у інших. Він також включає в себе здатність розрізняти істинні вирази емоцій від фальшивих.
2. *Фасилітація мислення.* Ця складова передбачає здатність викликати певні емоції та контролювати їх, щоб сприяти покращенню когнітивних процесів.
3. *Розуміння емоцій.* Цей аспект охоплює глибоке розуміння емоцій, зв'язків між ними, переходів від однієї емоції до іншої, аналіз їх причин та значень. Важливою складовою є також здатність класифікувати та інтерпретувати емоції.
4. *Управління емоціями.* Останній компонент передбачає здатність особистості контролювати свої емоційні стани, вміння знижувати інтенсивність негативних емоцій та ефективно реагувати на них (Mayer & Salovey, 1995).

Варто відзначити, що кожен з компонентів моделі емоційного інтелекту, запропонованої Дж. Мейером, П. Селовеєм і Д. Карузо, стосується не лише власних емоцій особистості, але й емоцій інших людей. Це означає, що розуміння та управління емоціями включає в себе сприйняття та реакцію на емоції інших, що є важливою складовою соціального спілкування та міжособистісних відносин.

Аналізуючи модель емоційного інтелекту, запропоновану Дж. Мейером, П. Селовеєм і Д. Карузо, можна зробити висновок, що вона розглядає ЕІ як когнітивну здатність. Це означає, що вони трактують емоційний інтелект як сукупність розумових процесів, пов'язаних з емоціями, таких як сприйняття, розуміння, реакція та управління емоціями. Такий підхід дозволяє розглядати ЕІ як важливий аспект інтелектуального розвитку та соціальної адаптації особистості (Mayer & Salovey, 1995).

У 1990-ті роки виникли так звані змішані моделі емоційного інтелекту, які визначають ЕІ як комбінацію когнітивних здібностей і особистісних характеристик (Балл, 1993).

Д. Гоулмен, автор книги «Емоційний інтелект: чому він може значити більше, ніж IQ?» (Goleman, 1995), побудував свою модель на попередніх працях П. Селовея і Дж. Мейєра, додавши до їх визначених компонентів кілька нових, таких як ентузіазм, наполегливість і соціальні навички. Таким чином, він об'єднав когнітивні здібності, які були включені в модель П. Селовея і Дж. Мейєра з особистісними характеристиками.

Згідно з теорією Д. Гоулмена, емоційний інтелект розглядається як «здатність особистості розуміти власні емоції та емоції оточуючих для того, щоб використовувати цю інформацію для досягнення власних цілей» (Goleman, 1998: 51). Це означає, що емоційний інтелект дозволяє людині краще розуміти не лише свої власні емоції, але й емоції інших людей, що допомагає їй досягати успіху в різних сферах життя.

Емоційний інтелект за моделлю Д. Гоулмена є ієрархічним і включає п'ять основних складових.

1. *Ідентифікація емоційних станів та розуміння взаємозв'язків.* Передбачає здатність розпізнавати та розуміти емоційні стани як власні, так і оточуючих людей, а також усвідомлення зв'язків між емоціями, мисленням і діями.
2. *Управління емоційним станом.* В основу означеного компоненту закладено контроль над власними емоціями і здатність замінювати негативні емоційні стани більш позитивними та адекватними.
3. *Здатність використовувати емоції для досягнення успіху.* Ця складова передбачає здатність входити в емоційні стани, які сприяють досягненню поставлених цілей і завдань.

4. *Емпатія та розуміння емоцій інших людей* включає здатність визначати емоції інших людей, бути чутливим до їхніх почуттів та вміння керувати емоціями інших у міжособистісних взаємодіях.

5. *Навички в міжособистісних відносинах*. Рівень цієї складової передбачає здатність вступати в відносини з іншими людьми, розвивати і підтримувати їх на основі взаєморозуміння, співчуття та ефективної комунікації (Goleman, 1998).

Іншим прикладом змішаної моделі емоційного інтелекту є модель Р. Бар-Она, яка являє собою змішану модель, що поєднує як когнітивні, так і не когнітивні аспекти. Згідно з його концепцією, емоційний інтелект визначається як сукупність різних здібностей та навичок, які допомагають успішно протистояти викликам та тиску, що навколо нас (Bar-On, 1997).

У своїх дослідженнях Р. Бар-Он розглядає емоційний інтелект як сукупність якостей, які допомагають захистити людину від негативних впливів зовнішнього середовища. Він ідентифікує п'ять ключових компонентів ЕІ, кожен з яких складається з ряду підкомпонентів:

1. *Самопізнання*: вміння розуміти власні емоції, впевненість у собі, самоповага, прагнення до самореалізації та незалежність.
2. *Міжособистісні навички*: уміння співпереживати, будувати міжособистісні взаємини та відчувати соціальну відповідальність.
3. *Адаптаційні навички*: вміння ефективно вирішувати проблеми, підтримувати зв'язок з реальністю та проявляти гнучкість у різних ситуаціях.
4. *Стресостійкість*: здатність зберігати емоційну стійкість в умовах стресу та контролювати імпульсивність.
5. *Емоційний настрій*: здатність досягати щастя та бути оптимістичним (Bar-On, 1997).

Ці компоненти формуються на основі знань і практичного досвіду автора, а також огляду наукових досліджень. Зазначено, що емоційний інтелект може бути спрямований як на власні емоції, так і на емоції інших людей, що вказує на існування внутрішньоособистісного та міжособистісного емоційного інтелекту.

Існує кілька ключових теорій, які намагалися пояснити феномен емоційного інтелекту в рамках психологічної науки. Перша з них - теорія емоційних та інтелектуальних здібностей, розроблена Дж. Майєром, П. Селовеєм і Д. Карузо (Mayer, Salovey & Caruso, 2000), які вважаються піонерами у цьому психологічному напрямку. Друга теорія належить Д. Гоулмену і називається теорією емоційних компетентностей, від якої почалася популяризація емоційного інтелекту в науці (Goleman, 1998). Третя теорія, запропонована Р. Бар-Оном, відома як некогнітивна теорія емоційного інтелекту (Bar-On, 1997). Всі ці теорії об'єднують у собі ряд здібностей, спрямованих на розуміння та контроль як власних, так і чужих емоцій.

Дослідження теоретичних аспектів розвитку емоційного інтелекту у людей дорослого віку надає розуміння доцільності його розвитку при сучасному темпі життя, як основну необхідність до якісного виживання. Можна засвідчитись, що розвиток емоційного інтелекту не лише можливий, але і корисний протягом життя, і має значний потенціал для покращення добробуту.

Загалом, ці дослідження визначають наступні характеристики емоційного інтелекту:

1. *Самопізнання та розуміння емоційного стану*. Наведена характеристика полягає в умінні розпізнавати та розуміти свої власні емоції, а також емоційний стан інших осіб. Вона охоплює усвідомлення своїх власних почуттів та вміння читати емоційні сигнали інших;

2. *Саморегуляція та контроль емоцій*, передбачає можливість свідомо викликати певні емоції та ефективно керувати ними. Це включає у себе здатність заспокоювати себе в стресових ситуаціях та зберігати емоційну стійкість;
3. *Емпатія та співчуття*, орієнтується на вміння відчувати та розуміти почуття та переживання інших людей. Вона дозволяє сприймати ситуації з точки зору інших осіб та виявляти розуміння та співчуття;
4. *Управління емоціями інших людей*, включає в себе можливість впливати на емоційний стан інших осіб, сприяючи їхньому позитивному настрою та здатності ефективно керувати власними емоціями;
5. *Мотивація та соціальні навички*, визначається мотивованістю особистості до досягнення успіху та рівнем її соціалізації. Вона включає в себе також вміння встановлювати позитивні міжособистісні зв'язки та ефективно спілкуватися з іншими (Sternberg, 2012).

Різні підходи до складових емоційного інтелекту та недостатність уніфікованого погляду на них впливають на можливість розвитку ЕІ. Два протилежних погляди представлені позиціями Дж. Майера, який стверджує, що ЕІ є відносно стійкою здатністю, навіть у дорослому віці (Mayer & Salovey, 1995) та Д. Гоулмена, який вважає, що ЕІ можна розвивати протягом усього життя (Goleman, 1998). Зрозуміло, що підлітковий і юнацький вік особливо важливі для формування ЕІ, включаючи уміння виражати та розпізнавати емоції. Проте, хоча розвиток ЕІ у дорослих вимагає значних зусиль і часу, нейронні шляхи головного мозку залишаються пластичними й до середини життя людини.

Висновки

Аналіз сучасних вітчизняних та зарубіжних наукових доробок надав можливість констатувати, що керування та покращення розвитку складових ЕІ можливе через тренування, спрямоване на адекватне сприйняття та конструктивне використання емоцій. Це можна здійснити за допомогою різних методів: індивідуальні та групові тренування, дискусії, лекції, психологічні ігри, коучинг, майстер-класи, арт-терапія, психогімнастика, поведінкова терапія, моделювання ситуацій, ролеві ігри, зворотній зв'язок, демонстрації, проектування тощо.

Теоретичні аспекти розвитку емоційного інтелекту у людей дорослого віку розглядають різні площини емоційного інтелекту в контексті дорослого віку, відзначаючи важливість його розвитку протягом усього життя. Матеріали дослідження свідчать, що емоційний інтелект не лише піддається подальшому розвитку у дорослому віці, але також має значний вплив на якість життя, включаючи міжособистісні відносини, робочі успіхи та загальне благополуччя. Отже, розуміння та підтримка розвитку емоційного інтелекту у дорослих може стати ключовим елементом в програмах освіти, психологічній підтримці та стратегіях особистісного росту.

Перспективним напрямком подальших досліджень питання розвитку емоційного інтелекту дорослих вбачається в поглибленому теоретичному та емпіричному вивченні взаємозв'язку, впливу, наслідків різних життєвих ситуацій та надзвичайних подій на потребу розкриття емоційних здібностей, навичок, умінь до чуттєвого самовираження.

Література

1. Балл, Г.О. (1993). *До розробки теоретичної моделі вільної особистості*. Київ : ПАПН.
2. Боярин, Л. (2013). Теоретичний аналіз вивчення проблеми соціальної адаптації в психологічній літературі. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*, 3, 54–60. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp_2013_3_11

3. Носенко, Е.Л. (2016). *Емоційний інтелект як чинник досягнення життєвого успіху*. (Монографія). Київ : Освіта України. Режим доступу: <http://repository.dnu.dp.ua:1100/upload/cf4f1242399585b7fb5656da6272651eEIC.pdf>
4. Столяренко, О.Б. (2012). *Психологія особистості*. (Навчальний посібник). Київ : Центр учбової літератури. Режим доступу: <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Psykholohia-osobystosti.-Stoliarenko-O.-B..pdf>
5. Bar-On, R. (1997). *Emotional Intelligence in Men and Women. Emotional Quotient Inventory*. Toronto.
6. Caruso, M. (2002) *Emotional Intelligence as a Key to Success in Adult Life*. Chicago : Free Press.
7. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ and How to Develop It*. New York : Bantam Books. Режим доступу: <https://asantelim.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/05/daniel-goleman-emotional-intelligence.pdf>
8. Goleman, D. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. New York : Bantam Books. Режим доступу: https://www.academia.edu/44384606/WORKING_WITH_EMOTIONAL_INTELLIGENCE
9. Maslow, A.H. (1954). *Motivation and Personality*. New York : Harper & Row. Режим доступу: <https://www.holybooks.com/wp-content/uploads/Motivation-and-Personality-Maslow.pdf>
10. Mayer, J., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). *Emotional Intelligence in Everyday Life: A Scientific Inquiry*. New York : Psychology Press.
11. Mayer, J., Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*, 4, 197–208. [https://doi.org/10.1016/S0962-1849\(05\)80058-7](https://doi.org/10.1016/S0962-1849(05)80058-7)

References

1. Ball, H.O. (1993). *Do rozrobky teoretychnoi modeli vilnoi osobystosti [To the development of a theoretical model of a free personality]*. Kyiv : IPAPN [in Ukrainian].
2. Boiaryn, L. (2013). Teoretychnyi analiz vyvchennia problemy sotsialnoi adaptatsii v psykholohichnii literaturi [Theoretical analysis of studying the problem of social adaptation in psychological literature]. *Teoretychni i prykladni problemy psykholohii – Theoretical and applied problems of psychology*, 3, 55–61. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/Tipp_2013_3_11 [in Ukrainian].
3. Nosenko, E.L. (2016). *Emotsiyni intelekt yak chynnyk dosiahnennia zhyttievoho uspikhu [Emotional intelligence as a factor in achieving life success]*. Kyiv : Osbita Ukrainy. Retrieved from <http://repository.dnu.dp.ua:1100/upload/cf4f1242399585b7fb5656da6272651eEIC.pdf> [in Ukrainian].
4. Stoliarenko, O.B. (2012). *Psykhohiia osobystosti [Personality psychology]*. Kyiv : Tsentr uchbovoi literatury. Retrieved from <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Psykholohia-osobystosti.-Stoliarenko-O.-B..pdf> [in Ukrainian].
5. Bar-On, R. (1997). *Emotional Intelligence in Men and Women. Emotional Quotient Inventory*. Toronto.
6. Caruso, M. (2002) *Emotional Intelligence as a Key to Success in Adult Life*. Chicago : Free Press.
7. Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ and How to Develop It*. New York : Bantam Books. Retrieved from <https://asantelim.wordpress.com/wp-content/uploads/2018/05/daniel-goleman-emotional-intelligence.pdf>
8. Goleman, D. (1998). *Working with Emotional Intelligence*. New York : Bantam Books. Retrieved from https://www.academia.edu/44384606/WORKING_WITH_EMOTIONAL_INTELLIGENCE
9. Maslow, A.H. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row. Retrieved from <https://www.holybooks.com/wp-content/uploads/Motivation-and-Personality-Maslow.pdf>
10. Mayer, J., Salovey, P., & Caruso, D. (2000). *Emotional Intelligence in Everyday Life: A Scientific Inquiry*. New York : Psychology Press.
11. Mayer, J., Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology*, 4, 197–208. [https://doi.org/10.1016/S0962-1849\(05\)80058-7](https://doi.org/10.1016/S0962-1849(05)80058-7)

THEORETICAL ASPECTS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE DEVELOPMENT IN ADULTS

Roman Popeliushko

**Doctor of Sciences in Psychology, Professor,
Professor of the Department of Theoretical and Counseling Psychology**

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

r.p.popeliushko@udu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-1227-1292>

Viktorija Semko

Postgraduate student of the Department of Theoretical and Counseling Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

v.h.semko@udu.edu.ua

Abstract

The article is aimed at a detailed theoretical study of the basics of the emotional intelligence development in adults. The main focus is on the key role of emotional intelligence in the psychological and social functioning of adults. The study reveals its profound impact on various aspects of the quality of life of an individual. Delving into the structure of emotional intelligence, the analysis carefully examines key components such as emotional awareness, skillful self-regulation strategies, empathic understanding, and cultivating compassion. Various factors affecting the development of emotional intelligence in adulthood, including the interaction of the social environment, family upbringing, individual personality traits and the cumulative impact of life experience, are analyzed in detail. The authors provide a comprehensive overview of theoretical approaches that highlight the nature and significance of emotional intelligence, emphasizing its key role in activating the potential for adaptive functioning and self-realization of adults in complicated situations of their professional, social, and everyday life. The conclusions of the article can be useful for researchers, practicing psychologists and specialists of various profiles, who are interested in issues of psychology, emotional intelligence, factors affecting its development in adults. Valuable insights into the specifics of the psychology of adult development and factors that contribute to their emotional well-being are offered. In general, this study not only complements the generally accepted understanding of emotional intelligence in adulthood, but also emphasizes its key role in the formation of individual well-being and social dynamics of an adult personality. Through further research and application of these concepts in the practical activities of psychological and social specialists, it becomes possible to create an environment that will promote the development of emotional intelligence, strengthen the stability of the individual, maintain the appropriate level of empathic response and satisfaction in adults.

Keywords: emotional intelligence, EI, adult age, development, psychological functioning, quality of life.

Подано 01.05.2024

Рекомендовано до друку 05.06.2024

ПРОБЛЕМА УСПІШНОСТІ ОСОБИСТОСТІ В ПСИХОЛОГІЇ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ

Богдан Прядко

аспірант кафедри соціальної психології

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9

20a.b.priadko@std.npu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-6954-5856>

Людмила Ширяєва

кандидат психологічних наук, професор,

професор кафедри соціальної психології

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9

shln_2010@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0002-4797-7340>

Анотація

Стаття присвячена теоретичному аналізу підходів до вивчення проблеми досягнення успіху у сучасній психологічній літературі. На основі теоретико-методологічного аналізу вказаної проблеми в психолого-педагогічній літературі визначено концептуальні позиції щодо вивчення поняття «успішність особистості». Використані методи дослідження включають теоретичний аналіз, систематизацію, порівняння та узагальнення. Детально порівнюються різні підходи до визначення понять «успіх», «успішність», «досягнення успіху», а також, питання мотивації досягнення успіху. Зазначено, що проблема успіху та успішності людини залишається недостатньо дослідженою, і вона взаємодіє з різними філософськими, психологічними та педагогічними категоріями. Висловлено думку, що подальші дослідження цього питання є надзвичайно актуальними, оскільки проблема формування успішності людини часто пов'язана з рівнем соціально значущих чи особистісних результатів, які вона досягає. Термін «успішність» викликає різні асоціації та пов'язаний з індивідуальною системою оцінок і цінностей. Неможливо розглядати успішність поза конкретним видом діяльності, оскільки вона завжди супроводжується певними досягненнями та здобутками. Таким чином, успіх і успішність можна розглядати як окреме та загальне явище. Проведений теоретичний аналіз феномену успіху підтверджує його складність і багатогранність. Він слугує індикатором досягнень особистості, забезпечує позитивний емоційний фон життя та спрямовує на пошук нових креативних форм діяльності. Узагальнюючи наукові підходи, запропоновано визначення успішності як системного явища, в основі якого лежить мета досягти успіху й гармонії в усіх сферах суспільного життя через цілеспрямовану діяльність. На основі узагальнень наукової літератури були сформовані перспективи подальших досліджень, які полягають у підборі методичного матеріалу та проведенні емпіричних досліджень з метою розробки подальших рекомендацій оптимізації професійної успішності особистості.

Ключові слова: успіх, успішність, успішна особистість, досягнення успіху, мотивація досягнення успіху.

Вступ

У сучасних умовах терміни «успішна людина» й «успішний професіонал» стали практично синонімами, оскільки саме особистість виступає суб'єктом досягнення успіху. Характеристика процесу досягнення успішності є актуальним об'єктом наукового осмислення та має мультидисциплінарне значення. Зарубіжні та вітчизняні психологи, досліджуючи психологічні аспекти успіху, розглядали цю проблему в різних контекстах. Соціальна психологія розглядає успіх як соціально-результуючий компонент діяльності особистості з позиції концепції раціонального вибору (І. Городняк). У психології успіх досліджується через призму діяльності (Ю. Ільїна, І. Боровинська, О. Матеюк, С. Занюк), почуття (І. Бех), мотивації досягнень (Г. Мюррей, Дж. Аткинсон, К. Левін, Н. Пророк), самоактуалізації, самоефективності (А. Маслоу), гармонійної адаптації до умов життя (О. Романовський).

Успішність може бути розглянута як досягнення стану рівноваги й гармонії (О. Матеюк), високого рівня відповідальності (Ф. Хайдер), особистісного досягнення (Д. Роттер), процес самореалізації (А. Вернудіна), взаємодії особистості зі соціокультурним середовищем (Г. Балл), події (О. Кресан), результативності (М. Мескон), рефлексії досвіду (Н. Чепелева) тощо.

Проблема успіху та успішності людини залишається недостатньо дослідженою. Багато складових природи успіху ще знаходяться в процесі вивчення і перетинаються з різноманітними філософськими, психологічними і педагогічними категоріями. Подальше дослідження цього питання залишається надзвичайно актуальним, оскільки сучасна успішна людина прагне досягати високих особистісних і соціально значущих результатів.

Мета нашого дослідження полягає у теоретичному обґрунтуванні особливостей понять «успіх» та «успішність». Для досягнення мети визначено такі **завдання**: 1) проаналізувати теоретичні підходи у сучасній психологічній літературі до вивчення проблеми досягнення успіху; 2) на основі теоретико-методологічного аналізу проблеми в психолого-педагогічній літературі окреслити концептуальні позиції вивчення поняття «успішність особистості».

Методи дослідження

Для реалізації завдань дослідження нами були використані наступні методи: аналіз, систематизація, порівняння та узагальнення для уточнення теоретичних засад проблеми розвитку досягнення успіху.

Результати та дискусії

Серед численних проблем, що вивчаються у контексті особистості, велике значення має дослідження категорії успішності взагалі та ставлення людини до свого власного успіху зокрема. Оскільки успіх як психологічне явище тісно пов'язаний із соціальними особливостями особистості.

Хоча феномен успіху вивчається у психології вже довгий час, на сьогодні відсутній загальний підхід не лише до розуміння механізму досягнення успіху, але й до визначення змісту відповідного поняття. Поняття «успіх» часто використовується синонімічно з такими термінами, як самоствердження, самореалізація, визнання, ідеал тощо. Аналізуючи особливості дослідження проблеми успіху, можна визначити, що дослідники часто обмежуються двома тенденціями: внутрішньою (ціннісною) та зовнішньою (поведінковою).

Важливо відзначити, що проблема успіху почала активно розроблятися в українській психології нещодавно. Це може бути пов'язано з культурними особливостями, які тривалий час домінували в нашому суспільстві. Зокрема, Ю.М. Ільїна зауважувала, що в країнах СНД

існує «психологічна комплексологія» та «архетипічне неприйняття успішності», що може обумовлювати відносно недавній інтерес до цього питання в українському контексті (Ільїна, 2010).

Зміни, які відбуваються в Україні, зокрема, в сфері соціальної, економічної та політичної, призводять до зростання усвідомлення цінності успіху як для конкретної особистості, так і для суспільства в цілому. Це спонукає до подальших досліджень проблеми успіху та успішності, але поки що немає чітких матеріалів, які б диференціювали ці поняття.

Ю.М. Ільїна визначала успіх як результат діяльності, спрямованої назовні або всередину, який викликає емоційний стан, що може бути оцінений як суб'єктивно, так і об'єктивно. Вона також вказує на те, що досягнення успіху відбувається з прогнозованими або допустимими витратами на бажаний термін, а також з можливістю повторити його (Ільїна, 2010).

Авторка пропонувала розглядати поняття успіху через ментальну модель розвитку психологічних компетенцій успішної особистості. Вона визначала ментальну модель як «тріаду особистості», яка включає ставлення до оточуючих, ставлення до світу та ставлення до самої себе. Ця модель об'єднує інтелектуальні й діяльнісні аспекти, пов'язані з індивідуальним досвідом особистості. Ресурсність особистості, яку вона визначає, є важливим чинником її успішності, проєктуючи перспективу успіху і мотивуючи до подальшого розвитку (Ільїна, 2010).

В.Ю. Вінков визначав успіх як досягнення бажаної мети в певній сфері діяльності, яке відповідає вимогам цієї діяльності та наявним знанням особистості про її результати (Вінков, 2015).

Можна виділити основні сфери, де успіх стає важливим і необхідним для сучасної людини: соціальна, економічна, психоемоційна, фізичне здоров'я, академічна, професійна та кар'єрна самореалізація. Варто відзначити, що сучасна людина не обмежується досягненням успіху в одній сфері, а прагне до поліуспішності, визначаючи свої пріоритети залежно від багатьох чинників, таких як вік, емоційний стан, інтереси та запити часу.

Українська мова дозволяє тлумачити поняття успіху в двох значеннях. По-перше, успіх можна визначати як позитивний результат чи значні досягнення у роботі або справі. По-друге, успіх – це визнання громадою, суспільством, тобто схвалення певних досягнень. Поняття «успішність» виявляється складнішим для аналізу. У вчених немає єдиної думки щодо його визначення, адже воно викликає різні асоціації й пов'язане з індивідуальною системою оцінок і цінностей. Успішність обов'язково стосується певного виду діяльності та завжди супроводжується значними досягненнями, здобутками, перемогами тощо. Таким чином, можна стверджувати, що успіх і успішність нерозривно пов'язані як частина та ціле, або як щось випадкове й системне.

Навіть семантично близькі категорії «успіх» та «успішність» важко чітко розмежувати. Успіх, як правило, виражає ситуативну результативність діяльності, орієнтованої на досягнення конкретної мети, тоді як успішність є характерологічною якістю особистості, яка відображає систему психічних властивостей та оцінку своєї життєдіяльності в цілому. Успішність є показником суб'єктивного досвіду, відображаючи особливості як самої особистості, так і її життя в цілому.

Розглядаючи поняття успішності особистості, можна відзначити, що в психологічній літературі важко знайти універсальне визначення цього терміну. Зарубіжні та вітчизняні вчені часто використовують термін «успіх» при визначенні «успішності». Можна охарактеризувати переживання успішності, розглядаючи його як стан, що виникає в результаті або передчутті

досягнення успіху. У цьому контексті успішність може визначатися як наявність успіхів у певній діяльності та володіння засобами, які забезпечують значний результат у досягненні поставлених цілей.

Одним із ключових елементів успішності вважається особистісна зрілість, яка включає відповідальність, позитивне ставлення до себе та інших, терпимість, потребу у саморозвитку та прагнення до максимально повної самореалізації. Високий рівень особистісної зрілості, на думку О.А. Матеюк, сприяє і професійній зрілості.

Усі ці аспекти вказують на те, що успішність особистості є комплексним явищем, що включає різноманітні аспекти і залежить від різних факторів, таких як інтелектуальність, діяльність, ресурсність та особистісна зрілість (Матеюк, 2012).

О.А. Матеюк підкреслював, що успішність – це неодноразово верифікований життєвий досвід, що формується завдяки позитивному мисленню, мотивації і цілеспрямованій діяльності. Науковець вказував на внутрішній стан особистості, який досягається через регулярну концентрацію на своїх ключових бажаннях та активних діях щодо їх втілення. Автор підкреслює, що успішність визначається як суб'єктивними (особистісними утвореннями) так і об'єктивними чинниками, які взаємодіють та впливають один на одного (Матеюк, 2012).

Автор також стверджує, що успіх у особистому житті дозволяє людині жити щасливо, але для довготривалого щастя потрібні стабільні матеріальні ресурси. Таким чином, успішна професійна діяльність стає необхідною. Однак, присвяченість роботі та родині можуть конфліктувати, викликаючи «втечу в роботу». Дослідження свідчать, що успіх в професійній діяльності не завжди передбачає успіх у особистому житті (Матеюк, 2012).

Розглядаючи поняття «успішність» з погляду О.С. Голентовської, варто відзначити, що вона розрізняє об'єктивний (соціальний) та суб'єктивний аспекти успішності. Соціальний складник успішності, за її думкою, визначається результатом діяльності, узгоджується з оцінкою експертів, продуктивністю праці, якістю продукції, та іншими соціальними показниками. Суб'єктивний аспект успішності пов'язаний із самооцінкою особи власних професійних досягнень, вірою у власний потенціал та відчуттям зростання й розвитку (Голентовська, 2015).

О.Є. Поліванова розглядала успішність як особистісне переживання досягнення успіху та особливості особистості, що вказує на її ефективність та результативність у досягненні мети. Такий підхід підкреслює важливість особистісного внутрішнього переживання успіху (Поліванова, 2014).

Усі ці теорії підкреслюють комплексний характер успішності, враховуючи як об'єктивні, соціальні аспекти, так і суб'єктивні переживання та внутрішні стани особистості.

Зазначається, що успішність виявляється в суб'єктивному переживанні задоволення від свого існування, і виступає механізмом втілення життєвого сенсу та життєвої програми. Також, це розглядається як результат конструктивних екзистенційних виборів та життєтворчих умінь, що визначають можливості життєздатності та життєстійкості.

У цьому контексті, успішність визначається як вдале досягнення бажаної мети. Успішною людиною вважається та, яка може поставити перед собою перспективні цілі та вміє їх досягати своєчасно та з мінімальними затратами енергії. Такий підхід дозволяє розглядати успішність як самореалізацію особистості та її самоствердження в соціумі.

Висвітлено, що успішність є позитивним результатом діяльності людини, який полягає у досягненні значущих для неї цілей. Така успішність може служити формою самореалізації

особистості, забезпечуючи саморозвиток та отримання суспільної оцінки у формі схвалення і визнання.

Більшість науковців розглядає успішність у контексті високих результатів життя та діяльності, яка виявляється у суб'єктивному задоволенні особи своїм існуванням. Це може бути розглянуто як механізм втілення життєвого сенсу, результат конструктивних екзистенційних виборів та життєтворчих умінь, а також можливості життєздатності та життєстійкості. У цьому контексті феномен успішності асоціюється не лише з окремим видом діяльності, але й з цілісним, результативним аспектом життя людини, який дозволяє їй розкритися у розвитку та особистісному зростанні (Даценко, 2022).

Іншими словами, успішність визначається як вдалий результат досягнення поставленої мети. Таким чином, досягнення успішності розглядається як форма самореалізації особистості та її самоствердження в соціумі. Успішність – це позитивний результат діяльності людини, який полягає у досягненні значущих для неї цілей і забезпечує можливість саморозвитку та отримання суспільної оцінки у формі схвалення та визнання.

З теоретичного аналізу видно, що успішна особистість у певній сфері діяльності характеризується професійною зрілістю, яка включає самоактуалізацію та самореалізацію. Основними рисами професійно успішної особистості можуть бути психічне здоров'я, функціональна автономність та мотивація (А. Маслоу, К. Роджерс).

Ю.О. Назар вказує, що спрямованість особистості на досягнення успіху грає ключову роль у її розвитку. Спрямованість формується під впливом минулого досвіду та взаємодії з оточуючими. Мотивація та самоефективність, визначені соціально-когнітивною теорією А. Бандури, впливають на успіх у діяльності. Розуміння себе та оточуючого світу, власних потреб і цінностей стає важливим для досягнення успіху (Назар, 2013).

Мотивація досягнення успіху визначає потенційні можливості особистості та активізує її у професійній діяльності. Вона є механізмом, який сприяє подальшому професійному розвитку та творчій активності. Мотивація також визначає соціально-психологічний контекст, що регулює поведінку в умовах самовизначення особистості (Матеюк, 2012).

Сьогодні актуальність проблеми самореалізації кожної особистості набуває особливого значення, оскільки самореалізація визнається ключовим критерієм у формуванні і розвитку особистості. Дві основні сфери самореалізації – професійна діяльність та сімейне життя – заслуговують на особливу увагу. У сучасному суспільстві особливо важливим є питання успішності та реалізації у професійній сфері. Вимоги сучасності до людини стають все вищими, враховуючи велике конкурентне середовище та складні соціально-економічні умови. Процес саморозвитку і самореалізації неминучий в цьому контексті. Для досягнення успіху у професійній сфері важливе формування та розвиток таких психологічних якостей, як цілеспрямованість, упевненість, наполегливість, організованість, передбачливість, гнучкість, конкурентоспроможність та оптимізм. Ці якості є важливими складовими успішності в будь-якій сфері діяльності, включаючи професійну.

Саморозвиток і самореалізація виникають з самовизначення та самоактуалізації особистості. Самовизначення забезпечує розуміння себе, оцінку власних можливостей, здатність до виконання поставлених завдань, вибір засобів досягнення та реакцію на ситуації. Самоактуалізація виступає як пусковий механізм для побудови самореалізації. Таким чином, професійна самореалізація може бути розглянута як постійний процес формування потенцій індивіда в творчій діяльності протягом усього життя.

Дослідженнями психологів доведено, що більшість людей має потрібний потенціал у духовній, моральній, емоційно-вольовій, фізичній та інтелектуальній сферах для досягнення

успіху та самореалізації. С.Д. Максименко зауважує, що самореалізація особистості, разом із мотивацією, є вродженою якістю будь-якої особистості і не потребує додаткового формування. Проте багато людей не розкривають усі свої можливості, залишаючи частину своїх сил і якостей невикористаними через недостатнє розуміння власного потенціалу. Аналіз вітчизняної філософсько-психологічної традиції підтверджує, що самореалізація є природним прагненням для будь-якої людини. Таким чином, твердження про те, що лише невелика кількість осіб досягає самореалізації, є необґрунтованим. Проте соціальні умови можуть впливати на активність та глибину процесу становлення особистості (Максименко, 2021).

Значимість ресурсів та можливостей людини відзначають приклади індивідів, які досягли великих результатів. Історія світової цивілізації має безліч таких прикладів. Дослідження причин надзвичайних досягнень та успіху у житті дозволяє зробити висновок, що потенціал кожної людини безмежний, але без відповідного виявлення та розвитку здібностей він може залишитися невикористаним. Видатні особистості відрізняються високою активністю, прагненням до особистого зростання, міцною волею, інтуїцією та уявою, а також вірою у свої сили. Ці якості, разом з іншими, лежать в основі їхніх досягнень, допомагаючи правильно сформулювати цілі та знайти шляхи для досягнення їх за допомогою власного потенціалу та енергії спільно з іншими (Авер'янова, 2017).

У процесі самовизначення особистості мотивація досягнення успіху виступає як механізм, який формує її цілеспрямованість та ефективність. Таким чином, виявляється, що успіх у професійній діяльності визначається не лише уміннями та навичками, але і мотивацією, спрямованістю та самоефективністю особистості.

Висновки

Сучасне оточення вимагає високого професіоналізму та успішності в конкретній сфері для того, щоб досягти успіху і самореалізації в житті. Проте, поняття успіху та успішності залишається недостатньо вивченим і переплітається з філософськими, психологічними і педагогічними аспектами. Теоретичний аналіз феномену успіху підтверджує його складність та багатогранність. На основі думок вчених можна визначити успішність як системне явище, засноване на меті досягти успіху і гармонії в усіх сферах життя через цілеспрямовану діяльність. Успішність включає в себе життєвий досвід, життєвий стиль та позитивне мислення. Успіх слугує індикатором досягнення поставленої особистістю мети, який визнається як самою людиною, так і суспільством. Успіх забезпечує позитивний емоційний фон життя та підштовхує до пошуку нових креативних форм. Досягнення успішності – це складний процес становлення зрілої особистості, який включає мотиваційно-вольові та індивідуально-психологічні аспекти. Таким чином, *перспективи подальших досліджень* вбачаємо у використанні результатів теоретичного пошуку як орієнтирів емпіричних досліджень та розробки подальших конкретних рекомендацій щодо оптимізації професійної успішності особистості.

Література

1. Авер'янова, А. (2017). Професійний успіх як основа самореалізації особистості. *Науковий вісник МНУ імені В.О. Сухомлинського. Психологічні науки*, 1(17), 7–12. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2017_1_3
2. Боровинська, І.Є. (2017). До психологічного розуміння понять «успіх», «успішність», «життєвий успіх», «життєва успішність». *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*, 3 (2), 142–148. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2017_3%282%29_26

3. Вінков, В.Ю. (2015). Уявлення про життєвий успіх: стан розробленості проблематики в соціальній психології. *Проблеми політичної психології*, 2, 221–231.
4. Голентовська, О.С. (2015). Проблема особистісної успішності в командній діяльності крізь призму української і російської наукової думки. *Проблеми політичної психології*, 2, 209–220.
5. Даценко, О.А. (2022). Психологічний аналіз концепту «успішність». *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*, 34(73), 9–14. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.5/02>
6. Ільїна, Ю.М. (2010). Психологічна модель успішності в кризові періоди суспільства. *Актуальні проблеми психології. Т.8. Психологічна теорія і технологія навчання*, 7, 114–127.
7. Максименко, С.Д. (2021). *Психологія особистості*. Київ : Алерта.
8. Матеюк, О.А. (2012). Успішність особистості: сутність та зміст феномена. *Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України*, 4. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps_2012_4_31.
9. Назар, Ю.О. (2013). Теоретико-психологічний аналіз особливостей процесу досягнення успішності у професійній діяльності особистості. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія : Психологічні науки*, 2(10), 217–221.
10. Поліванова, О.С. (2014). Взаємозв'язок уявлення про успіх та соціально-психологічних характеристик особистості у сучасній молоді. *Вісник Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна. Серія «Психологія»*, 1099(54), 19–22.

References

1. Averianova, A. (2017). Profesiyni uspikh yak osnova samorealizatsii osobystosti [Professional success as a basis for personal self-realization]. *Naukovyi visnyk MNU imeni V.O. Sukhomlynskoho. Psykholohichni nauky – Scientific Bulletin of V. O. Sukhomlynskyi MNU. Psychological sciences*, 1(17), 7–12. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2017_1_3 [in Ukrainian].
2. Borovynska, I.Ye. (2017). Do psykholohichnoho rozuminnia poniaty “uspikh”, “uspishnist”, “zhyttievyi uspikh”, “zhyttieva uspishnist” [Towards a Psychological Understanding of the Notions “Success”, “Achievement”, “Life Success”, and “Life Achievement”]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriiia Psykholohichni nauky – Scientific Bulletin of Kherson State University. Series: Psychological sciences*, 3(2), 142–148. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2017_3%282%29_26 [in Ukrainian].
3. Vinkov, B.Yu. (2015). Uyavlennia pro zhyttievyi uspikh: stan rozroblennosti problematyky v sotsialnii psykholohii [Conceptions of Life Success: The State of Problem Development in Social Psychology]. *Problemy politychnoi psykholohii – Problems of political psychology*, 2, 221–231 [in Ukrainian].
4. Holentovska, O.S. (2015). Problema osobystichnoi uspishnosti v komandnii diialnosti kriz pryzmu ukrainskoi i rosiiskoi naukovoї dumky [The Issue of Personal Success in Team Activities through the Prism of Ukrainian and Russian Scientific Thought]. *Problemy politychnoi psykholohii – Problems of political psychology*, 2, 209–220 [in Ukrainian].
5. Datsenko, O.A. (2022). Psykholohichniy analiz kontseptu “uspishnist” [Psychological Analysis of the Concept of “Success”]. *Vcheni zapysky TNU imeni V.I. Vernadskoho. Seriiia: Psykholohiia – Academic notes of V.I. Vernadskyi TNU. Series: Psychology*, 34(73), 9–14. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2022.5/02> [in Ukrainian].
6. Ilina, Yu.M. (2010). Psykholohichna model uspishnosti v kryzovi periody suspilstva [Psychological Model of Success in Crisis Periods of State Building]. *Aktualni problemy psykholohii Psykholohichna teoriia i tekhnolohiia navchannia – Actual Problems of Psychology. Vol.8. Psychological theory and learning technology*, 7, 114–127 [in Ukrainian].
7. Maksymenko, S.D. (2021). *Psykhohiia osobystosti [Personality psychology]*. Kyiv : Alerta [in Ukrainian].
8. Mateiuk, O.A. (2012). Uspishnist osobystosti: sutnist ta zmist fenomena [Personal Success: Essence and Content of the Phenomenon]. *Visnyk Natsionalnoi akademii Derzhavnoi prykordonnoi sluzhby Ukrainy – Bulletin of the National Academy of the State Border Service of Ukraine*, 4. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps_2012_4_31 [in Ukrainian].
9. Nazar, Yu.O. (2013). Teoretyko-psykholohichniy analiz osoblyvosti protsesu dosiahnennia uspishnosti u profesiinii diialnosti osobystosti [Theoretical-Psychological Analysis of Features of

- the Process of Achieving Success in Professional Activity of an Individual]. *Naukovyi visnyk Mykolaivskoho derzhavnoho universytetu imeni V.O. Sukhomlynskoho. Seriya: Psykholohichni nauky – Scientific Bulletin of V.O. Sukhomlynskyi Mykolaiv State University. Series: Psychological sciences*, 2(10), 217–221 [in Ukrainian].
10. Polivanova, O.S. (2014). Vzaiezmozviazok yavlennia pro uspih ta sotsialno-psykholohichnykh kharakterystyk osobystosti y suchasnoi molodi [Interconnection of Conceptions of Success and Socio-Psychological Characteristics of Personality in Modern Youth]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V.N. Karazina. Seriya "Psykholohiia" – Book of the V.N. Karazina Kharkiv National University. Society "Psychology"*, 1099(54), 19–22 [in Ukrainian].

THE PROBLEM OF PERSONALITY SUCCESS IN PSYCHOLOGY: THEORETICAL ANALYSIS OF THE PROBLEM

Bohdan Priadko

Postgraduate Student at the Department of Social Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

20a.b.priadko@std.npu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-6954-5856>

Liudmyla Shyriaieva

PhD in Psychology, Professor, Professor of Department of Social Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

shln_2010@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0002-4797-7340>

Abstract

The article is focused on the theoretical analysis of approaches to study the problem of achieving success in modern psychological literature. Based on the theoretical and methodological analysis of the problem specified in psychological and pedagogical literature, the conceptual positions on the study of the concept of “personality success” are defined. The research methods used include theoretical analysis, systematization, comparison and generalization. Various approaches to the definition of the concepts of “success”, “successfulness”, “achievement of success”, as well as the issue of motivation to achieve success are compared in detail. It is noted that the problem of human success and successfulness remains insufficiently researched, and it interacts with various philosophical, psychological and pedagogical categories. The opinion is expressed that further research on this issue is extremely relevant, since the problem of forming a person’s success is often related to the level of socially significant or personal results that he achieves. The term “success” evokes various associations and is correlated with an individual system of evaluations and values. It is impossible to consider success outside of a specific type of activity, as it is always accompanied by certain achievements and gains. Thus, success and successfulness can be considered as a separate and general phenomenon. The conducted theoretical analysis of the phenomenon of success confirms its complexity and versatility. It serves as an indicator of personal achievements, provides a positive emotional background of life and directs the search for new creative forms of activity. Summarizing scientific approaches, the definition of success as a systemic phenomenon is proposed, the basis of which is the goal of achieving success and harmony in all spheres of social life through purposeful activity. On the basis of the conducted theoretical research, prospects for further research have been formed, which comprise the selection of methodical material and empirical research, with the aim of developing further recommendations to optimize the professional success of an individual.

Keywords: success, successfulness, successful personality, achievement of success, motivation to achieve success.

Подано 08.01.2024

Рекомендовано до друку 24.04.2024

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ СТРАТЕГІЙ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ У ПЕРІОД ПІЗНЬОЇ ЮНОСТІ

Яна Русенкевич

аспірантка кафедри соціальної психології

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9

allaayza69@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0001-6940-5362>

Анотація

Стаття присвячена дослідженню особливостей стратегій життєдіяльності студентської молоді з урахуванням гендерного чинника. Описано подібності та відмінності таких елементів стратегій життєдіяльності, як Я-образ, життєві переконання, ставлення до траєкторії життя, способи долання труднощів, життєві опори у відповідності до гендерної ідентичності особистості у період пізньої юності. У якості *методів дослідження* використані: Статеворольовий опитувальник С. Бем та методика Егоцентричних асоціацій («Незавершене речення»), феноменологічний аналіз есе, написаних студентами досліджуваних груп. Визначено, що більшість особистісних властивостей та поведінкових характеристик відрефлексовані студентами. Вони усвідомлюють свої негативні/позитивні якості, які допомагають або заважають їм у життєвому самовизначенні, реалізації власних цілей та планів. Визначено, що формування Я-образу серед осіб пізнього юнацького віку переважно співпадає з рисами відповідної гендерної ролі. Досліджувані маскулінної статево-рольової ідентичності визнають у якості позитивних ті риси, що сприяють досягненням та успіху, а у якості негативних ті, які цим досягненням заважають. Фемінні ж особи часто визнають позитивними якості та риси, які в українському суспільстві традиційно визнавались жіночими: доброта, довіра, ввічливість, м'якість, здатність любити. Студенти з андрогінним типом ідентичності мають більш збалансовані характеристики Я-образу, ставлення до минулого, сьогодення та майбутнього. У якості способу долання перешкод майже усі респонденти, незалежно від гендеру, одноставно визнали стратегію «більше і наполегливо працювати». На основі отриманих результатів встановлено, що процес формування стратегій життєдіяльності особистості має зв'язок з гендерною складовою особистості але не завжди нею зумовлений. Отримані результати засвідчують необхідність врахування ролі гендерного чинника у розробці програм з оптимізації процесу формування студентами власних стратегій життєдіяльності.

Ключові слова: гендерні ролі, гендерна ідентичність, маскулінність, фемінінність, андрогінність, Я-образ, стратегії життєдіяльності.

Вступ

Тематика гендерних досліджень набула поширення в українській науці початку 2000-х років не в останню чергу через активні процеси демократизації та євроінтеграції у країні. Про це свідчить кількість праць, де фокус уваги зосереджено на гендерних особливостях предмету вивчення: Т. Мельник, 2004; П. Терзі, 2007; О. Камінська, 2008; М. Боровцова, 2013; Т. Говорун, О. Кікінежді, 2013; Т. Старовойт, 2015; С. Харченко, 2013. Але поступово інтерес до цієї проблематики у психології зазнав суттєвого спаду.

З моменту початку повномасштабної війни в Україні, коли гуманітарна та економічна кризи завдають серйозної шкоди країні та викликають страждання населення, гендерні питання знову загострюються. За даними оперативного гендерного аналізу ситуації в Україні (жовтень, 2023), підготовленого організацією CARE International, виявлено посилення тенденцій, коли жінки, чоловіки та інші різні групи населення розглядаються як однорідні, а важливі аспекти їхньої гендерної ідентичності ігноруються (Оперативний гендерний аналіз ситуації в Україні, 2023). У результаті таких стереотипних уявлень на жінок покладається непропорційно більша частка неоплачуваної роботи по дому й догляду за членами сім'ї. Після повномасштабного вторгнення ця тенденція тільки посилилася, оскільки чоловіки вимушені залишати домівки, відправляючись на фронт, а жінки залишаються керувати домогосподарством, турбуватись про дітей та інших членів сім'ї, заробляти, виконувати додаткову роботу, пов'язану з війною, як то, наприклад, незаплановані переїзди, ремонти тощо. Більше того, жінки активно стали брати участь у суто чоловічих справах – волонтерській та військовій діяльності. За даними Military Media Center, що координується Міністерством оборони України, станом на січень 2024 року в українській армії служить близько 46 тисяч військовослужбовиць, і їх чисельність продовжує збільшуватися (УНІАН, 2024).

Оперуючи поняттям гендер в нашій роботі, дамо короткий аналіз розуміння даної дефініції, оскільки вона має цілий ряд різних конотацій. Зокрема термін «гендер» вживається у таких значеннях: 1) як синонім до біологічного поняття «стать»; 2) як соціально і культурно зумовлена інтерпретація рис особистості та моделей поведінки чоловіка і жінки; 3) як спосіб набуття соціальної ідентичності індивідами, які народилися у біологічних категоріях жіночої або чоловічої статі; 4) як політика рівних прав і можливостей чоловіків та жінок; 5) як спосіб привернути увагу до нерівності прав та обов'язків жінок по виконанню великого обсягу неоплачуваних робіт тощо (Говорун & Кікінежді, 2024; Кравець, Говорун & Кікінежді, 2013; Мельник, 2004; Шевченко, 2016). Узагальнюючим розумінням цього поняття є уявлення про гендер як соціальну стать, що формує поведінкові, соціально-психологічні, емоційні, візуально-зовнішні та інші культурно зумовлені відмінності між чоловіками та жінками.

Під гендерними особливостями стратегій життєдіяльності ми розуміємо характерні уявлення, цінності, моделі поведінки, активність особистості у вибудовуванні та реалізації образу свого майбутнього, планів на життя, що зумовлені гендерними соціально-культурними стереотипами, а також особистими уявленнями людини про себе, свою гендерну роль у різних сферах життя (сімейній, громадській, професійній) тощо. Тобто, це своєрідне заломлення усього контексту побудови життєвої стратегії особистості через свою гендерну ідентичність.

Гендерні стереотипи – це спрощені, стійкі, емоційно забарвлені образи поведінки і рис характеру чоловіків та жінок. Так, стереотипному уявленню маскулітності приписують «активно-творчі» риси особистості, як то: активність, домінантність, впевненість у собі, агресивність, логічне мислення, здатність до лідерства. Фемінінність же, навпаки, розглядається як «пасивно-репродуктивне начало», що виявляється в експресивних особистісних характеристиках – залежності, турботливості, низькій самооцінці, емоційності (Говорун & Кікінежді, 2013).

Аналіз робіт з цієї тематики показав, що вивчення гендерних особливостей того чи іншого психологічного феномену часто припадає на юнацький вік (Терзі, 2007; Камінська, 2008; Харченко, 2013; Старовойт, 2015). І цьому є логічне пояснення: юність – важливий період онтогенезу для формування гендерної ідентичності, оскільки саме тоді відбувається становлення світоглядних орієнтирів, професійне та особистісне самовизначення, формування «Я-концепції». Життєдіяльність особистості ускладнюється появою більш дорослих ролей із

відповідною мірою самостійності і відповідальності, актуалізується потреба у побудові життєвої перспективи з метою самореалізації, у визначенні цінностей, життєвих цілей, стратегій. Звичайно процес формування гендерної ідентичності не завершується в юності і фактично триває впродовж усього життя людини, проте юність є важливим періодом її самовизначення.

Методологічною базою вивчення гендерної ідентичності досліджуваних нами обрана теорія гендерних схем С. Бем, згідно якої особливості статевої приналежності індивідуумів є основою їх способу організації інформації про навколишній світ (Bem, 1981). Відійшовши від жорсткої дихотомії «чоловіче – жіноче» та оперуючи вимірами фемінності та маскулінності, С. Бем, категоризувала 4 типи гендерної ідентичності: 1) маскулінна – коли індивід наділений високими маскулінними та низькими фемінними показниками цих ролей; 2) фемінна – характерна для людини з високими фемінними та низькими маскулінними показниками; 3) андрогінна – властива людині з високими показниками за обома вимірами; 4) недиференційована – характеризує індивіда з однаково низькими показниками як маскулінності, так і фемінності (Боровцова, 2012). Андрогінність дослідниці вважала більш прогностичною для повноцінного функціонування та адаптації людини у суспільстві (Bem, 1981).

Метою статті є дослідження гендерних особливостей стратегій життєдіяльності студентів пізнього юнацького віку.

Для досягнення поставленої дослідницької мети було вирішено наступні **завдання**: 1) визначити гендерний розподіл вибірки студентської молоді (маскулінний, фемінний, андрогінний або невизначений типи); 2) дослідити характер складових психологічних стратегій життєдіяльності студентів згідно з їх гендерною ідентичністю.

Методи дослідження

З метою вивчення вищезазначених завдань були використані наступні методики: статево-рольовий опитувальник С. Бем (Bem Sex-Role Inventory, BSRI), що використовується для дослідження гендерних ролей, як міри маскулінності та фемінності; проєктивна методика «Незавершені речення» (Тест Егоцентричних асоціацій – EAT), есе. Дані оброблялись за допомогою статистичного та феноменологічного аналізу.

У дослідженні взяли участь студенти Українського державного університету імені Михайла Драгоманова віком від 20 до 25 років: 52 юнаки та 66 юнок (всього 118 осіб).

Результати та дискусії

Емпіричне дослідження стратегій життєдіяльності особистості зосередило нашу увагу на таких аспектах гендеру як: уявлення юнаків та юнок про себе як особу, наділену певними соціально-психологічними особистісними характеристиками маскулінного чи фемінного типу (гендерна роль); особливості Я-образу, його позитивних та негативних рис, ставлення до життєвої траєкторії (минуле, теперішнє, майбутнє), життєві переконання, ступінь активності особистості у досягненні мети та подоланні труднощів у відповідності з гендерною ідентичністю.

Мета опитувальника С. Бем – оцінка індексу статево-рольової (гендерної) ідентичності. В таблиці 1 наведено результати гендерного аналізу вибірки. Оскільки недиференційованого типу не було виявлено, у таблиці представлено розподіл між маскуліним, фемінним та андрогінним типами гендерної ідентичності.

Таблиця 1

Дослідження гендерних характеристик представників пізнього юнацького віку

Тип гендерної ідентичності	Юнаки (n=52)		Юнки n=66		Загальна вибірка N=118	
	n	%	n	%	N	%
Маскулінний	25	48,0	13	19,7	38	32,3
Фемінний	5	9,6	18	27,2	23	19,4
Андрогінний	22	42,4	35	53,1	57	48,3

Отримані результати засвідчують перевагу андрогінної гендерної ідентичності студентів пізнього юнацького віку (48,3%), причому більша пропорція припадає на вибірку дівчат (53,1% серед них), але й для хлопців також представлена майже у половині результатів (42,4%). Домінування маскулінного статево-рольового типу у вибірці юнаків виявлено у 48,0%, що вказує на перевагу вираженості таких рис, як: віра в себе, готовність захищати свої погляди, наполегливість, аналітичність, сила, схильність до лідерства, до ризиків, самодостатність, владність, мужність, атлетизм, конкурентоспроможність, амбітність, агресивність тощо.

Поступливість, сором'язливість, ніжність, відданість, співчутливість, схильність опікуватись іншими, жалісність, теплота, сердечність, довірливість та інші – риси, характерні для фемінного типу, найменше виражені для вибірки в цілому (19,4%). У групі дівчат така гендерна рольова модель властива менше ніж третині опитуваних (27,2%), і є вираженою для 9,6% хлопців. Такі результати більш менш збігаються з гендерним розподілом, представленим у дослідженні М. Горенко (2022), і суттєво відрізняються від даних Н. Шеленкової (2022), де переважна більшість опитаних (94%) визнана представниками андрогінного типу статево-рольової поведінки. Одним з пояснень такої відмінності нами вважається тип навчального закладу, де проводились дослідження (гуманітарний університет та військовий заклад), що підтверджує роль соціального контексту у гендерних ідентифікаціях студентів.

Отже, гендерні характеристики рольової ідентичності студентської молоді демонструють відхід від прихильності до статево-рольових стереотипів суто жіночого або суто чоловічого образу. І якщо у вибірці хлопців така тенденція все ж зберігається майже у половини (48,0% маскулінного типу), то серед дівчат суто фемінний образ має місце лише у 27,2% з їх вибірки. Водночас помітно збільшується зміщення ідентичності дівчат у бік маскулінності, а у хлопців – у бік фемінності, через що зростає показник андрогінності. Такі результати ми пояснюємо вже існуючими в українському суспільстві тенденціями на спрямованість жінок на кар'єру, самореалізацію, фінансовий успіх, на відтермінування створення сім'ї та народження дитини, ніж це було прийнято у 20 столітті (Гендерні стереотипи та ролі очима жінки, 2022), і поточною ситуацією війни в Україні, що сприяє посиленню в українському суспільстві ролі жінки, яка вимушена брати все більше відповідальність не лише за дітей, сім'ю, але й за захист держави.

При вивченні особливостей стратегій життєдіяльності осіб з різним типом гендерної ідентичності нами використано феноменологічний аналіз змісту незавершених речень методики Егоцентричних асоціацій (ЕАТ) та текстів есе. Феноменологічний аналіз є різновидом описових, якісних методів досліджень, завданням яких є знаходження базових структур суб'єктивного досвіду, особистісних смислів, переконань, які спрямовують поведінку людини. Зокрема, методика Егоцентричних асоціацій особистості (ЕАТ), що представляє собою форму незавершених речень, надавала матеріал для вивчення ставлення досліджуваних до майбутнього, для оцінки поточної ситуації їх життя, поведінки у складних ситуаціях,

цінності, переконання, турботи, побоювання (Практикум із загальної психології, 2017). Темою есе студентів була заявлена така: «Мої життєві прагнення та стратегії їх досягнення». Пропонувалось поміркувати над такими питанням: «Який/яка я?», «Мої переваги та слабкі риси характеру? Як вони допомагають або заважають досягати цілей?», «Хто або що є моєю опорою у житті?», «Які цілі я ставлю перед собою у житті?», «Як я досягаю поставлених цілей?» тощо.

Для оцінки гендерних особливостей побудови стратегій життєдіяльності молоді ми виділили 3 групи серед досліджуваних: 1) юнаки та юнки з вираженим маскулітним типом ідентичності; 2) юнаки та юнки з фемінним типом ідентичності; 3) юнаки та юнки з андрогінним типом ідентичності. Показниками життєвих стратегій досліджуваних обрані наступні: Я-образ; самооцінка рис особистості як позитивних та негативних; ставлення до минулого, сьогодення та майбутнього; життєві переконання; ставлення до труднощів у досягненні життєвих цілей та реалізації планів, життєві опори. Узагальнені результати феноменологічного аналізу відображені у таблиці 2, де наведені найбільш розповсюджені характеристики особистості та поведінки досліджуваних.

Таблиця 2

Результати феноменологічного аналізу показників стратегій життєдіяльності студентів згідно з типом гендерної ідентичності

Показники стратегій життєдіяльності	Стать	Типи гендерної ідентичності		
		Маскулінність	Фемінність	Андрогінність
Я-образ	ч	Наполегливий. Досягаючий. Безкомпромісний. Впевнений.	Люблячий. Спокійний. Добрий. Розумний.	Розумний. Відповідальний. Чесний. Порядний. Турботливий.
	ж	Ініціативна. Щира. Цілеспрямована. Вмію добиватись свого.	Тиха. Спокійна. М'яка. Терпляча. Люблю турбуватись про інших. Легка у спілкуванні. Люблю займатись кулінарією.	Впевнена у своїх силах. Працьовита. Милосердна. Порядна. Дружелюбна.
Позитивні риси	ч	Витривалий. Впевнений. Прямолінійний, не терплю брехні.	Творча людина, Можу допомогти іншим. Здатний співчувати, любити. Спокійний.	Чесний. Готовий прийти на допомогу. Поважаю інших. Здатний до турботи. Відповідальний.
	ж	Активна, відповідальна, стараюсь виконати все якнайкраще. Відкрита.	Любляча. М'яка. Доброзичлива. Співчутлива. Відгукуюсь на допомогу.	Відповідальна. Активна. Креативна. Допомагаю іншим.
Негативні риси	ч	Впертий. Часто конфлікую.	Не вмію відстоювати себе, свої переконання, неорганізованість	Неуважність. Лїнь. Поступливість.
	ж	Лїнь. Недовіра до інших. Невміння брехати, прикидатись.	Занадто м'яка. Дуже доброзичлива. Зручна для інших.	Безконфліктна. Довірлива.

Продовження таблиці 2

Показники стратегій життєдіяльності	Стать	Типи гендерної ідентичності		
		Маскулінність	Фемінність	Андрогінність
Ставлення до минулого	ч	Нейтральне	Нейтральне.	Позитивне або нейтральне.
	ж	Нейтральне	Позитивне. Із сумом, що вже минуло.	Позитивне.
Ставлення до сьогодення	ч	Війна, але життя триває. Варто використовувати усі можливості, які дає життя сьогодні.	Тривожно. Треба триматись.	Життя триває. Найважливіше те, що ми живі і вільні.
	ж	Час, щоб навчатись і розвиватись.	Наявність тривоги. Досить складно. Нейтральне сприйняття – це час життя.	Все добре, не дивлячись на війну. Я все одно щаслива.
Ставлення до майбутнього	ч	Оптимістичне. Час великих можливостей. Я досягну успіхів.	Відчуття невизначеності. Це те, що нас чекає. Ми його не знаємо.	Оптимістичне. В майбутньому багато шансів, варто їх не упустити.
	ж	Оптимістичне. Віра у власні досягнення. Я стану керівником великої компанії.	З надією. Все буде добре. Війна закінчиться. У мене буде хороша любляча сім'я, діти.	З надією. Настане мир. Буду щасливою та реалізованою.
Життєві переконання	ч	Кожен сам визначає та вирішує свій подальший шлях.	Якщо люди стануть добрішими, світ стане кращим.	Завжди прислухайся до свого розуму і серця.
	ж	Умова для успіху – безперервна праця.	Якщо старанно виконувати свою роботу, то інші помітять це, відмітять як хорошого спеціаліста. Життя варте буди щасливою.	Чим довше займатися певною діяльністю, тим кращим у ній можна стати. Умова для щастя – постійна праця.
Способи подолання життєвих труднощів у досягненні цілей	ч	Не здаватись. Перемагати труднощі. Працювати, поки не досягну результату.	Стратегія досягнення мети залежить від самої мети. Багато працювати.	Безперервний шлях до цілі. Праця. Працювати до результату.
	ж	Наполеглива праця. Відчайдушно працювати.	Працелюбство. Не опускає руки.	Вірити в себе і більше працювати. Не здаватись.
Опори у житті	ч	Я сам. Спорт. Волонтерство.	Родина, кохана людина.	Я сам, родина. Друзі. Дружина. Спорт.
	ж	Я сама. Друзі.	Родина. Займатись рукоділлям. Допомогати іншим.	Родина, я сама. Творчість. Спорт. Мистецтво, хобі.

Примітки: ч – чоловіча стать досліджуваних, ж – жіноча.

Проведений аналіз показав, що у відповідях респондентів мають місце як подібності, так і відмінності в оцінці свого образу Я, у переконаннях, ставленнях до життєвих періодів, у визнанні опору у житті в залежності від гендерної ідентичності. Нами відмічено, що формування Я-образу серед осіб пізнього юнацького віку переважно співпадає з гендерною роллю, тими рисами, що її визначають.

Досить очікувано було те, що для маскулінних осіб обох статей позитивними визнані ті риси, які сприяють досягненням, успіху, мають відношення до переваг перед іншими, а негативними ті, що цим досягненням заважають (конфліктність, упертість), навіть незалежно від того, вони соціально прийнятні, чи ні (наприклад, невміння брехати чи прикидатись). Фемінні особи визнають позитивними прийнятні у суспільстві традиційно жіночі якості, як то доброта, довіра, м'якість, ввічливість, здатність любити, незалежно від статі. Водночас ці риси визначаються окремими респондентами цієї групи у категорії суб'єктивно негативних (з приставкою «занадто»), очевидно через отриманий негативний досвід у зв'язку з надмірним їх проявом.

У групі студентів з андрогінним типом ідентичності нами відмічені більш збалансовані характеристики Я-образу, ставлення до минулого, сьогодення та майбутнього. У них виявлений і більш широкий діапазон ресурсів, які допомагають справлятися з викликами сучасності. І це не лише власні якості чи інші люди. Це і мистецтво, і хобі, і творча активність, і спорт, і волонтерська діяльність. Останні також є прийнятними для хлопців із маскулінною ідентичністю.

Було також з'ясовано, що студенти з маскулінними та андрогінними рисами мають більш виражений оптимізм та задоволеність життям, не зважаючи на війну, ніж фемінні, у яких ставлення до сьогодення та майбутнього характеризується більшою тривожністю безвідносно до статі. Подібні тенденції неодноразово визначались й іншими дослідниками. Зокрема, С. О'Нерон та J. Orlofsky виявили, що студенти коледжу чоловічої статі з низькими маскулінними характеристиками виявляли знижені рівні соціальної пристосованості та більш високі показники депресії та тривоги, ніж чоловіки та жінки стереотипних статево-рольових рис (О'Нерон & Orlofsky, 1990).

Виявлена абсолютна однаковість у виборі студентами стратегій подолання труднощів, а саме – «праця», «ще більше праці», «наполегливість та зусилля», що говорить про стійкість зафіксованих у суспільстві стереотипів (більше працюєш – більше маєш) та, очевидно, обмеженої усвідомленості про більш широкий контекст стратегічних можливостей у досягненні цілей та реалізації планів.

Висновки

На основі отриманих результатів встановлено, що процес формування стратегій життєдіяльності особистості має зв'язок з гендерною складовою особистості, проте не завжди ним зумовлений. Наприклад, показники вибору способу долаття труднощів не показали залежності від статево-рольової поведінки юнаків та юнок. Водночас, оптимістичне ставлення до майбутнього, віра в свої сили для досягнення мети мають кращий прогноз для особистості при наявності маскулінних та андрогінних гендерних рис, аніж фемінних, незалежно від статі досліджуваних.

Властивості та характеристики Я-образу досить відрефлексовані студентами пізнього юнацького віку. Вони усвідомлюють, які якості допомагають їм у життєвому самовизначенні, у реалізації власних цілей та планів (є позитивними), а які заважають (є негативними).

Водночас нами помічено обмеження усвідомленості студентів про більш широкий контекст стратегічних можливостей у досягненні цілей та реалізації планів.

Отримані результати засвідчують необхідність врахування ролі гендерного компоненту у розробці програм з оптимізації побудови студентами власних стратегій життєдіяльності, що покращило б їх ставлення до себе, своїх переваг, своєї життєвої ситуації і сприяло б прийняттю ними авторства над власним життям.

Перспективами подальших досліджень є розробка спеціалізованих програм оптимізації процесу формування студентами старшого юнацького віку власних стратегій життєдіяльності з урахуванням, зокрема, гендерної складової та її особливостей.

Література

1. Боровцова, М.С. (2012). Статеворольовий опитувальник С. Бем (BSRI): можливості використання в умовах сучасності. *Актуальні проблеми практичної психології: матеріали Всеукраїнського науково-практичного семінару. (11-12 жовтня 2012, Глухів), (с.5–7).* Глухів : РВВ ГНПУ ім. О. Довженка
2. Боровцова, М.С. (2013). Становлення гендерної ідентичності хлопців у неповній сім'ї. (Дис. канд. психол. наук). Сімферополь.
3. Гендерні стереотипи та ролі очима молоді: до і після початку Повномасштабної російської агресії (листопад, 2022). *Звіт за результатами дослідження.* Режим доступу: <https://www.sapiens.com.ua/ua/gender-policy>.
4. Говорун, Т.В., & Кікінежді, О.М. (2004). *Гендерна психологія.* Київ : Академія.
5. Кравець, В.П., Говорун, Т.В., & Кікінежді, О.М. (2013). *Гендерні дослідження: прикладні аспекти.* (Монографія). В.П. Кравець (Ред.) Тернопіль : Навчальна книга – Богдан.
6. Камінська, О.В. (2008). Гендерні особливості формування самоставлення в юнацькому віці. (Автореф. дис. канд. психол. наук). Київ.
7. Мельник, Т.М. (2004). Гендер як наука та навчальна дисципліна. *Основи теорії гендеру.* (Навчальний посібник). (с. 10–30). Київ : «К.І.С.».
8. *Оперативний гендерний аналіз ситуації в Україні* (жовтень, 2023). Режим доступу: https://careevaluations.org/wp-content/uploads/RGA_Ukraine_2023_UKRAINE_UKR.pdf
9. *Практикум із загальної психології.* (2017). (2-е вид., випр. і доп.). Н.М. Атаманчук (Укл.). Полтава : Видавництво «Сімон».
10. Шевченко, З.В. (2016). *Словник гендерних термінів.* Черкаси : видавець Чабаненко Ю.
11. Соціологічна група «Рейтинг». (2021). *Покоління Незалежності: цінності та мотивації.* Режим доступу: https://ratinggroup.ua/research/ukraine/pokolenie_nezavisimosti_cennosti_i_motivacii.html.
12. УНІАН. (2024). *Стало відомо, скільки жінок служать у ЗСУ станом на 2024 рік.* Режим доступу: <https://www.unian.ua/society/stalo-vidomo-skilki-zhinok-sluzhat-u-zsu-stanom-na-2024-rik-12567048.html>
13. Старовойт, Т.П. (2015). Гендерні особливості мотивації навчальнопрофесійної діяльності у студентів технічних спеціальностей. (Дис. канд. психол. наук). Харків.
14. Терзі, П.П. (2007). Формування гендерної культури студентів вищих технічних навчальних закладів. (Дис. канд. пед. наук). Кіровоград.
15. Харченко, С.Я. (2013). *Гендерна освіта і виховання студентської молоді в процесі соціалізації: теорія та практика.* (Монографія). Київ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка».
16. Швецова, Ю. (2020). Особливості гендерної ідентичності у сучасних студентів-психологів. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки, 11(56), 119–127.* [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.11\(56\).11](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.11(56).11)
17. Шеленкова, Н. (2022). Гендерні особливості прояву лідерства у молоді. *Вісник Національного університету оборони України, 68(4), 162–168.* <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-68-4-162-168>.
18. Bem, S.L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review, 88, 155–162.*

19. O’Heron, C.A., & Orlofsky, J.L. (1990). Stereotypic and nonstereotypic sex role trait and behavior orientations, gender identity, and psychological adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(1), 134–143. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.1.134>

References

1. Borovtsova, M.S. (2012). Statevo-rolovyi opytuvalnyk S. Bem (BSRI): mozhyvosti vykorystannia v umovakh suchasnosti [Gender-role questionnaire S. Bem (BSRI): possibilities of use in modern conditions]. *Aktualni problemy praktychnoi psykholohii : materialy Vseukrainskoho naukovo-praktychnoho seminaru – Actual problems of practical psychology: materials of the All-Ukrainian scientific and practical seminar. (October 11-12, 2012, Glukhiv)*, (pp. 5–7). Glukhiv : RVV GNPU named after O. Dovzhenka [in Ukrainian].
2. Borovtsova, M.S. (2013). Stanovlennia gendernoi identychnosti khloptsiv u nepovnii simi [Formation of gender identity of boys in a single-parent family]. *Candidate’s thesis*. Simferopol [in Ukrainian].
3. Henderni stereotypy ta roli ochyma molodi: do i pislia pochatku Povnomasshtabnoi rosiiskoi ahresii [Gender stereotypes and roles through the eyes of young people: before and after the start of Full-scale Russian aggression]. (November, 2022). *Zvit za rezultatamy doslidzhennia – Report on the results of the study*. Retrieved from <https://www.sapiens.com.ua/ua/gender-policy> [in Ukrainian].
4. Hovorun, T.V. & Kikinezhdzi, O.M. (2004). Henderna psykholohiia [Gender psychology]. Kyiv : Academy [in Ukrainian].
5. Kravets, V. P., Hovorun, T.V., & Kikinezhdzi, O.M. . (2013). *Genderni doslidzhennia: prykladni aspekty [Gender studies: applied aspects]*. V.P. Kravets (Ed.) Ternopil : Educational book - Bohdan [in Ukrainian].
6. Kaminska, O.V. (2008). Henderni osoblyvosti formuvannia samostavlennia v yunatskomu vitsi [Gender features of the formation of self-esteem in youth]. *Extended abstract of Candidate’s thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
7. Melnyk, T.M. (2004). Gender yak nauka ta navchalna dystsyplina [Gender as a science and educational discipline]. *Osnovy teorii genderu – Basics of gender theory*. (pp. 10-30). Kyiv : «K.I.S.» [in Ukrainian].
8. Operatyvnyi hendernyi analiz sytuatsii v Ukraini [Operational gender analysis of the situation in Ukraine] (October, 2023). Retrieved from https://careevaluations.org/wp-content/uploads/RGA_Ukraine_2023_UKRAINE_UKR.pdf [in Ukrainian].
9. Praktykum iz zahalnoi psykholohii [Practicum in general psychology]. (2017). (2nd ed., corrections and additions). N.M. Atamanchuk (Incl.). Poltava : Simon Publishing House [in Ukrainian].
10. Shevchenko, Z.V. (2016). Slovyk gendernykh terminiv [Dictionary of gender terms]. Cherkasy : publisher Chabanenko Yu. [in Ukrainian].
11. Sotsiolohichna hrupa «Reitynh». (2021). *Pokolinnia Nezalezhnosti: tsinnosti ta motyvatsii* [Generation of Independence: values and motivations]. Retrieved from https://ratinggroup.ua/research/ukraine/pokolenie_nezavisimosti_cennosti_i_motivacii.html [in Ukrainian].
12. UNIAN (2024). *Stalo vidomo, skilky zhinok sluzhat u ZSU stanom na 2024 rik* [It became known how many women serve in the Armed Forces as of 2024]. Retrieved from <https://www.unian.ua/society/stalo-vidomo-skilki-zhinok-sluzhat-u-zsu-standom-na-2024-rik-12567048.html> [in Ukrainian].
13. Starovoit, T.P. (2015). Henderni osoblyvosti motyvatsii navchalnoprofesiinoi diialnosti u studentiv tekhnichnykh spetsialnostei [Gender specifics of motivation of educational and professional activity among students of technical specialties]. *Candidate’s thesis*. Kharkiv [in Ukrainian].
14. Terzi, P.P. (2007). Formuvannia hendernoi kultury studentiv vyshchyykh tekhnichnykh navchalnykh zakladiv [Formation of gender culture of students of higher technical educational institutions]. *Candidate’s thesis*. Kirovohrad [in Ukrainian].
15. Kharchenko, S. Ya. (2013). *Henderna osvita i vykhovannia studentskoi molodi v protsesi sotsializatsii: teoriia ta praktyka* [Gender education and upbringing of student youth in the process of socialization: theory and practice]. Kyiv : Publishing house of Taras Shevchenko LNU [in Ukrainian].

16. Shvetsova, Yu. (2020). Osoblyvosti hendernoi identychnosti u suchasnykh studentiv-psykholohiv [Peculiarities of gender identity in modern psychology students]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. P. Drahomanova. Serii 12. Psykholohichni nauky – Scientific journal of the M.P. Drahomanov NPU. Series 12. Psychological Sciences*, 11(56), 119–127. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.11\(56\).11](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2020.11(56).11) [in Ukrainian].
17. Shelenkova, N. (2022). Henderni osoblyvosti proiavu liderstva u molodi [Gender characteristics of the manifestation of leadership among young people]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy - Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 68(4), 162–168. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-68-4-162-168> [in Ukrainian].
18. Bem, S.L. (1981). Gender schema theory: A cognitive account of sex typing. *Psychological Review*, 88, 155–162.
19. O’Heron, C.A., & Orlofsky, J.L. (1990). Stereotypic and nonstereotypic sex role trait and behavior orientations, gender identity, and psychological adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(1), 134–143. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.1.134>

GENDER PECULIARITIES OF LIFE STRATEGIES IN THE PERIOD OF LATE ADOLESCENCE

Yana Rusenkevich

Postgraduate Student of the Department of Social Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

allaayza69@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0001-6940-5362>

Abstract

The article is concerned with the study of the peculiarities of life strategies of student youth with regard to the gender factor. The similarities and differences of such elements of life strategies as self-image, life beliefs, attitude towards the trajectory of life (past, present, future), ways of overcoming difficulties, life supports according to the gender identity of the individual in late adolescence are described. Psychometric and projective methods were used as research methods, such as : S. Behm’s Sex-Role Questionnaire and the Method of Egocentric Associations (“Incomplete Sentence”), as well as phenomenological analysis of essays written by students of the groups studied. The results showed that most of the personality traits and behavioral characteristics were reflected by the students. They imagine: which qualities help them in life self-determination, in the realization of their own goals and plans (positive), and which hinder (negative). It is determined that the formation of the self-image among persons of late adolescence mainly matches with the gender role and the features that determine it. Young men and women of masculine sex-role identity recognize as positive those traits that contribute to achievements and success, and as negative those that hinder these achievements, regardless of their social acceptability. Feminine individuals often recognize as positive those qualities and traits that have traditionally been recognized as feminine in Ukrainian society and encouraged kindness, trust, politeness, gentleness, and the ability to love. They are sometimes defined as negative with the prefix “too much”. Students with an androgynous type of identity have more balanced characteristics of self-image, attitudes towards the past, present, and future. They also have a wider range of resistances that help them cope with the challenges of life. As a way to overcome obstacles, almost all respondents, regardless of gender, consensually accepted the strategy of “working harder and harder”, apparently not realizing the broader context of the life path taking into account their own resources. Conclusions. Based on the results obtained, it is established that the process of formation strategies for the life of an individual has a connection; connection with the gender factor of personality, but not always due to it. The results obtained indicate the need to take into account the role of the gender factor in the development of programs to optimize the process of formation students’ own life strategies.

Keywords: gender, gender roles, gender identity, masculinity, femininity, androgyny, self-image, life strategies.

Подано 27.05.2024

Рекомендовано до друку 14.06.2024

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖІНКИ-КЕРІВНИЦІ ТА РІВЕНЬ ЇЇ ВКЛЮЧЕНОСТІ В ЕМОЦІЙНО-ЗНАЧУЩІ ПОДРУЖНІ ВЗАЄМИНИ

Христина Цьомик

доктор філософії галузі психології,

викладач кафедри теоретичної та консультативної психології

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9

kristipa@meta.ua, <https://orcid.org/0000-0001-6080-3786>

Анотація

Статтю присвячено дослідженню соціально-психологічних особливостей жінки-керівниці та вивченню рівня її включеності в емоційно-значущі подружні взаємини. Для досягнення поставленої мети та реалізації завдань були використані теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення, порівняння, систематизація соціально-психологічної літератури); емпіричні (систематизація, узагальнення якісних та кількісних даних дослідження, спостереження) та методи математичної статистики (метод порівняльного та відсоткового аналізів). Досліджено риси сучасної жінки-керівниці та визначено значущість для неї партнерських взаємин за допомогою авторських методик. На основі теоретичного аналізу розглянуто психологічні особливості жінок-керівників. Доведено, що такі жінки асертивні, мають високі інтелектуальні здібності та високий емоційний інтелект, що в свою чергу сприяє досягненню ними поставлених професійних цілей. Надано та обґрунтовано авторське розуміння поняття емоційно-значущі подружні взаємини, виокремлено параметри та конструкти таких взаємостосунків: емоційно-почуттєвий; ціннісно-мотиваційний; конативний. За результатами проведеного дослідження констатовано, що у більшості досліджуваних жінок показники емоційно-чуттєвого параметру на середньому та низькому рівнях. Виняток становили визначені високі рівні емоційної зрілості. Сформованість ціннісно-мотиваційного параметру у більшості досліджуваних жінок виявлено на достатньому рівні для забезпечення формування емоційно-значущих стосунків, зокрема, у респондентів переважає надійний тип прив'язаності. Визначені рівні вербальної/невербальної комунікацій, довіри до партнера виявляються на середньому рівні та вказують на достатню сформованість конативного компоненту. Таких жінок-керівниць характеризують рефлексивність, відкритість, конструктивність, гнучкість, у них майже відсутній безперервний стан тривоги та страху бути зрадженими. Відповідно до отриманих даних доведено, що значущість взаємин з подружнім партнером для більшості досліджуваних має середній рівень важливості, так як більшість конструктів цього феномену саме на такому рівні.

Ключові слова: жінка-керівник, рівень включеності, емоційно-значущі подружні взаємини, емоційна зрілість, прив'язаність, турбота, довіра, емпатія.

Вступ

У сучасному динамічному світі в умовах стрімких економічних, політичних та соціальних змін дуже актуальними постає питання статевої рівності, зокрема в області професіоналізації жінок, зайняття ними керівних посад чи ведення власного бізнесу.

Особливої значущості означена проблема набула через загострення російсько-українського конфлікту, а як результат, необхідність збільшення кількості чоловіків залучених до військових дій. У таких реаліях поряд зі звичними ролями матері, березині, дружини жінки змушені брати на себе нову соціальну роль, в основі якої покладена відповідальність за захист дітей, забезпечення належного матеріального й соціального рівнів сім'ї та підтримку економіки нашої країни. Тому важливим, на нашу думку, є визначення соціально-психологічних особливостей жінки-керівника та рівень її включеності в емоційно-значущі подружні взаємини.

Психологічні особливості особистості жінок на керівних посадах вивчалися І.А. Петровою. Зокрема, дослідниця висвітлювала в своїх працях фактори, що впливають на формування ділових якостей жінки-керівника в силових структурах. К.М. Розбицька в своїй статті описувала психологічні особливості жінки-керівника в сучасному світі, а М.Г. Ткалич досліджувала в своїх наукових роботах жіночі гендерні ролі, моделі та норми поведінки. Р.М. Шевченком було проаналізовано процес становлення рольових функцій «ділової жінки» у сфері управління.

Разом з тим цікавими та актуальними для вивчення є такі риси особистості як: емпатія, рівень емоційної зрілості, тип прив'язаності, рівень турботи про партнера, рівень вербальних і невербальних комунікацій з партнером, особистісні характеристики жінок керівників та їх соціальні навички.

Мета: статтю присвячено дослідженню соціально-психологічних особливостей жінки-керівника та вивченню рівня її включеності в емоційно-значущі подружні взаємини. **Завдання** дослідження: 1) аналіз наукової літератури на тему соціально-психологічних особливостей жінки-керівника та емоційної значущості для неї подружніх взаємин; 2) висвітлення проведеного емпіричного дослідження

Методи дослідження

У дослідженні застосовувалися такі теоретичні методи як аналіз, синтез, узагальнення, систематизація соціально-психологічної літератури. Та емпіричні:

1. Опитувальник «Рівень вербальної та невербальної комунікації у подружжі» (авт. Ю. Кашпур, Х. Цьомик);
2. Опитувальник «Ступінь довіри між подружніми партнерами» (авт. Ю. Кашпур, Х. Цьомик).
3. Опитувальник «Шкала емоційного відгуку», (авт. А. Мехрабіаном і апробований Н. Епштейном).
4. Опитувальник «Діагностика емоційної зрілості особистості» (авт. О. Чебикін).
5. Опитувальник «Досвід близьких стосунків» (авт. С. Джонсон).
6. Опитувальник «Рівень вияву турботи до партнера» (авт. Ю. Кашпур, Х. Цьомик).

Результати та дискусії

Керівник – це людина, котра створює тренди в певній організації, визначає її завдання, цілі та специфіку роботи. Саме керівник задає внутрішню емоційну, робочу та дисциплінарну атмосферу колективу. Це лідер, за яким слідує, до нього прислухаються, довіряють. На теренах пострадянського суспільства найчастіше керівні посади займали саме чоловіки, оскільки вважалося, що керівники жіночої статі набагато гірше можуть спланувати, організувати та реалізувати злагоджену, конструктивну роботу організації. Такі науковці як М. Hennig та А. Jardin, вивчаючи особливості жінок-керівників, зазначали, що жінки не здатні

у більшій мірі ладнати між собою та створювати командний дух на рівні з керівниками-чоловіками (Hennig & Jardin, 1977).

Водночас, Е.Г. Ейдемільер та В.В. Юстицький констатують, що жінки-керівниці мають більш тонкий соціальний інтелект, здатні краще знаходити підхід як до групи, так і до кожного окремо. Вони більше виявляють схильності до прогнозування поведінки людей та можуть усвідомлено аналізувати ставлення людей до себе. Жінки більш практичні та краще йдуть на контакт, здатні виставляти кордони професійних та особистісних стосунків, мають розвинену інтуїцію, використовують розширену базу для пошуку інформації, частіше ніж чоловіки орієнтуються не на довготривалу перспективу, а на результат «тут» і «зараз» (Ейдемільер & Юстицький, 2001).

За результатами власних досліджень К.М. Розбицька описала портрет жінки-керівника. На її думку, жінка на керівній посаді – це яскрава, самостійна та самодостатня особистість, яка гідно реагує на проблеми, похвалу та критику оточуючих. Водночас вона фізично активна, більш емпатійна, ніж чоловіки-керівники, схильна до конструктивного вирішення конфліктних ситуацій (Розбицька, 2019).

Сучасні психологічні дослідження присвячені розгляду статево-рольових особливостей жінок реалізуються на декількох рівнях:

1. соціальному (який розкриває відповідність між соціальними очікуваннями, реальною поведінкою і діяльністю жінки);
2. соціально-психологічному (показники якого характеризують особистісне бачення та ставлення особистості до певної ролі);
3. психологічному (результати впливу уявлень про певну роль та можливість її реалізації при виконанні особистістю інших ролей).

Беззаперечно, на соціальні ролі та їх зміст впливає соціум, проте, їх значення постійно еволюціонує відповідно до змін і потреб самого суспільства. Існуюча стереотипна теорія природності ролей для певної статі, була розкритикована М. Мід. За результатами своїх наукових розвідок авторка дійшла висновку, що статевий розподіл ролей використовується суспільством для диференціації соціальних ролей чоловіків та жінок, проте, сутність цих ролей не є біологічно обумовленою ні фізичною силою чоловіків, ні здатністю у жінок до народження дітей. Статеві ролі у суспільстві формуються на основі соціальних та культурних особливостей, а не на основі біологічного розподілу.

Загалом можна вказати на існування кількох категорій ролей:

- сімейні (батьківські та подружні);
- професійні (людина як підлеглий/керівник, фахівець у певній галузі);
- сексуальні, тобто статева поведінка та взаємостосунки чоловіків і жінок.

Згідно досліджень гендерно-рольової поведінки М.Ткалич жінки, що працюють і ведуть господарство виявляють більшу задоволеність життям, менш тривожні ніж жінки, що лише займаються побутом. У своїх наукових доробках науковиця виділяє наступні варіанти поєднання професійних та сімейних ролей жінки:

1. жінка, орієнтована на кар'єрне зростання та основну частину сил вкладає саме в розвиток у професії, власної справи;
2. жінка, зосереджена на побудові родини, витрачає основну кількість свого енергетичного й фізичного потенціалу на забезпечення затишку та гармонії в родині;
3. жінка, здатна поєднувати в собі ці два типи соціальних ролей та прагне бути як дружиною, так і хорошим спеціалістом.

В процесі виконання своїх соціальних ролей, пов'язаних з родиною, жінка неодмінно отримує заохочення та схвалення, проте, у професійній самореалізації жінкам зазвичай заважають наступні фактори:

- наявність певних стереотипів та культурних обмежень, що не дозволяють працювати жінці та/або обмежують її професійне зростання;
- соціум навіює дітям про «жіночі» та «чоловічі» ролі, котрі вони повинні виконувати;
- прихована дискримінація жінок при працевлаштуванні або професійному зростанні. Наприклад, значна кількість роботодавців впевнені, що жінка є поганим лідером, має обмежені можливості виконання професійних обов'язків через обов'язки перед родиною.

Проте, все вище перераховане все більше втрачає свою актуальність, адже нині світ прагне до рівноправності, тому у сучасному суспільстві все більше працюючих жінок та тих, хто займає керівні посади (Ткалич, 2011).

Для жінок-керівниць, крім вищезгаданого нами, властиві також такі якості як: асертивність, стресостійкість та ініціативність. Хоча іноді вони можуть відчувати дефіцитність у необхідних для керівної діяльності особистісних та професійних якостях, оскільки тривалий час виконували в основному другорядні ролі.

У свою чергу, трансформаційні процеси в професійному середовищі в останні роки доводять, що жінки на даний момент по всьому світу отримують все більше владних посад в бізнесі, політиці, менеджменті, медицині, освіті тощо.

Жіночий стиль керівництва, як ми зазначали вище, відрізняється від чоловічого за рахунок того, що жінки є більш інтуїтивними, здатні розумітися на людській психології. Разом з тим жінки є більш чутливими до образ та критики, хоча справжні лідерки, як показує практика, чудово з цим здатні поладнати (Шевченко, 2018). Сучасні жінки здатні займати керівні посади в силових структурах України, проте, в цій галузі їм повинні бути властиві такі якості:

1. асертивність;
2. цілеспрямованість;
3. відповідальність та схильність до ризику;
4. цивілізовано працювати з людьми;
5. креативність та новаторство;
6. соціальна активність та наявність чіткої життєвої позиції;
7. прагнення до самовдосконалення та розвитку;
8. націленість на фінансову незалежність та родинне благополуччя;
9. цілеспрямованість та практичність;
10. адаптивність (Петрова, 2014).

Отже, підсумовуючи вищевикладене, можемо зазначити, що жінки на рівні з чоловіками здатні виконувати керівні функції. Проте, вони у більшій мірі ніж чоловіки є соціальноспрямовані, потребують особистих стосунків, зокрема, родинного благополуччя. Тому, ми вважаємо доцільним дослідження особливостей взаємостосунків, типів прив'язаності та емоційної значущості жінок-керівниць з сімейними партнерами.

Для проведення емпіричного дослідження ми розробили та використали ряд методик:

1. Опитувальник «Ступінь довіри між подружніми партнерами» (авт. Ю. Кашпур, Х. Цьомик). Метою опитувальника є дослідження рівня довіри між подружніми партнерами.

2. Опитувальник «Рівень вербальної та невербальної комунікації у подружжі» (авт. Ю. Кашпур, Х. Цьомик). Метою опитувальника є дослідження рівня та близькості комунікації між партнерами, рівня їх турботи..
3. «Шкала емоційного відгуку», розроблений А. Мехрабіаном і апробований Н. Епштейном, дозволила проаналізувати загальні емпатійні тенденції досліджуваних, такі як рівень здатності до емоційного відгуку на переживання «значущого іншого».
4. Для вивчення рівня емоційної зрілості ми використали опитувальник «Діагностика емоційної зрілості особистості» О. Чебикіна. Опитувальник складається із 42 питань, співвіднесених із чотирма основними шкалами: «Емоційна експресивність», «Емоційна саморегуляція», «Емпатія» і «Шкала щирості».
5. Для визначення типу прив'язаності у подружжі ми використали опитувальник «Досвід близьких стосунків» авт. С. Джонсон.
6. Опитувальник «Рівень турботи до партнера» авт. Ю.М. Кашпур, Х.Б. Цьомик, дозволяє визначити рівні турботливості жінок-лідерів у ставленні до свого партнера.

Отримані результати дослідження допомагають з'ясувати особистісні якості сучасних жінок-керівниць та рівень емоційної значущості для них подружніх взаємин.

На початковому етапі дослідження було визначено змістовне наповнення поняття *емоційна значущість подружніх взаємин*, яке розуміється нами, як процес надання цим взаєминам специфічної комбінації переживань, що визначатиме їх ціннісно-сміслову наповнення та сприятиме подружній близькості, турботі та єднанню. Досліджуваний феномен включає такі три параметри: емоційно-почуттєвий, ціннісно-мотиваційний та конативний, кожен з яких характеризується відповідними конструктами. В емоційно-почуттєвому параметрі основними конструктами визначено: *емоційну консистенцію* (близькість, пристрасть, вірність), *емпатію* (відчуття внутрішнього світу іншого), *довіру* (відвертість, небайдужість, надійність), *емоційну зрілість* (правильне розуміння іншого); у ціннісно-мотиваційному параметрі: *афіліативність* (мотив бути поряд з кимось), *ціннісну єдність* (бути з кимось схожим), *прив'язаність у дорослих* (бути з кимось у безпеці); у конативному параметрі: *вербальну та невербальну комунікацію* (дотики, повсякденне спілкування), *патерніст* – *традиції* (спільне часопроведення, дозвілля), *турботу* (задоволення потреб партнера) (Цьомик Х.Б, 2021).

У проведеному дослідженні взяли участь 62 жінки, які працюють на керівних посадах, у різних сферах, а саме: п'ятеро з них є завідувачками дитячих садків, п'ятеро є головними лікарками в обласних та міських лікарнях, четверо є деканами факультетів у ПНУ імені Василя Стефаника та УДУ імені Михайла Драгоманова, четверо є власницями магазинів, двоє є головними бухгалтерами в банках, п'ятеро є директорами шкіл, троє є керівницями швейного цеху, троє директорками компаній з управління нерухомістю, двоє є директорки з фармацевтичного виробництва, троє є генеральними директорками в бізнес компаніях, п'ятеро є керівниці власного виробництва одягу та взуття, четверо є керівницями та власницями салонів краси, троє є керівницями мереж кулінарних виробів, троє є управляючими в ресторанах, двоє управляючими в готелях, четверо працюють фінансовими директорами у приватних фірмах, двоє є керуючими розважальних закладів, троє є директорками приватних бізнес компаній, двоє працюють керівниками туристичних фірм.

Отримані результати визначення рівня емпатійності досліджуваних жінок-керівників наведені у табл.1.

Таблиця 1

Дослідження рівня емпатійності, емоційної зрілості та турботливості жінок-керівників

Рівні Шкала	Високий		Середній		Низький	
	Абс. кільк.	%	Абс. кільк.	%	Абс. кільк.	%
Емпатія	13	20,97	28	45,16	21	33,87
Емоційна зрілість	34	54,84	18	29,03	10	16,13
Рівень турботи	17	27,42	24	38,71	21	33,87

Аналіз рівнів емпатії досліджуваних показав, що високий рівень мають 13 жінок (20,97%), у цих респонденток підвищений рівень співпереживання та чутливості до внутрішнього світу інших. Досить часто вони не відділяють переживань оточуючих від власних, що не дуже позитивно може відобразитися як у професійній, так і в сімейній сферах. Середній рівень емпатії одержаний у 28 (45,16%) досліджених жінок це свідчить про те, що в більшості досліджуваних особистостей рівень проникливості, уміння ставити себе на місце інших наявний в межах норми. Такі особистості володіють розвиненим самоконтролем, вони не завжди готові поділитися власними наболілими думками, емоціями, проблемами. Розуміють емоційні переживання інших людей, але вважають, що не варто дуже явно демонструвати свої почуття. Низький рівень констатовано в 21 (33,87%) жінки, вони досить часто відчувають труднощі у спілкуванні, майже не вміють співпереживати, емоційно відгукуватися на почуття оточуючих. Жінками з низьким рівнем емпатії досить важко зрозуміти причини вчинків, скоєних під впливом душевних поривів або настрою. На нашу думку, у ділових взаємостосунках це не найгірший сценарій взаємодії з підлеглими, проте у сімейній сфері відсутність емпатії є проблемним моментом.

Результати дослідження рівня емоційної зрілості показали: високий рівень 34 (54,84%) жінки, середній 18 (29,03%), низький 10 (16,13%) жінок. Як ми бачимо згідно кількісних даних, у більшості ділових жінок рівень емоційної зрілості є на високому рівні. Вони не бояться змін, добре знають свої сильні та слабкі сторони, розуміють та поважають почуття інших, не впадають у відчай при невдачах, завжди готові вчитися, вміють підтримувати баланс між особистим та професійним життям. Саме це допомагає жінці-керівниці поєднувати успішність в професійній діяльності, а також підтримувати емоційноблизькі взаємини з партнером, налагоджувати емоційний контакт з ними.

Рівень турботи про партнера у 21 (33,84%) жінки низький, 24 середній (38,71%), 17 (27,42) високий. Підсумовуючи кількісні дані можна підкреслити, що у більшості ділових жінок переважає низький та середній рівень турботи про партнера. Відповідно, ми можемо стверджувати, що значна кількість жінок відчуває труднощі у розподілі часу та власних ресурсів для забезпечення необхідної уваги, турботи, злагоженого побуту для своєї родини та свого шлюбного партнера. При систематичності такої ситуації родина віддаляється від жінки, а відповідно і позбавляє її таких значущих для неї емоційних стосунків. Для жінок-керівниць із середнім рівнем властиво виявляти турботу відповідно до запиту від партнера та родини, тобто без перебільшення та без нав'язування. Хоча іноді їх партнер може відчувати безініціативність та не зацікавленість самої жінки у наданні відповідного турботливого ставлення. Цікавим є факт, що в більшості успішних жінок все ж таки вистачає часу для того, щоб потурбуватися про близьких.

Отже, проведене дослідження показало, що у більшості досліджуваних жінок показники емоційно-чуттєвого параметру на середньому та низькому рівнях. Виняток

становили показники емоційної зрілості. Відповідно, ми можемо зробити висновок, що досліджувані жінки налаштовані на саморозвиток, вони впевнені у своїх мотивах та прагненнях, розуміють оточуючих, поважають їх право на емоції та вчинки. Проте іноді вони відчують складнощі у диференціюванні власних емоцій на роботі та вдома, час від часу можуть дистанціюватися від родини на користь роботи, або знаходитися в сім'ї формально, що створює перешкоди на шляху до формування емоційнозначущих взаємин з партнерами.

Доцільно зазначити, що для жінки-керівниці поряд з позитивно-емоційною забезпеченістю важливим елементом є відчуття захищеності, необхідності, впевненості в тому, що близькі оточуючі завжди підтримають та допоможуть у майже всіх її починаннях.

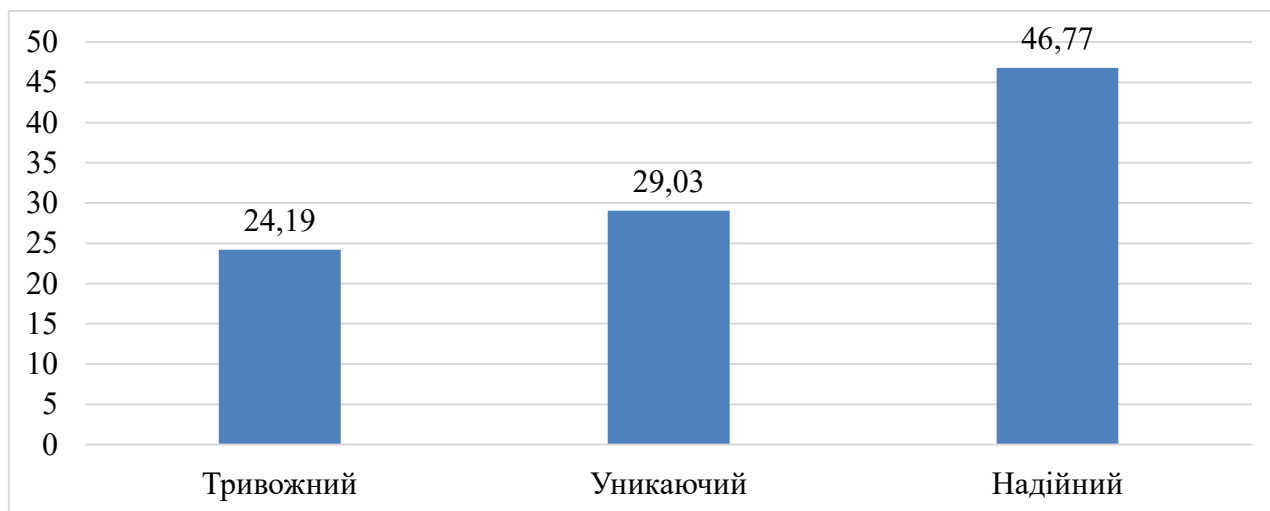


Рис. 1. Аналіз домінуючих типів прив'язаності у жінок-керівників

Дослідження типу прив'язаності показали, що тривожний тип властивий 15 (24,19%) жінок, унікаючий 18 (29,03%), надійний 29 жінок (46,77%). Як можна побачити з аналізу кількісних даних, у більшості ділових жінок переважає надійний тип прив'язаності. Він характеризується тим, що особистість відчуває підтримку близьких, вона впевнена, що її потреби в близькості, емоційній підтримці та захисті будуть задоволені. Жінки з таким типом прихильності більш впевнені в собі, з достатнім рівнем самооцінки, без надмірного остраху сприймають оточуючих. Вони впевнені, що їх партнер створить всі необхідні умови для відчуття захищеності, спрямовуватиме зусилля на задоволення їх потреб, надаватиме впевненості у майбутньому. Водночас, визначена кількість досліджуваних жінок із тривожним та унікаючим типом прив'язаності вказують на те, що значна кількість жінок-керівників відчувають певний страх втрати стосунків, частіше переживають, що партнер може зрадити, вони не впевнені в надійності власних з подружніх взаємин, бояться довіритися своєму партнерові спрямовані на ізоляцію, незалежність, досить частими для них є егоїстичні холодні розрахунки та наміри, вони рідко показують свої почуття, відчувають дискомфорт коли партнер намагається залучитися до їх життя поза родину.

Отже, ми можемо констатувати, що показники ціннісно-мотиваційного параметру у досліджуваних жінок у більшості знаходяться на достатньому рівні для забезпечення формування емоційнозначущих стосунків. Проте, показники визначеного тривожного та унікаючого типу вказують, що у певної кількості жінок-керівниць наявні порушення емоційного балансу у сімейній сфері, що негативно впливає на побудову гармонійних взаємостосунків та створює перешкоди у комунікації та формуванні довірливих стосунків.

Таблиця 2

**Кількісні показники особливостей комунікації та рівня довіри до партнера
серед жінок-керівників**

Шкала	Рівні	Високий		Середній		Низький	
		Абс. кільк.	%	Абс. кільк.	%	Абс. кільк.	%
Рівень вербальних та невербальних комунікацій з партнером		19	30,65	26	41,94	17	27,42
	Рівень довіри до партнера	20	32,26	30	48,39	12	19,35

Рівень вербальних та невербальних комунікацій з партнером у 19 (30,26%) жінок високий, у 26 (41,94%) – середній, у 17 (27,42%) низький. Середній рівень, який виявлено у більшості ділових жінок характеризують відкритість, інтимність, довіра, конструктивність, рефлексивність, гнучкість, демократичність моральна й емоційна підтримка. Саме комунікація є важливою складовою усіх типів міжособистісних взаємин, зокрема ділових й подружніх. Проте, взаємини між сімейними партнерами та рівень їхньої емоційної значущості ще можна розпізнати за допомогою невербальних засобів. Чим точніша невербальна комунікація між подружжям, тим успішніша їхня взаємодія і вищий рівень близькості. Середній рівень вважається оптимальним як для жінки-керівниці так і для підтримання близьких взаємин з партнером, оскільки, власне надмірна балакучість, мають негативний вплив у побудові усіх типів стосунків. Наприклад, у ділових стосунках, особливо для керівника є важливим, власне, стриманість та конструктивна лексика, для того щоб зберігати та підтримувати свій авторитет серед підлеглих, відповідно у комунікації з близькими також є важливим конструктивне спілкування, яке має значення, а не те, яке виснажує.

Дослідивши показники рівня довіри, ми констатували, що у 12 жінок низький (19,35%), у 30 середній (48,39%), у 20 жінок високий (32,26%). Ці показники свідчать, що в більшості ділових жінок майже відсутній безперервний стан тривоги та страху бути зрадженими, оскільки в них є достатній рівень самооцінки, самодостатності, відчуття самоцінності та значущості. Також відсутня стратегія «сліпої довіри», яка є максимально неефективною як у їхній професійній активності та і в подружніх стосунках.

Отже, дослідження соціально-психологічних особливостей жінок-керівників та особливостей їх взаємостосунків зі шлюбним партнером показали, що у більшості жінок-керівниць наявний середній рівень емоційної значущості подружніх взаємин, що відображає вміння поєднувати високі професійні досягнення разом з належною підтримкою близьких подружніх стосунків. Середній рівень свідчить про відсутність надмірної прив'язаності до партнера, а навпаки – надійної; достатньої, а не нав'язливої рівень комунікації між членами сім'ї та турботи; наявність довіри, а також емпатії до партнера. Тому можна підсумувати, що це є оптимальний показник наявності емоційної значущості у подружніх взаєминах жінки-керівниці. Також отримані дані сприяли виявленню рис особистості жінок-керівниць, які необхідні для побудови емоційно-значущих взаємини та сприяють професійній ефективності самої жінки. Важливим є також те, що при наявності емоційно значущих подружніх взаємин, які є в межах «золотої середини», жінки мають ресурс для особистісної і професійної реалізації.

Висновки

Згідно теоретичного аналізу можна підсумувати, що жінки-керівниці є більш інтуїтивними, краще розуміють емоції та почуття інших, є більш послідовними, виваженими,

асертивними та незалежними, здатні приймати рішення самостійно, їх стиль керівництва м'якший ніж у чоловіків, що ефективно впливає на роботу в колективі.

За результатами проведеного емпіричного дослідження згідно рівнів конструктив емоційної значущості подружніх взаємин в жінок-керівниць було констатовано, що у більшості жінок-керівниць рівень емоційної значущості подружніх взаємин є на середньому рівні. У своїй родині вони відчують повагу, впевнені, що їх думка враховується, зокрема у підтримці необхідного для них особистісного простору. Жінки відчують та презентують себе партнерові й соціуму як повноцінна особистість. Такі взаємостосунки сприяють успішності жінок-керівників та підтримують їх ресурсність у побудові міцних емоційно-значущих подружніх взаємин. Отримані дані також доводять, що у певній кількості досліджених керівниць наявні страхи, невпевненість у щирості партнера. Підтримка від партнера для них ситуативна, іноді вони відчують наміри партнера в обмеженні або підпорядкуванні його інтересам. Для них властива певна емоційна обмеженість у взаємостосунках, через невизнання її права на автономію, що може знижувати потенціал успішності жінки.

Перспективи подальших досліджень: дослідження жінок, які працюють на керівних посадах є надзвичайно багатоаспектною та багатошаровою тематикою, адже в майбутньому є можливість дослідити жінок-керівниць безпосередньо у материнській ролі, в ролі доньки, визначити вплив емоційної значущості батьків, друзів, сімейного життя на професійне становлення жінки.

Література

1. Ейдемилер, Е.Г., & Юстицький, В.В. (2001). *Сімейна психотерапія*. Київ: Медицина.
2. Петрова, І. А. (2014). Фактори, що формують ділові якості жінки-керівника силових структур. *Форум права*, 3, 296–299. Режим доступу: <https://dspace.univd.edu.ua/items/f495ae3f-18b4-4c7e-acfa-0ba5e977477d>
3. Розбицька, К.М. (2019). Особливості психології сучасної жінки-керівника. (Дис. д-ра психол. наук). Київ. Режим доступу: <https://dspace.nau.edu.ua/bitstream/NAU/39223/1/%d0%a0%d0%be%d0%b7%d0%b1%d0%b8%d1%86%d1%8c%d0%ba%d0%b0%20%d0%9a.%d0%9c..pdf>
4. Ткалич, М.Г. (2011). Жіночі гендерні ролі: рольові моделі та норми. *Соціальна психологія*, 6, 158–167.
5. Цьомик, Х. Б. (2021). Теоретичний аналіз проблеми емоційної значущості у психологічній науці. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського. Серія: Психологія*, 32(71), 101–108. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.2/18>
6. Шевченко, Р.М. (2018). Становлення рольових функцій «ділової жінки» у сфері менеджменту. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. Загальна психологія. Історія психології. Етнічна психологія*, 10, 341–352.
7. Hennig, M., & Jardin, A. (1977). *The managerial woman*. Garden City : Anchor Press, Doubleday.

References

1. Eidemiler, E.H., & Yustytskyi, V.V. (2001). *Simeina psykhoterapiia [Family psychotherapy]*. Kyiv : Medytsyna.
2. Petrova, I.A. (2014). Faktory, shcho formuiut dilovi yakosti zhinky-kerivnyka sylovykh struktur [Factors shaping the business qualities of a woman head of security forces]. *Forum prava – Law Forum*, 3, 296–299. Retrieved from <https://dspace.univd.edu.ua/items/f495ae3f-18b4-4c7e-acfa-0ba5e977477d>
3. Rozbytska, K.M. (2019). Osoblyvosti psykhohonii suchasnoi zhinky-kerivnyka [Peculiarities of the psychology of a modern female manager]. *Doctor's thesis*. Kyiv. Retrieved from

<https://dSPACE.nau.edu.ua/bitstream/NAU/39223/1/%d0%a0%d0%be%d0%b7%d0%b1%d0%b8%d1%86%d1%8c%d0%ba%d0%b0%20%d0%9a.%d0%9c.pdf>

4. Tkalych, M.H. (2011). Zhinochi henderni roli: rolovi modeli ta normy [Women's gender roles: role models and norms]. *Sotsialna psykholohiia – Social Psychology*, 6, 158–167.
5. Tsomyk, Kh.B. (2021). Teoretychnyi analiz problemy emotsiinoi znachushchosti u psykholohichnii nauki [Theoretical analysis of the problem of emotional significance in psychological science]. *Vcheni zapysky TNU imeni V. I. Vernadskoho. Seriya: Psykholohiia – V. I. Vernadskyi TNU Scientific notes. Series: Psychology*, 32(71), 101–108. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.2/18>
6. Shevchenko, R.M. (2018). Stanovlennia rolovykh funktsii «dilovoi zhinky» u sferi menedzhmentu [Formation of role functions of a “business woman” in the field of management]. *Aktualni problemy psykholohii. Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka. Zahalna psykholohiia. Istoriiia psykholohii. Etnichna psykholohiia – Collection of scientific works of the H.S. Kostiuka Institute of Psychology. General Psychology. History of psychology. Ethnic Psychology*, 10, 341–352.
7. Hennig, M., & Jardin, A. (1977). *The managerial woman*. Garden City: Anchor Press, Doubleday.

SOCIO-PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF FEMALE LEADERS AND THE LEVEL OF THEIR INVOLVEMENT IN EMOTIONALLY SIGNIFICANT MARITAL RELATIONSHIPS

Khrystyna Tsyomyk

PhD in Psychology, Lecturer

of the Department of Theoretical and Counseling Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

kristipa@meta.ua, <https://orcid.org/0000-0001-6080-3786>

Abstract

The article is aimed at the study of the socio-psychological characteristics of the female leader and the level of her involvement in emotionally significant marital relationships. To achieve the goal and implement the tasks, theoretical (analysis, synthesis, generalization, comparison, systematization of socio-psychological literature); empirical (systematization, generalization of qualitative and quantitative research data, observations) and mathematical statistics methods (methods of comparative and percentage analyses) were used. The features of a modern female leader are studied and the significance of partner relations for her have been determined using the author's methods. On the basis of theoretical analysis, the psychological characteristics of female leaders are considered. It has been proven that such women are assertive, have high intellectual abilities and high emotional intelligence, which in turn contributes to the achievement of their professional goals. The author's own understanding of the concept of emotionally meaningful marital relationships is provided and substantiated, the parameters and constructs of such relationships are singled out: emotional and sensual; value-motivational; conative. Based on the results of the research, it is established that most of the women under study have indicators of the emotional and sensual parameter at medium and low levels. The exception was defined with high levels of emotional maturity. The formation of the value-motivational parameter in the majority of the women under study was found to be at a sufficient level to ensure the formation of emotionally meaningful relationships, in particular, the reliable type of attachment prevails among the respondents. Determined levels of verbal/non-verbal communication and trust in the partner are at an average level and indicate sufficient formation of the conative component. Such female leaders are characterized by reflexivity, openness, constructiveness, flexibility, they have almost no continuous state of anxiety and fear of being betrayed. According to the data obtained, it is proved that the importance of the relationship with the spouse for the majority of respondents has an average level of importance, since most of the constructs of this phenomenon are at this level.

Keywords: female leader, level of inclusion, emotionally significant marital relationships, emotional maturity, attachment, care, trust, empathy.

Подано 28.05.2024

Рекомендовано до друку 15.06.2024

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ У ЗАРУБІЖНІЙ НАУКОВІЙ ЛІТЕРАТУРІ

Вікторія Щербій

магістрантка спеціальності «Консультативна психологія»
факультету психології

Український державний університет імені Михайла Драгоманова
01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9
scherbiyka02@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-7743-9415>

Олексій Ляшенко

кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри теоретичної та консультативної психології
Український державний університет імені Михайла Драгоманова
01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9
o.a.lyashenko@udu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-2942-8284>

Анотація

Стаття дозволяє отримати загальне уявлення про поняття «посттравматичне зростання» у психології, ознайомитись з актуальними науковими роботами зарубіжних вчених, присвячених вивченню цієї проблематики та визначити найбільш проблемні питання у дослідженні зазначеного феномену. Протягом останніх століть наукова література в галузі психічного здоров'я в основному зосереджувалася на негативних наслідках травматичних подій. Тільки віднедавна все більший інтерес науковців привертають особливості стійкості (резильєнтності) та можливі позитивні наслідки травми. Це призвело до появи концепції посттравматичного зростання (ПТЗ), яке визначають як позитивні психологічні зміни, що виникають в результаті подолання важких життєвих обставин. У статті поданий аналіз наукових праць, які розкривають феномен ПТЗ. Визначено основні теоретичні підходи до розуміння посттравматичного зростання. Серед них теорія динамічних систем, модель посттравматичного зростання Р. Тедескі та Л. Калхуна, концепція С. Джозефа та А. Лінлі, модель нарративної трансформації Дж. Палса та Д. МакАдамса, а також теорія С. Хобфолла та колег «зростання, орієнтованого на дії». Основна увага акцентується на п'яти сферах життя, що зазнають позитивних змін в ході посттравматичного зростання. Це покращення взаємин з людьми, усвідомлення нових можливостей, розвиток відчуття внутрішньої сили, духовне зростання та підвищення цінності життя. Наголошено, що існує взаємозв'язок між посттравматичним зростанням та посттравматичним стресовим розладом (ПТСР). Зазначено, що ці явища можуть співіснувати, не будучи взаємовиключними. Описано соціальні та психологічні ресурси, які відіграють фундаментальну роль у розвитку ПТЗ, сприяючи адаптації та трансформації особистості після переживання травми. Подані у статті результати теоретичного дослідження є корисними для опрацювання дослідниками, студентами, фахівцями в сфері охорони психічного здоров'я.

Ключові слова: посттравматичне зростання, психологічне благополуччя, травма, посттравматичний стресовий розлад, теорія динамічних систем, нарративна трансформація.

Вступ

«Те, що нас не вбиває, робить нас сильнішими». Цей популярний вислів німецького філософа Ф. Ніцше описує психологічний феномен, який останнім часом привертає все більшу увагу науковців, – посттравматичне зростання (ПТЗ). Але всупереч тому, на що натякає цитата Ніцше, травматичний досвід, який не позбавляє життя, не обов'язково веде до зростання та

сили (Jayawickreme & Blackie, 2014). Дж. Мангельсдорф у своєму дослідженні зазначає, що загалом можна виділити чотири форми реакції психіки на травму: стійкість, відновлення, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) і посттравматичний ріст (Mangelsdorf, 2020). Ми зосередимо свою увагу на останньому.

Глобальні та локальні катастрофи, зокрема військові конфлікти, значно впливають на психіку населення. Війна, що розгорнулася на теренах України, спричинила значні травматичні події для мільйонів людей: військових, біженців, переселенців та мирного населення. Дослідження механізмів, через які люди можуть не лише відновлюватися після травмуючих подій, але й знаходити в собі сили для особистісного зростання, має вагоме значення. Оскільки в нинішніх умовах нам, як народу, потрібно не тільки вистояти та перемогти, але і відродитися, аби в майбутньому відбудувувати країну.

Аналіз джерел та публікацій, присвячені окресленій проблематиці, показав, що вчені концентрують увагу на п'яти концептуальних точках зору: 1) теорія динамічних систем (Mangelsdorf, 2020); 2) модель посттравматичного зростання Р. Тедеші та Л. Калхуна, що відбувається в п'яти сферах життя (Jayawickreme & Blackie, 2014); 3) концептуалізація посттравматичного зростання С. Джозефа та А. Лінлі як схожого на підвищення рівня евдемонічного (психологічного) благополуччя (Joseph & Linley, 2005); 4) модель посттравматичного зростання Дж. Палс та Д. МакАдамса, яка розглядається як зміна життєвого нарративу індивіда (Pals & McAdams, 2004); 5) теорія С. Хобфолла та колег «зростання, орієнтованого на дії», яка стверджує, що посттравматичний ріст передбачає збільшення соціальних і психологічних ресурсів (Hobfoll, Hall, Canetti-Nisim, Galea, Johnson & Palmieri, 2007)

Мета статті полягає у висвітленні результатів проведеного теоретичного дослідження феномену посттравматичного зростання у науковій літературі. Мета передбачає розв'язання таких **завдань**: 1) визначити та описати поняття «посттравматичне зростання»; 2) розглянути наявні моделі ПТЗ.

Методи дослідження

Для досягнення поставленої мети та завдань теоретичного дослідження феномену посттравматичного зростання у науковій літературі, нами було використано такі теоретичні методи, як аналіз наукових джерел, порівняння, узагальнення та синтез.

Результати та дискусії

Останніми роками зростає інтерес до дослідження того, чи дійсно травматичні життєві події можуть бути каталізаторами позитивних змін у житті. Основоположники теорії про ПТЗ R. Tedeschi та L. Calhoun ввели термін «посттравматичний ріст», щоб відобразити позитивні психологічні зміни, свідками яких вони були як клінічні психологи серед своїх пацієнтів, які долали надзвичайно складні життєві ситуації. Люди часто повідомляли про позитивні зміни після переживання травматичних подій, як-от, покращення взаємостосунків з оточенням чи більше задоволення від дрібниць у житті (Jayawickreme & Blackie, 2014; Tedeschi & Calhoun, 2004).

У своїй роботі Е. Jayawickreme та Л.Е. Blackie зазначають, що, багато дослідників погоджуються з припущенням, що посттравматичне зростання детермінує позитивні зміни у персональних віруваннях і поведінці, які можуть проявлятися принаймні в п'яти формах: покращення взаємин з іншими, виявлення нових можливостей для свого життя, відчуття внутрішньої сили, духовне зростання та підвищення цінності. Водночас, серед теоретиків існують певні розбіжності щодо того, як ПТЗ насправді проявляється в житті людини.

Наприклад, чи є воно схожим на підвищення психологічного благополуччя чи на когнітивну реструктуризацію життєвої історії особистості? (Jayawickreme & Blackie, 2014).

Після того, як R. Tedeschi та L. Calhoun у 1996 році опублікували первинну шкалу перевірки посттравматичного росту, відбулося помітне підвищення інтересу до вивчення означеного феномену та передбачуваних, пов'язаних із ним, переваг для психічного та фізичного здоров'я.

Сучасні дослідження показують, що посттравматичний ріст є досить поширеним явищем. Близько 70% тих, хто пережив різні форми травми, повідомляють про певні позитивні зміни принаймні в одній з названих вище сфер життя. Таким чином, концепція посттравматичного зростання підкреслює можливу трансформаційну роль, яку може відіграти пережита травматична подія. Наприклад, R. Tedeschi та L. Calhoun описуючи ПТЗ, зазначають, що людина не тільки вижила, але й зазнала змін, які вважаються важливими, та які виходять за межі попереднього статус-кво. Посттравматичний ріст – це не просто повернення до вихідного рівня – це досвід покращення, який для деяких людей є глибоким (Tedeschi & Calhoun, 2004).

На сьогодні у психології не існує єдиного загальновизнаного визначення поняття «посттравматичне зростання». У своїй науковій роботі, польська дослідниця N. Ogińska-Bulik наводить різні підходи до тлумачення цієї категорії. Так, R. Tedeschi та L. Calhoun припускають, що ПТЗ є не стільки результатом пережитої травми, скільки результатом використаних стратегій подолання. Інші автори, Т. Зельнер та А. Меркер, трактують посттравматичне зростання як процес подолання травматичних подій. У свою чергу, В. О'Лірі визначає ПТЗ як динамічний процес мобілізації ресурсів у відповідь на виниклу загрозу, що зближує це поняття з терміном стійкість (резильєнтність). Дещо ширше проливають світло на це питання В. Хелгесон та колеги. На їхню думку, посттравматичне зростання – це сукупність процесів, що охоплюють поточні зміни в житті людини, методи копіngu (cope) та когнітивні маніпуляції. Тут науковиця звертає увагу, що люди, які переживають негативну життєву подію, наприклад, онкозахворювання, іноді використовують позитивні ілюзії як спосіб впоратися з ситуацією. Ці ілюзії дозволяють зберегти благополуччя та адаптуватись до нових умов, незважаючи на перенесену хворобу (Ogińska-Bulik, 2013).

Як зазначає J. Mangelsdorf зараз розроблено різноманітні моделі, спрямовані на пояснення появи посттравматичного росту. Дослідниця вважає, що однією з найбільш далекосяжних з них є теорія динамічних систем. Вона базується на припущенні, що розвиток людини загалом характеризується взаємодією різних молекулярних (фізіологічних), психологічних і соціальних систем, а також впливом середовища. При зіткненні з потенційно травматичною подією функції організму та психіки можуть бути порушені або дестабілізовані. Попередні ролі, моделі мислення та поведінки більше не можуть бути збережені через зміни ситуації та пройденого жакливого досвіду. З психодраматичної точки зору це також означає, що ролі та рольові атрибуції, важливі для власної ідентичності, ставляться під сумнів або повністю знищуються. Класичним прикладом цього є раптова смерть когось із подружжя, а в нинішніх умовах – це частіше чоловіки. В цій ситуації загибель партнера не тільки спричиняє важкі, інтенсивні переживання в емоційній сфері, але й приносить із собою далекосяжні системні втрати (Mangelsdorf, 2020).

Згідно з теорією динамічних систем, дестабілізація, викликана травматичною подією, може призвести до реорганізації, зміни або трансформації існуючих системних рівнів і, таким чином, також сприяти зростанню. Наприклад, наслідком втрати супутника життя може бути поява, посилення або зміна якості взаємостосунків із членами родини, друзями чи навіть

незнайомцями. А усвідомлення своєї здатності впоратися з травмою може сприяти зміцненню ідентичності суб'єкта.

Підводячи підсумок, посттравматичний ріст можна розглядати як потенціал динамічної системи особистості адаптуватися до негативних подій і таким чином розширювати попередні ресурси. На індивідуальному рівні – це знаходження власного сенсу життя, зміцнення наявних взаємостосунків або розширення кола спілкування (Mangelsdorf, 2020).

У цей час домінуючою моделлю ПТЗ є та, яку запропонували R. Tedeschi та L. Calhoun. Вчені визначають посттравматичне зростання досить широко як «позитивну психологічну зміну, яка сталася в результаті боротьби з дуже складними життєвими обставинами». Наведена концепція передбачає якісні позитивні зміни в п'яти різних сферах життя: усвідомлення особистістю цінності життя, покращення соціальних взаємин, загострення почуття власної сили, більше залучення до духовних питань та релігії і визнання нових можливостей для свого життя. Вважається, що розвиток посттравматичного зростання призводить до відчуття мудрості та розуміння світу і, потенційно, з часом, до більшої задоволеності життям. Після обробки пережитих травматичних подій, люди розвивають нове розуміння себе, світу, в якому вони живуть. Усвідомлюють як ставитися до інших людей, яке майбутнє вони можуть мати, і краще розуміють, як жити (Tedeschi & Calhoun, 2004).

Такий погляд на посттравматичний ріст унікальний тим, що він розглядається і як процес, який є тривалий за своєю природою, і як результат. Таким чином, з точки зору Р. Тедеші та Л. Калхаун, ПТЗ виникає після пережиття травматичних подій, в процесі зцілення та адаптації до життя з негативним досвідом в анамнезі. Та є цінним результатом у відповідь на травму (Jayawickreme & Blackie, 2014).

Зазначимо, що психологічна травма є серйозним викликом для особистості, а її лікування зазвичай є довгим процесом, який потребує залучення внутрішніх та зовнішніх ресурсів особистості. Таке «пошкодження» може супроводжуватись різними психічними розладами: депресією, тривожними розладами та посттравматичним стресовим розладом зокрема. Важливо підкреслити, що ПТСР і посттравматичний ріст не є взаємовиключними реакціями, а часто тісно пов'язані. Як показують численні дослідження, посттравматичний ріст може відбутися після посттравматичного стресового розладу (Mangelsdorf, 2020).

Дослідники S. Joseph та A. Linley у своїй роботі дещо критикують попередню модель ПТЗ та стверджують, що посттравматичний ріст не відрізняється від конструкції психологічного добробуту. Вони стверджують, що R. Tedeschi та L. Calhoun, по суті, у своїх дослідженнях вимірюють підвищення рівня ментального добробуту. Оскільки п'ять критеріїв посттравматичного росту, які були ними зазначені, перегукуються з моделлю психологічного благополуччя, описаної Керол Ріфф у 1989 році (Jayawickreme & Blackie, 2014; Joseph & Linley, 2005).

Таким чином, згідно з S. Joseph і A. Linley, посттравматичний ріст відбувається, коли травматичний досвід індивіда призводить до покращення у таких специфічних сферах: самосприйняття, мета життя, управління оточенням, автономія та позитивні взаємини з іншими. Відповідно, травматичні події можуть змусити людину переглянути свої соціальні контакти. А також більш вільно, автономно діяти відповідно до своїх цінностей, не остерігаючись соціального осуду (Joseph & Linley, 2005).

Концепція S. Joseph і A. Linley упускає той момент, що травма є «необхідним інгредієнтом» для отримання психологічного благополуччя. Вони вважають, що критичні та важкі життєві події є всього одним із шляхів, який веде до ментального добробуту.

Ця модель також розрізняє суб'єктивний та евдемонічний (або психологічний) добробут. Суб'єктивний добробут відноситься до загальних афективних станів індивіда та

загальної задоволеності життям. Тоді як евдемонічний – розширює дані аспекти, включаючи мету життя, його значення та автономію (свободу) як важливі показники функціонування (Joseph & Linley, 2005).

Дослідники стверджували, що пережита травма може пригнічувати емоційний стан людини, але покращувати усвідомлення того, що є важливим для неї, і з більшою відданістю жити відповідно до цих цінностей (Joseph & Linley, 2005). Чудовим в цьому контексті є приклад Олександра Терена – військового, який отримав поранення і втратив обидві ноги на війні. Так, з одного боку, це емоційно важко переживалось, але, з другого боку, він отримав мету життя – висвітлювати питання реінтеграції військових у суспільство та адаптації простору до потреб людей з інвалідністю. І на своєму прикладі показувати, що після такої травматичної події можна продовжувати жити наповнено. Як зазначає сам Олександр: «Моя історія війни – одна з найкращих історій життя» (Терен, 2024).

Звичайно, такі люди не завжди можуть сказати, що вони щасливіші, ніж були раніше. Але, разом з тим, набути сильного відчуття мети життя та його сенсу унаслідок пережитих травм. Таким чином, ці позитивні зміни – знайдений новий сенс і ясність життєвих пріоритетів – все одно будуть вважатися формами зростання, навіть якщо людина не повідомляє про те, що почувається більш задоволеною (Jayawickreme & Blackie, 2014).

Посттравматичний ріст також концептуалізується простіше та ширше – як процес пошуку сенсу у пережитих травматичних, стресових подіях та виокремлення з них повчальних моментів. Хоча існує багато способів, за допомогою яких людина може «отримати урок» з певної події. J. Pals і D. McAdams стверджують, що перегляд свого життєвого нарративу є цінним механізмом, завдяки якому люди знаходять сенс у травматичних подіях та зазнають когнітивних і поведінкових змін, що утворюють посттравматичний ріст (Pals & McAdams, 2004).

Згідно з D. McAdams, особистість визначається на трьох паралельних рівнях: 1) особистісні риси; 2) особисті проблеми та прагнення; 3) життєві нарративи або історія життя. Він стверджує, що в той час як особистісні характеристики залишаються стабільними протягом дорослого життя, особисті цілі, пріоритети є чутливими до змін через ситуаційні обставини включаючи травму. Як зазначає вчений, модифікуючись та розвиваючись, вони безпосередньо впливають на життєву історію людини. З цієї точки зору, перегляд травматичного життєвого нарративу є процесом, в якому люди беруть участь спеціально для реконструкції своїх життєвих історій на основі розуміння того, як особистість змінилася після травматичного досвіду. Виявлення та присвоєння собі цих змін якраз і складає посттравматичне зростання (Jayawickreme & Blackie, 2014).

Цю теорію у своєму дослідженні підтверджує А. Романишина. Спираючись на роботи К. Шюлер та А. Боалс, дослідниця вказує, що досвід посттравматичного зростання тісно пов'язаний з розповідями людей про своє життя загалом, включаючи травматичну подію. Для деяких особистостей травма стає центром ідентичності, що може мати як хороші, так і погані наслідки. Щоб не тільки впоратися з травмою, але і зростати, люди повинні докласти зусиль, аби налаштувати своє нарративне «Я» (narrative-self) для лікування травми. Важливо ділитись своїм травматичним досвідом з іншими, аби в процесі розповіді самостійно або з допомогою інших знаходити сенс у пройдених випробуваннях. Процес розповіді власного нарративу допомагає відчутти розширення можливостей або контролю над травмою та над власним життям (Romanyshyn, 2022).

Нарешті, S. Hobfoll та колеги пропонують розглядати ПТЗ як «зростання, орієнтованого на дію». Такий погляд робить акцент на якісній зміні поведінки як індикаторі фактичного зростання після травми. Стрессова або травматична життєва подія часто спричинює високий

рівень психологічного дистресу, тому що, згідно з цією теорією, така подія створює серйозний виклик для психоемоційних та соціальних ресурсів індивіда, наприклад, – самооцінки, здоров'я та мереж соціальної підтримки. «Справжнє» посттравматичне зростання (тобто справжня зміна особистості) відбувається, коли опрацювання травми призводить до поведінки, пов'язаної з ростом, яка, у свою чергу, призводить до супутнього зменшення дистресу (Hobfoll, Hall, Canetti-Nisim, Galea, Johnson & Palmieri, 2007).

Незважаючи на те, що ця теорія визнає, що досвід зростання часто виникає після негараздів, вона стверджує, що фактичне посттравматичне зростання не є просто результатом когнітивних спроб знайти сенс і реструктурувати переконання про світ. Щоб відбувся справжній посттравматичний ріст, люди повинні перетворити ці когнітивні процеси пошуку в реальні дії. Подібно до попередніх, ця теорія визнає, що ПТЗ може відображати деякі ознаки покращення життя особистості. Її відмінність полягає у тому, що лише пов'язане з дією зростання в кінцевому підсумку веде до реальних позитивних змін (Jayawickreme & Blackie, 2014).

Для багатьох людей травматичні події минулого пов'язані з великими втратами, які часто також впливають на сьогодення. Перспектива «отримати вигоду» від пережитих страждань є спокусою, що часто супроводжується бажанням приписати щось цінне подіям, які насправді не мають сенсу. Більшість людей, як правило, легко знаходять позитивні наслідки травматичного досвіду, коли про це запитують прямо. Дослідження, які перевіряли, чи відповідає ретроспективне самосприйняття посттравматичного зростання фактичним процесам змін, дійшли висновку, що самоусвідомлення зміни лише помірно пов'язане зі справжнім зростанням. Таким чином, можна припустити, що лише частина внутрішніх змін, про які повідомляють клієнти насправді є ПТЗ, тоді як інша частина, на жаль, є позитивними ілюзіями (Mangelsdorf, 2020). Таке явище породжує певні виклики при проведенні емпіричних досліджень та індивідуальної психодіагностики особистості в практичній роботі.

Вчені також звертають увагу на можливу проблему у розвитку посттравматичного зростання на практиці. Небезпека полягає в тому, що підкреслення можливості переживання ПТЗ посилює суспільний і внутрішній тиск на особистість. Це створює очікування, що особистість не тільки повинна подолати те, що з нею трапилося, але і вдосконалитись, стати кращою, аніж будь-коли. Це може стати додатковим тягарем для постраждалих від травматичних подій людей та погіршити їхнє ментальне здоров'я. Саме тому J. Mangelsdorf рекомендує бути дуже обережним із психоосвітніми заходами на цю тему. І замість цього, без словесного пояснення, підтримувати терапевтичні фактори, які сприяють зростанню (Mangelsdorf, 2020).

Висновки

Отже, травматичний досвід може провокувати як негативні, так і позитивні наслідки для особистості. Якщо говорити про позитивний ефект, то він передбачає посттравматичне зростання. На сьогодні не існує єдиного правильного визначення цієї категорії. Проте відомо, що ПТЗ є багатоаспектним явищем. Його можна розглядати і як процес, і як результат, який передбачає позитивні психологічні зміни, що відбуваються як мінімум в п'яти сферах життя людини, унаслідок подолання важких життєвих обставин. А також передбачає позитивні зміни в самосприйнятті, відносинах з іншими та у філософії життя особистості.

Провівши теоретичне дослідження, нами було виокремлено п'ять основних підходів до опису ПТЗ. Кожна з цих теорій пропонує свій погляд на механізми та процеси, що сприяють посттравматичному зростанню. Перший підхід пояснює ПТЗ як результат взаємодії різних систем організму та психіки під впливом середовища. Другий підхід фокусується на

позитивних змінах у п'яти сферах життя. Третій підхід розглядає ПТЗ як підвищення рівня евдемонічного добробуту. Четвертий підхід трактує ПТЗ як зміну життєвого нарративу. І нарешті п'ятий – розділяє справжнє та ілюзорне зростання та наголошує, що ПТЗ повинне проявлятися в діях. Кожен із цих підходів має свої сильні сторони та обмеження, що вимагає подальшого вивчення для глибшого розуміння цього складного феномену.

Перспективи подальших досліджень вбачаємо у вивченні генетичних, особистісних, соціальних та психотерапевтичних факторів, що впливають на розвиток ПТЗ.

Література

1. Терен, О. (2024). *Моя історія війни – одна з найкращих історій життя*. Розмова. (Відео) YouTube. Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=RmZ-6kn7Hvs>.
2. Hobfoll, S.E., Hall, B.J., Canetti-Nisim, D., Galea, S., Johnson, R.J., & Palmieri, P.A. (2007). Refining our understanding of traumatic growth in the face of terrorism: Moving from meaning cognitions to doing what is meaningful. *Applied Psychology*, 56(3), 345–366. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2007.00292.x>
3. Jayawickreme, E., & Blackie, L.E. (2014). Post-traumatic growth as positive personality change: Evidence, controversies and future directions. *European Journal of Personality*, 28(4), 312–331. <https://doi.org/10.1002/per.1963>
4. Joseph, S., & Linley, P.A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of general psychology*, 9(3), 262–280. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.3.262>
5. Mangelsdorf, J. (2020). Posttraumatisches Wachstum. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, 19(1), 21–33. Режим доступу: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11620-020-00525-5>
6. Ogińska-Bulik, N. (2013). Potraumatyczny wzrost–zróźnicowanie ze względu na rodzaj doświadczonego zdarzenia oraz płeć i wiek badanych osób. *Acta Universitatis Lodzianensis. Folia Psychologica*, 17, 51–66. <https://doi.org/10.18778/1427-969X.17.04>
7. Pals, J.L., & McAdams, D.P. (2004). The transformed self: A narrative understanding of posttraumatic growth. *Psychological Inquiry*, 15(1) 65–69. Режим доступу: <https://www.jstor.org/stable/20447204>
8. Romanyshyn, A. (2022). Narrativity and Post-Traumatic Growth: Or, the Right Way to Tell Stories. Academia.edu. Режим доступу: https://www.academia.edu/50756326/Narrativity_and_Post_Traumatic_Growth_Or_the_Right_Way_to_Tell_Stories
9. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). “Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence”. *Psychological inquiry*, 15(1), 1–18. Режим доступу: https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327965pli1501_01

References

1. Theren, O. (2024). *Moia istoriia viiny – odna z naikrashchykh istorii zhyttia* [My War Story Is One Of The Best Stories Of Life. Conversation]. (Video). YouTube. Retrieved from <https://www.youtube.com/watch?v=RmZ-6kn7Hvs> [in Ukrainian].
2. Hobfoll, S.E., Hall, B.J., Canetti-Nisim, D., Galea, S., Johnson, R.J., & Palmieri, P.A. (2007). Refining our understanding of traumatic growth in the face of terrorism: Moving from meaning cognitions to doing what is meaningful. *Applied Psychology*, 56(3), 345–366. <https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2007.00292.x>
3. Jayawickreme, E., & Blackie, L.E. (2014). Post-traumatic growth as positive personality change: Evidence, controversies and future directions. *European Journal of Personality*, 28(4), 312–331. <https://doi.org/10.1002/per.1963>
4. Joseph, S., & Linley, P.A. (2005). Positive adjustment to threatening events: An organismic valuing theory of growth through adversity. *Review of general psychology*, 9(3), 262–280. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.3.262>
5. Mangelsdorf, J. (2020). Posttraumatisches Wachstum. *Zeitschrift für Psychodrama und Soziometrie*, 19(1), 21–33. Retrieved from <https://link.springer.com/article/10.1007/s11620-020-00525-5>

6. Ogińska-Bulik, N. (2013). Potraumatyczny wzrost–róznicowanie ze względu na rodzaj doświadczonego zdarzenia oraz płeć i wiek badanych osób. *Acta Universitatis Lodzianensis. Folia Psychologica*, 17, 51–66. <https://doi.org/10.18778/1427-969X.17.04>
7. Pals, J.L., & McAdams, D.P. (2004). The transformed self: A narrative understanding of posttraumatic growth. *Psychological Inquiry*, 15(1) 65–69. Retrieved from <https://www.jstor.org/stable/20447204>
8. Romanyshyn, A. (2022). Narrativity and Post-Traumatic Growth: Or, the Right Way to Tell Stories. Academia.edu. Retrieved from https://www.academia.edu/50756326/Narrativity_and_Post_Traumatic_Growth_Or_the_Right_Way_to_Tell_Stories
9. Tedeschi, R.G., & Calhoun, L.G. (2004). “Posttraumatic growth: conceptual foundations and empirical evidence”. *Psychological inquiry*, 15(1), 1–18. Retrieved from https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1207/s15327965pli1501_01

THEORETICAL ANALYSIS OF THE PHENOMENON OF POST-TRAUMATIC GROWTH IN FOREIGN SCIENTIFIC LITERATURE

Victoria Scherbiy

Master’s Degree Student, Specialty “Counseling Psychology”,

Faculty of Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

scherbiyka02@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0001-7743-9415>

Oleksiy Lyashenko

**PhD in Psychology, Associate Professor, Associate Professor
of the Department of Theoretical and Counseling Psychology**

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

o.a.lyashenko@udu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-2942-8284>

Abstract

The article aims to get a general idea of the concept of “post-traumatic growth” in psychology, get acquainted with the current scientific works of foreign scientists devoted to the study of this issue and identify the most problematic issues in the study of this phenomenon. Over the past centuries, the scientific literature in the field of mental health has mainly focused on the negative consequences of traumatic events. Only recently, the peculiarities of resilience and possible positive consequences of trauma have attracted increasing interest of scientists. This has led to the emergence of the concept of post-traumatic growth (PTG), which is defined as positive psychological changes that arise as a result of overcoming difficult life circumstances. The article analyzes the scientific works that reveal the phenomenon of PTG. The main theoretical approaches to understanding post-traumatic growth have been identified. Among them are the theory of dynamic systems, the post-traumatic growth model by R. Tedeschi and L. Calhoun, the concept of S. Joseph and A. Linley, narrative transformation model by J. Pals and D. McAdams, as well as the “action-oriented growth” theory by S. Hobfall and colleagues. The focus is on five areas of life that undergo positive changes during post-traumatic growth. These include improving relationships with people, realizing new opportunities, developing a sense of inner strength, spiritual growth and increasing the value of life. It is emphasized that there is a relationship between post-traumatic growth and post-traumatic stress disorder (PTSD). It is noted that these phenomena can coexist without being mutually exclusive. Social and psychological resources that play a fundamental role in the development of PTSD, contributing to the adaptation and transformation of the individual after experiencing trauma, are described. The results of the theoretical research presented in the article are useful for researchers, students, and specialists in the field of mental health care.

Keywords: posttraumatic growth, psychological well-being, trauma, posttraumatic stress disorder, dynamic systems theory, narrative transformation.

Подано 24.05.2024

Рекомендовано до друку 17.06.2024

ЗМІСТ

1.	Лупійко Людмила, Харченко Інна. Підвищення мотивації до освітнього процесу здобувачів технічних спеціальностей засобами діджиталізації.....	5
2.	Малімон Людмила, Балабус Вікторія. Взаємозв'язок характеристик копінг-поведінки особистості з проявами симптоматики її травматичного досвіду.....	13
3.	Попелюшко Роман, Семко Вікторія. Теоретичні аспекти розвитку емоційного інтелекту у людей дорослого віку.....	23
4.	Прядко Богдан, Ширяєва Людмила. Проблема успішності особистості в психології: теоретичний аналіз проблеми.....	32
5.	Русенкевич Яна. Гендерні особливості стратегій життєдіяльності у період пізньої юності	40
6.	Цьомик Христина. Соціально-психологічні особливості ділової жінки та рівень її включеності в емоційно-значущі подружні взаємини.....	50
7.	Щербій Вікторія, Ляшенко Олексій. Теоретичний аналіз феномену посттравматичного зростання у зарубіжній науковій літературі.....	60

CONTENTS

1.	Lupiiko, Liudmyla & Kharchenko, Inna. Increasing motivation for educational process of students of technical specialties by digitalization means.....	5
2.	Malimon, Liudmyla & Balabus, Victoria. Correlation of characteristics of personality's coping behavior with manifestations of symptoms of its traumatic experience.....	13
3.	Popeliushko, Roman & Semko, Viktoria. Theoretical aspects of emotional intelligence development in adults.....	23
4.	Priadko, Bohdan & Shyriaieva, Liudmyla. The problem of personality success in psychology: theoretical analysis of the problem	32
5.	Rusenkevich, Yana. Gender peculiarities of life strategies in the period of late adolescence.....	40
6.	Tsyomyk, Khrystyna. Socio-psychological characteristics of female leaders and the level of their involvement in emotionally significant marital relationships	50
7.	Shcherbii, Victoriia & Liashenko, Oleksii. Theoretical analysis of the phenomenon of post-traumatic growth in foreign scientific literature	60

Наукове видання категорії «Б»

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС
УКРАЇНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА

Серія 12. Психологічні науки

В и п у с к 24 (69)

Шеф-редактор – Андрущенко В. П., доктор філософських наук, професор
Головний редактор – Булах І. С., доктор психологічних наук, професор
Заступник головного редактора – Ханецька Т. І., кандидат психологічних наук, доцент
Відповідальний секретар – Федоренко А. Ф., кандидат психологічних наук, доцент

Технічний редактор – Праченко О. К., кандидат психологічних наук, доцент
Технічний редактор – Федоренко Л. П., кандидат психологічних наук, доцент
Англомовний редактор – Мальцева І. В., викладач англійської мови

Думки авторів не завжди збігаються з точкою зору редакції. За достовірність фактів, цитат, імен, назв та інших відомостей відповідають автори.



Підписано до друку 1 липня 2024 р.
Формат 60x84/8. Папір офісний. Гарнітура Таймс. Друк офсетний.
Умовн. друк. аркушів 8,37. Облік видав арк. 5,41.
Наклад 300 прим. Зам. 080.
Віддруковано з оригіналів

ВИДАВНИЦТВО

Українського державного університету імені Михайла Драгоманова
Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до державного реєстру
видавців, виготовлювачів і розповсюджувачів видавничої продукції
серія ДК № 7896 від 25.07.2023

(044) 239-30-26, 239-30-85
ПРОДАЖУ НЕ ПІДЛЯГАЄ

Scientific edition of Category “B”

SCIENTIFIC JOURNAL

of MYKHAILO DRAGOMANOV STATE UNIVERSITY OF UKRAINE

Series 12. Psychological sciences

Issue 24 (69)

Chief-Editor – Andrushchenko V. P., Doctor of Sciences in Philosophy, Professor
Editor-in-Chief – Bulakh I. S., Doctor of Sciences in Psychology, Professor
Managing Editor – Khanetska T. I., PhD in Psychology, Associate Professor
Responsible Secretary – Fedorenko A. F., PhD in Psychology, Associate Professor

Technical Editor – Prachenko O. K., PhD in Psychology, Associate Professor
Technical Editor – Fedorenko L. P., PhD in Psychology, Associate Professor
English language Editor – Maltseva I. V., Senior Teacher of English

The views of the authors do not always coincide with the editorial standpoint. Authors are responsible for the accuracy of the facts, quotes, names, titles and other information.



Signed for publication of *July 1, 2024.*

Format 60 × 84/8. Offset paper. Headset Times. Offset.

Probation print sheet 8,37. Accounting issued ff. 5,41.

Circulation 300.

Printed from the original

PUBLISHERS of

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine
9, Pyrohov Str., Kyiv, 01601

Certificate of Entry of the Subject of Publishing Business into the State Register of Publishers,
Manufacturers and Distributors of Publishing Products

Series DK No. 7896 dated of July 25, 2023

(044) 239-30-26, 239-30-85

NOT FOR SALE!