



НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

**УКРАЇНСЬКОГО
ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА**

СЕРІЯ 12

**ПСИХОЛОГІЧНІ
НАУКИ**

ВИПУСК 25 (70)



МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

УКРАЇНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА



Серія 12

Психологічні науки

Випуск 25 (70)

Київ
Видавництво УДУ імені Михайла Драгоманова
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.

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/jn>

РЕДАКЦІЙНА РАДА:

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

РЕЦЕНЗЕНТИ:

Гуляс І. А., доктор психологічних наук, доцент, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Україна
Журавльова Л. П., доктор психологічних наук, професор, Поліський національний університет, Україна

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ СЕРІЇ:

Андрущенко Т. В., доктор політичних наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна
Асильханова М. А., кандидат психологічних наук, професор, Казахський національний педагогічний університет імені Абая, Казахстан
Акіл М., кандидат психологічних наук, викладач, Фондація Ісламабадського університету, Пакистан
Булах І. С., доктор психологічних наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна (*головний редактор*)
Волошина В. В., доктор психологічних наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна
Гуляс І. А., доктор психологічних наук, доцент, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Україна
Долішська Л. В., кандидат психологічних наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна
Журавльова Л. П., доктор психологічних наук, професор, Поліський національний університет, Україна
Зеленін В. В., кандидат психологічних наук, доцент, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна
Іванчук М. Г., доктор психологічних наук, професор, Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича, Україна
Каленська-Родзай Ю., кандидат психологічних наук, ад'юнкт, Педагогічний університет у Кракові, Польща
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, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна
Матвієнко О. В., доктор педагогічних наук, професор, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна
Попелюшко Р. П., доктор психологічних наук, доцент, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна
Праченко О. К., кандидат психологічних наук, доцент, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна (*технічний редактор*)
Петрулевич Б., доктор психологічних наук, професор, Гданський медичний університет, Польща
Помиткіна Л. В., доктор психологічних наук, професор, Національний авіаційний університет, Україна
Санніков О. І., доктор психологічних наук, професор, ДЗ «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, КНЕУ імені Вадима Гетьмана, Україна
Татліліоглу К., кандидат наук з мистецтвознавства, доцент, Бінгольський університет науки і літератури, Туреччина
Щербак Т. І., кандидат психологічних наук, доцент, Сумський державний університет, Україна
Федоренко А. Ф., кандидат психологічних наук, доцент, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна (*відповідальний секретар*)
Ханецька Т. І., кандидат психологічних наук, доцент, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна (*заступник головного редактора*)
Якимчук О. І., кандидат філософських наук, доцент, УДУ імені Михайла Драгоманова, Україна (*технічний редактор*)

Н 34 НАУКОВИЙ ЧАСОПИС Українського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. Збірник наукових праць / за наук. ред. проф. І. С. Булах. – Вип. 25 (70). – Київ : Вид-во УДУ імені Михайла Драгоманова, 2024. – 95 с.

У збірнику представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження актуальних питань психологічної науки, що одержані авторами статей в галузі психологічної освіти.

УДК 159.9(066)

Схвалено рішенням Вченої ради УДУ імені Михайла Драгоманова
(протокол № 4 від 24 жовтня 2024 р.)

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

SCIENTIFIC JOURNAL

MYKHAILO DRAGOMANOV UKRAINIAN
STATE UNIVERSITY



Series 12

Psychological Sciences

Issue 25 (70)

Kyiv
Publishing House of Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University
2024

УДК 159.9(066)
H 34

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 scientific publication is included in scientometric databases and catalogues: Google Scholar, Crossref, «Scientific Periodicals of Ukraine», in the Vernadskyi National Library of Ukraine, Scientific Library of the Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University.

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

EDITORIAL COUNCIL:

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

REVIEWERS:

Hulias I. A., Doctor of Sciences in Psychology, Associate Professor, Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University, Ukraine
Zhuravlova L. P., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Polissia National University, Ukraine

EDITORIAL BOARD OF SERIES:

Andrushchenko T. V., Doctor of Sciences in Politology, Professor, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, Ukraine
Asylkhanova M. A., PhD in Psychology, Professor, Abai Kazakh National Pedagogical University, Kazakhstan
Aqeel M., PhD in Psychology, lecturer, Foundation University Islamabad, Pakistan
Bulakh I. S., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, Ukraine (*Editor-in-chief*)
Voloshyna V. V., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, 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 Ukrainian State University, Ukraine
Zhuravlova L. P., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Polissia National University, Ukraine
Zelenin V. V., PhD in Psychology, Assistant Professor, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, Ukraine
Zasiakina L. V., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Lesya Ukrainka Volyn National University, Ukraine
Ivanchuk M. H., Doctor of Sciences in Psychology, Professor, Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University, Ukraine
Kalenska-Rodzaj J., PhD in Psychology, adjunct, Pedagogical University of Krakow, Poland
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 Ukrainian State University, Ukraine
Matvienko O. V., Doctor of Sciences in Pedagogy, Professor, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, Ukraine
Popeliushko R. P., Doctor of Sciences in Psychology, Associate Professor, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, Ukraine
Prachenko O. K., PhD in Psychology, Associate Professor, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, Ukraine (*Technical Editor*)
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
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
Tatlioglu K., PhD in Art Criticism, Associate Professor, Bingol University Science and Literature, Turkey
Fedorenko A. F., PhD in Psychology, Associate Professor, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, Ukraine (*Responsible Secretary*)
Khanetska T. I., PhD in Psychology, Associate Professor, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, Ukraine (*Managing Editor*)
Yakymchuk O.I., PhD in Philosophy, Associate Professor, Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, Ukraine (*Technical Editor*)

UDC : 159.9(066)

H 34 **SCIENTIFIC JOURNAL Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University. Series 12.**
Psychological Sciences. Collection of research articles / scientific edition I. S. Bulakh. - Issue 25 (70). -
Kyiv : Publishing House of Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, 2024. -95 p.

The collection presents the results of theoretical and empirical research on topical issues of psychological science, obtained by the authors of articles in the field of psychological education.

Approved by the Decision of Academic Council of Dragomanov Ukrainian State University
(Protocol No. 4 of October 24, 2024)

ISSN 2412-9968 (print)
ISSN 2707-8450 (online)

© Authors of the articles, 2024
© Editorial Board, Editorial Board of the series, 2024
© The publishing house of the Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University, 2024

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ І БЛАГОПОЛУЧЧЯ ОСІБ ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

Тетяна Андрущенко

доктор політичних наук, професор,
завідувач кафедри психології

Український державний університет імені Михайла Драгоманова,
01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9

t.i.andrushchenko@udu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0001-6701-8035>

Анотація

Статтю присвячено теоретичному вивченню поняття життєстійкості і психологічного благополуччя осіб підліткового віку в умовах подій сьогодення. Спираючись на дослідження сучасних зарубіжних і вітчизняних вчених, висвітлено поняття життєстійкості. Розглянуто поняття психологічного благополуччя загалом, і значення цього поняття для осіб підліткового віку, які перебувають в умовах воєнних подій в Україні. Акцентовано на тому, що підлітковий вік є критичним етапом у розвитку особистості, коли відбуваються значні зміни на емоційному, соціальному та когнітивному рівнях. Виявлено, що у цей період формуються базові психологічні характеристики, які впливають на життєстійкість і психологічне благополуччя підлітка. На основі закордонних та українських досліджень за останні роки розкрито психологічні механізми, що впливають на благополуччя підлітків в умовах сучасних соціальних викликів. У статті розглядаються такі аспекти, як емоційна регуляція, соціальна підтримка, сімейні взаємини та самооцінка, які є одними з основних чинників життєстійкості. Особлива увага приділяється ролі саморегуляції та здатності підлітків адаптуватися до стресових ситуацій. Визначено складові та критерії психологічного благополуччя особистості підліткового віку, а також фактори, що на нього впливають. Психологічне благополуччя розглядається як комплексне суб'єктивне переживання, що включає: задоволеність життям, відчуття щастя і позитивні емоції. Доведено, що основними критеріями для визначення рівня психологічного благополуччя є: якісні соціальні та міжособистісні відносини, емоційний комфорт, позитивне самосприйняття, фізичне здоров'я, а також успішна самореалізація підлітка в навчальній і творчій діяльності. Зауважено, що формування життєстійкості тісно пов'язано з основними критеріями психологічного благополуччя. Окреслено вплив соціальних факторів на рівень психологічного благополуччя підлітків. Віднайдено тісний зв'язок життєстійкості особистості і психологічного благополуччя.

Ключові слова: життєстійкість, психологічне благополуччя, підлітковий вік, війна, емоційна регуляція, соціальна підтримка, самооцінка, стрес.

Вступ

Підлітковий вік є важливим етапом розвитку особистості, на якому формуються базові психологічні риси, які впливають на подальше життя індивіда. Життєстійкість (hardiness) та психологічне благополуччя є основними факторами в процесі дорослішання (Maddi & Koshaba, 2005). Ритм життя сучасного суспільства можна по праву назвати стресгенним, а в деяких випадках навіть екстремальним і критичним. Це зумовлено багатьма факторами, серед

яких можна виділити активні воєнні дії на всій території України, поточні соціально-економічні перетворення, політичну ситуацію, екологічний стан навколишнього середовища, а також зростаючий інформаційний вплив, в якому перебувають сучасні підлітки. Усе це впливає на їх психологічне здоров'я людини та емоційне благополуччя. Здатність особистості успішно долати несприятливі умови, демонструючи високу стійкість до факторів стресу, можна віднести до життестійкості.

В умовах сьогодення питання розвитку життестійкості є надзвичайно актуальним. Саме тому сучасна психологічна наука має підвищений інтерес до вивчення цього феномену та його ролі у підтриманні психологічного здоров'я особистості. В статті здійснено аналіз поняття життестійкості, розглянуто її складові властивостей і ознаки, а також проаналізовано взаємозв'язок зі спорідненими поняттями та явищами, що розглядаються вітчизняними та зарубіжними науковцями. Також, важливою складовою феномена життестійкості є психологічне благополуччя людини. При аналізі літератури над проблемою життестійкості основний вклад внесли зарубіжні і українські вчені: С. Кобейса, Сальвадор С.Мадді, Е. Вернер, М. Рутгер, К. Райвіч, Е. Мастен, В. Франкл, Д. Бонно, А. Антонівські., вибором життєвого шляху займалися А. Адлер, Ш. Бюлер, Е. Еріксон, Ж. Піаже, Е. Берн, К. Юнг. Серед українських дослідників у вивченні життестійкості слід відзначити таких: В. М. Горленко, І.В.Марухина, В.Г. Панок, В.В. Предко, В.В. Рибалка, В.А. Роменець, С.Л. Рубінштейн, Т.М. Титаренко та ін. Варто зазначити зарубіжних науковців, які вивчали благополуччя людини у широкому його розумінні: М. Аргайл, Д. Канеман, Р. Лейард, С. Льюбомірські, Б. Фредріксон, Р. Райан і Е. Десі.

В даній статті ми зробили акцент на підлітковому віці. Проблему благополуччя осіб підліткового віку досліджували зарубіжні науковці, зокрема, Л. Дж. Нельсон вивчав емоційне та соціальне благополуччя підлітків; М. Лернер досліджувала розвиток благополуччя в підлітковому віці та фактори, що на нього впливають; Е. Дінер вивчав суб'єктивне благополуччя, включно з дослідженням підлітків; Р. Лернер вивчав позитивний розвиток молоді та їх психологічне благополуччя; М. Селігман розробив теорію позитивної психології, яка впливає на благополуччя підлітків; А. Фрейденберг досліджувала соціальне благополуччя підлітків; С. Ватерс досліджувала емоційне благополуччя підлітків у контексті стресу та соціальних впливів.

Проведений аналіз робіт сучасних зарубіжних та вітчизняних науковців надав можливість визначити компоненти психологічного благополуччя особистості та дослідити його взаємозв'язок з поняттям життестійкості, крізь призму емоційного, когнітивного та соціального комфорту людини. Даний взаємозв'язок характеризується прагненням особистості до задоволення життям, відчуттям внутрішньої гармонії і позитивним сприйняттям себе та світу. Отже, питання психологічних особливостей життестійкості і благополуччя, як ключового ресурсу гармонійного існування індивіда зберігає значний потенціал для подальших наукових досліджень і теоретичних узагальнень у контексті його сучасного розуміння, що визначає актуальність цього дослідження.

Мета дослідження полягає у теоретичному аналізі та висвітленні психологічних особливостей життестійкості і благополуччя підлітків, які живуть в сучасній Україні. **Завданням** є аналіз ключових психологічних чинників, які сприяють формуванню життестійкості і тим самим підвищують рівень психологічного благополуччя осіб підліткового віку.

Методи дослідження

Для досягнення мети та реалізації завдань теоретичного аналізу проблеми психологічних особливостей життєстійкості і благополуччя підлітків в сучасній Україні було використано такі теоретичні методи: аналіз наукових джерел з метою виявлення та визначення сутності ключових понять дослідження, а також узагальнення теоретико-методологічних підходів до проблематики життєстійкості і психологічного благополуччя осіб підліткового віку.

Результати та дискусії

Вперше увагу до цього феномену було звернено в 80-х роках ХХ століття, коли було введено поняття "hardiness", що в перекладі з англійської означає «витривалість», «стійкість», «міцність». Авторами цього поняття стали американські психологи С. Мадді та С. Кобейса. Вони розглядали "hardiness" як особливу інтегративну якість, систему вірувань і переконань щодо світу і себе, що дозволяє особистості витримувати стресову ситуацію, зберігаючи при цьому внутрішній баланс і гармонію. З точки зору авторів "hardiness" полегшує визнання людиною своїх реальних можливостей та прийняття власної вразливості (Чиханцова, 2017). Дослідження вказує на важливість розвитку життєстійкості та соціальних навичок для зміцнення психічного здоров'я підлітків, що сприяє їхньому загальному психологічному благополуччю.

Проблему благополуччя осіб підліткового віку досліджували зарубіжні науковці, зокрема: Л.Дж. Нельсон вивчав емоційне та соціальне благополуччя підлітків, М. Лернер досліджувала розвиток благополуччя в підлітковому віці та фактори, що на нього впливають, Е. Дінер вивчав суб'єктивне благополуччя, включно з дослідженням підлітків, К. Ріфф досліджувала психологічне благополуччя, включаючи підлітковий вік, Р. Лернер вивчав позитивний розвиток молоді та їх психологічне благополуччя, М. Селігман розробив теорію позитивної психології, яка впливає на благополуччя підлітків, А. Фрейденберг досліджувала соціальне благополуччя підлітків, С. Ватерс досліджувала емоційне благополуччя підлітків у контексті стресу та соціальних впливів. Сучасні українські науковці, які досліджували благополуччя підлітків: С.М. Калюжна досліджувала психологічне благополуччя та життєстійкість підлітків, зокрема у контексті соціальних викликів, Л. В. Тимофєєва вивчала вплив соціальних змін та стресових ситуацій на благополуччя підлітків, Б. В. Лазоренко досліджував психологічне та соціальне благополуччя підлітків у контексті їхньої адаптації до стресових ситуацій, В.В. Москаленко аналізував емоційну регуляцію як один із ключових факторів підтримання благополуччя підлітків, І.М. Губенко вивчала вплив саморегуляції на психологічне благополуччя підлітків, Н.П. Караваєва досліджувала вплив соціального середовища та змін на психологічне благополуччя підлітків, В.А. Саєнко працювала над дослідженнями психологічного благополуччя підлітків у контексті їх емоційної та соціальної адаптації.

У своїй теорії С. Кобейса та С. Мадді визначають життєстійкість як інтегративну особистісну характеристику, яка включає настанови, що сприяють ефективному подоланню стресових життєвих ситуацій і слугують показником загального рівня психічного здоров'я індивіда. Ця особистісна характеристика відображає когнітивні, емоційні та поведінкові реакції, які стимулюють особистість до трансформації й особистісного зростання. Ставлення до нових викликів, раптових змін і здатність використовувати внутрішні ресурси визначають рівень здатності особистості долати труднощі та адаптуватися до змін. У моделі життєстійкості автори виокремлюють три ключові компоненти: включеність, контроль та прийняття ризику.

Компонент «включеність» (“commitment”) характеризує взаємодію особистості з навколишнім середовищем, зокрема настанови щодо себе і соціуму, і визначає здатність індивіда залучатися до вирішення важливих життєвих завдань, враховуючи вплив зовнішніх умов. «Контроль» (“control”), як структурна складова життєстійкості, протистоїть пасивності та безпорадності, вказуючи на здатність людини знаходити альтернативні шляхи подолання стресу. Прийняття ризику або «виклик» (“challenge”) відображає настанову особистості на відкритість до нового досвіду, готовність розглядати проблеми як можливості для саморозвитку та випробування власних здібностей. Життєстійкість також охоплює такі базові цінності, як співпраця (cooperation), довіра (credibility) та креативність (creativity) (Saija, Ioverno, Baiocco & Pallini, 2022). Виходячи з цього, С. Мадді встановив, що зародження життєстійкості формується на ранніх етапах життя індивіда, а потім з часом змінюється. Вразливим періодом для розвитку та формування компонентів життєстійкості є дитинство та підлітковий вік, при цьому вирішальним чинником є стосунки в сім’ї. Безумовно, розвиток життєстійкості можливий і в дорослому віці, однак його темпи будуть значно нижчими порівняно з ранніми етапами життя.

Сучасна американська дослідниця Аннет Лейрден (Annette M. La Greca) у своїх роботах акцентує увагу на тому, що підлітки, які демонструють високий рівень життєстійкості, здатні краще справлятися зі стресом, пов’язаним із соціальними викликами чи труднощами у навчанні. У своєму дослідженні вона окреслила три компоненти життєстійкості: 1) емоційна стабільність: підлітки, які можуть контролювати свої емоції, краще адаптуються до зовнішніх викликів; 2) соціальна підтримка: наявність друзів, наставників або родини, яка підтримує, є ключовим фактором розвитку життєстійкості; 3) самоефективність: переконання у власній здатності впоратися з труднощами (Чиханцова, 2017).

У свою чергу, В. Предко та М. Бондар у в своєму емпіричному дослідженні життєстійкості визначили, що певні особистісні риси, значною мірою впливають на розвиток внутрішніх ресурсів і, відповідно, конструктивних копінг-стратегій, які людина буде використовувати задля подолання стресової ситуації. Провідною такою рисою є життєстійкість особистості. Вона формує здатність справлятися з життєвими негараздами, забезпечує загальну адаптивність, визначає стиль реагування та швидкість відновлення особистості після стресу. Життєстійкість надає можливість бути гнучкою під час кризи, формує фрустраційну толерантність, а також надає можливість оптимально функціонувати навіть у ситуації невизначеності (Предко & Бондар, 2022).

Е. Фромм визначає життєстійкість як ресурс особистості, що сприяє збереженню психологічної рівноваги в умовах складних життєвих обставин. До цих ресурсів він відносить надію, яку описує як активне очікування і готовність зустріти нове; раціональну віру – переконаність у наявності можливостей, зокрема, можливостей долати труднощі; а також витривалість, що проявляється у здатності протистояти спробам зовнішніх чинників зруйнувати надію та віру (Власенко, Фурман, Рева & Канюка, 2022).

Американські вчені Е. Saija, S. Ioverno, R. Baiocco & S. Pallini довгий час досліджували особистостей підліткового віку, а саме особливості їх світосприйняття крізь призму життєстійкості. В своєму емпіричному дослідженні вони дійшли висновку, що підвищення життєстійкості сприяє більш активній життєвій позиції. Науковці також зазначили, що вагому роль в сприйнятті навколишньої дійсності має настрій батьків, ставлення батьків/опікунів до дитини, в цілому клімат в сім’ї відіграє значну роль (Saija, Ioverno, Baiocco & Pallini, 2022).

Українська дослідниця А.О. Чиханцова дала визначення поняттю життєстійкість. На її думку життєстійкість – це особлива структура установок і навичок, що дозволяє перетворити зміни в можливості, що відображає психологічну живучість і розширену ефективність людини, пов'язану з її мотивацією до подолання стресогенних життєвих ситуацій (Чиханцова, 2017). Вона встановила, що життєстійкість характеризує ступінь сформованості здатності особистості витримувати ситуацію гострого або хронічного стресу, зберігати внутрішню збалансованість, не знижуючи при цьому успішності діяльності (Чиханцова, 2017).

Життєстійкість є одним із ключових параметрів індивідуальної здатності людини до форм саморегуляції, фундаментом її особистісних властивостей. Життєстійкість можна вважати аналогом життєвої сили людини, яка відображає міру подолання нею певних життєвих обставин, а також рівень докладених зусиль, працюючи над собою, і над обставинами свого життя. Високий рівень життєстійкості пов'язаний з активною життєвою позицією, використанням обставин на свою користь, оцінкою життєвих ситуацій, як свідомо обраних, інтерпретацією стресових ситуацій як можливостей набуття нового досвіду (Чиханцова, 2017). Отже, життєстійкість є важливим чинником індивідуальної здатності людини до зрілої саморегуляції, яка формується на основі особистісних якостей. Вона може бути прирівняна до життєвої сили людини, що визначає рівень подолання людиною життєвих викликів, власних внутрішніх бар'єрів та зусиль, що спрямовані на самовдосконалення.

Вважаємо за потрібне розкрити поняття «підлітковий вік» для більш детального розуміння даної проблеми. В буклеті Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні зазначається, що підлітковий вік починається з набуттям дитиною 10 років і триває аж до 19 років за європейськими стандартами. Отже, це тривалий період під час якого дитина змінюється та формується як особистість, зустрічається з новими викликами, на які часом реагує як дитина, а часом - як доросла людина (Буклет Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, 2021).

Американський вчений, психолог Г. Стенлі Холл вважає, що підлітковий вік – це важливий перехідний період від дитинства до дорослого життя, коли особистість зазнає не лише фізичних, а й психологічних змін. Слово «підліток» походить від латинського слова «*adolescere*», що означає «рости» або «виростати до зрілості». Науковець назвав підлітковий вік періодом стресу та бурі, зазначаючи, що однією з найважливіших особливостей підліткового періоду є «підвищена емоційність» (Hall, 1904). Отже, підлітковий вік являється ключовим етапом онтогенетичного розвитку, який супроводжується значними фізіологічними, когнітивними, емоційними та соціальними змінами. Цей період характеризується інтенсивним статевим дозріванням, розширенням інтелектуальних можливостей, формуванням власної ідентичності, а також переходом до дорослих форм соціальної взаємодії.

Розглядаючи психологічне благополуччя, як інтегральний показник ступеня реалізації особистістю власної спрямованості, що суб'єктивно виявляється у відчутті щастя, задоволеності життям та собою, можна виділити групу об'єктивних факторів, таких як: економічний, соціокультурний і біологічний. Такі чинники мають тісний зв'язок з психологічним благополуччям та впливають на його рівень. Але суттєвий взаємозв'язок рівень психологічного благополуччя має з суб'єктивним психологічним фактором, який визначає структурні та функціональні компоненти психологічного благополуччя.

До структурних компонентів можна віднести емоційний (позитивне чи негативне ставлення, що виникає при реалізації цілей, потреб і намірів особистості) і когнітивний (оцінка індивідом власного життя, задоволеність життям, позитивне функціонування особистості,

особистісне зростання, наявність життєвих цілей і самосприйняття) компоненти (Кашлюк, 2016). Можна зробити висновок, що рівень психологічного благополуччя підлітків тісно пов'язаний із суб'єктивними психологічними факторами, які визначають його структурні та функціональні компоненти і формують цілісне відчуття благополуччя та задоволеності життям.

Дослідження Laura A. King & Emmons Robert A., показують, що існує тісний зв'язок між життєстійкістю і благополуччям підлітків. Вона зазначила, що особи підліткового віку, які демонструють високу життєстійкість у своїй поведінці, частіше мають набагато вищий рівень благополуччя, оскільки вони здатні справлятися зі стресом, контролювати свої емоції та використовувати виклики як можливості для саморозвитку (King & Emmons, 1988). Можна додати, що розвиток життєстійкості, дозволяє підліткам адаптуватися до змін, що підвищує їхнє загальне відчуття задоволеності життям. Водночас високий рівень благополуччя сприяє зміцненню життєстійкості, створюючи позитивне замкнуте коло, де один фактор посилює інший.

Психологічне благополуччя охоплює кілька аспектів, таких як позитивні емоції, відчуття сенсу життя, залученість та самореалізація. Професор психології зі сполучених штатів Америки Е. Дінер (E. Diener) розробив концепцію суб'єктивного благополуччя, згідно з якою важливим є не лише наявність позитивних емоцій, але й задоволеність життям та психічне здоров'я особистості (Diener, Emmons & Larsen, 2008).

Отже, проведене теоретичне дослідження доводить, що гармонійні відносини з однолітками та підтримка з боку сім'ї є одними з головних чинників благополуччя. Регулярна фізична активність та збалансоване харчування позитивно впливають на емоційний стан підлітка. Висока самооцінка та впевненість у собі підвищують рівень благополуччя.

Висновки

У підсумку вищевикладеного можна зазначити, що життєстійкість особистості може розвиватися протягом усього життя або залишатися недостатньо сформованою. У дитинстві її становлення значною мірою залежить від впливу батьків, які передають дитині власні ціннісні орієнтири щодо здатності долати труднощі, наприклад, вміння терпіти біль. У підлітковому та юнацькому віці значущу роль у формуванні життєстійкості відіграє підлітково-юнацька субкультура, під впливом якої продовжується цей процес. У зрілому віці основним агентом соціалізації стає професійне оточення, що сприяє розвитку навичок життєстійкої поведінки та відповідного способу життя. Водночас сім'я, яка стикається з внутрішніми конфліктами також очікує від дорослої людини прояву життєстійкості.

Можна наголосити на тому, що, з точки зору психології, підлітковий вік є часом кризи ідентичності, коли відбувається переоцінка цінностей, становлення світогляду та пошук свого місця в соціумі. Підлітки стикаються з необхідністю визначати свої пріоритети, інтегрувати суперечливі внутрішні переживання, розвивати автономію у взаєминах з дорослими та однолітками. Емоційна нестабільність, потреба у самоствердженні та експерименти з різними соціальними ролями створюють виклики, які підлітки вирішують через розвиток життєвих компетенцій і механізмів психологічної адаптації. В даний віковий період відбувається активний розвиток саморегуляції, здатності до емоційного контролю та пошуку власного «Я», що має довготривалі наслідки для особистісного зростання та соціальної інтеграції. Цей етап є критичним для розвитку психологічних ресурсів підлітка, таких як самовизначення, соціальна інтеграція та здатність до самостійного подолання життєвих викликів, що

безпосередньо впливають на формування життєстійкості, адаптивності і психологічного благополуччя.

Ми вважаємо, що життєстійкість та психологічне благополуччя підлітків є взаємопов'язаними та критичними факторами для їхнього емоційного розвитку й соціальної адаптації. Основними чинниками, які впливають на ці показники, є соціальна підтримка, емоційна залученість і саморегуляція, а також зовнішні соціальні впливи, такі як пандемія, вплив соціальних медіа або воєнні події, в яких наразі перебуває Україна. Також, українські дослідники акцентують увагу на важливості розробки та впровадження програм підтримки підлітків, які допоможуть розвивати життєстійкість, покращити емоційну грамотність та здатність до саморегуляції. Це сприятиме не лише психологічному благополуччю, але й соціальній адаптації підлітків у складних життєвих умовах.

Можна зробити висновок, що психологічне благополуччя це стан внутрішньої гармонії, задоволення життям, який охоплює позитивні емоції, почуття власної цінності, наявність життєвих цілей та задоволення від своїх досягнень. Це важлива складова психологічного та фізичного здоров'я людини, яка відіграє ключову роль у житті кожного індивіда. На нашу думку, психологічне благополуччя осіб підліткового віку включає в себе: розуміння й прийняття своїх сильних і слабких сторін; здатність розвиватися, прагнути до навчання; отримувати нові знання та навички; відчувати наявність важливих життєвих цілей і сенсу на кожному етапі дорослішання; уміння приймати самостійні рішення і жити за власними цінностями. Також, психологічне благополуччя осіб підліткового віку можна описати як комплекс позитивних емоцій, які детермінують відчуття сенсу життя.

Важливу роль в досягненні високого рівня життєстійкості і благополуччя відіграє наявність підтримуючих, довірливих і значимих взаємин в родині. Вбачаємо *перспективи подальших досліджень* у емпіричному дослідженні вивченні механізму взаємодії життєстійкості осіб підліткового віку з рівнем психологічного благополуччя.

Література

1. Підлітковий вік – іспит складено (2021). *Буклет Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні. Представництво Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, 4*. Режим доступу: https://www.unicef.org/ukraine/media/14396/file/Онлайн-буклет_підлітковий%20вік.pdf
2. Власенко, І., Фурман, В., Рева, О., & Канюка, І. (2022). *Психологічне здоров'я студентської молоді*. Вінниця : ТВОРИ. Режим доступу: https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/41404/1/Furman_V_Vlasenko_I_Reva_O_Kanuka_I_PSS_M_2022_IL.pdf
3. Кашлюк, Ю. (2016). Основні чинники, які впливають на психологічне благополуччя особистості. С.Д. Максименко & Л.А. Онуфрієва (Ред). *Проблеми сучасної психології. Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 34*, 170–186. Кам'янець-Подільський : Аксіома.
4. Предко, В., & Бондар, М. (2022). Психологічні особливості взаємозв'язку життєстійкості та поведінкових копінг-стратегій особистості підлітка. *Наукові праці Міжрегіональної академії управління персоналом. Психологія, 2(55)*, 5–13. <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.2.1>

5. Чиханцова, О. (2017). Модель життєстійкості особистості. *Інститут психології імені ГС Костюка НАПН України. Актуальні проблеми психології*, 17(5), 142–150. Режим доступу: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/709130/2/Чиханцова_О.pdf
6. Diener E., Emmons R.A., & Larsen R.J. (2008). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 2008, 71–75. Режим доступу: https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=xR5tL8AAAAJ&citation_for_view=xR5tL8AAAAJ:Oo_WeVVXg5wC
7. King Laura A., & Emmons Robert A. (1988). Conflict among personal strivings: Immediate and long-term implications for psychological and physical well-being. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1040–1048. Режим доступу: https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=uk&user=sbZm24UAAAAJ&citation_for_view=sbZm24UAAAAJ:qjMakFHDy7sC
8. La Greca, A.M. (2022). Impact of School Transition Stressors on Hispanic Adolescents' Symptoms of Social Anxiety and Depression: Repetitive Negative Thinking as a Potential Mediator. *European Journal of Education and Psychology*, 15(2), 23–41. <https://doi.org/10.32457/ejep.v15i2.1968>
9. Maddi, S.R., & Koshaba, D.M. (2005). *Resilience at work: how to succeed no matter what life throws at you*. New York : AMACOM.
10. Maddi, S. (2004). Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44, 279–298.
11. Maddi, S. (1999). The Personality Construct of Hardiness: Effects on Experiencing, Coping and Strain. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 51(2), 83–94.
12. Saija, E., Ioverno, S., Baiocco, R., & Pallini, S. (2022). Children experiencing sadness: Coping strategies and attachment relationships. *Current Psychology*, 42, 14474–14483. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02771-2>
13. Hall, G.S. (1904). *Adolescence*. New York : Appleton-Century-Crofts; D. Appleton and Company. <https://doi.org/10.1176/ajp.61.2.375>

References

1. Pidlitkovyi vik – ispyt skladeno [Adolescence – passed the exam] (2021). *Buklet Dytiachoho fondu OON (IuNISEF) v Ukraini. Predstavnytstvo Dytiachoho fondu OON (IuNISEF) v Ukraini – Booklet of the United Nations Children's Fund (UNICEF) in Ukraine. Representation of the United Nations Children's Fund (UNICEF) in Ukraine*, 4. Retrieved from https://www.unicef.org/ukraine/media/14396/file/Onlain-buklet_pidlitkovyi%20vik.pdf [in Ukrainian].
2. Vlasenko, I., Furman, V., Reva, O., & Kaniuka, I. (2022). *Psykhologichne zdorovia studentskoi molodi [Psychological health of student youth]*. Vinnytsia : TVORY. Retrieved from https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/41404/1/Furman_V_Vlasenko_I_Reva_O_Kanuka_I_PSS_M_2022_IL.pdf [in Ukrainian].
3. Kashliuk, Yu. (2016). Osnovni chynnyky, yaki vplyvaiut na psykhologichne blahopoluchchia osobystosti [The main factors that affect the psychological well-being of an individual]. S.D. Maksymenko & L.A. Onufriieva (Eds.), *Problemy suchasnoi psykhologii. Zbirnyk naukovykh prats Kamianets-Podilskoho natsionalnoho universytetu imeni Ivana Ohienka, Instytutu psykhologii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy – Problems of modern psychology. Collection of scientific works of Kamianets-Podilskyi National University named after Ivan Ohienko, Institute*

- of Psychology named after H. WITH. Kostyuka National Academy of Sciences of Ukraine, 34, 170–186 Kam'ianets-Podilskyi : Aksioma [in Ukrainian].
4. Predko, V., & Bondar, M. (2022). Psykholohichni osoblyvosti vzaiemozv'iazku zhyttiosti i kopyv'iazku ta povedinkyv kopinh-stratehii osobystosti pidlitka [Psychological features of the interrelationship of vitality and behavioral coping strategies of the adolescent personality]. *Naukovi pratsi Mizhrehionalnoi akademii upravlinnia personalom. Psykholohiia – Scientific works of the Interregional Academy of Personnel Management. Psychology*, 2(55), 5–13. <https://doi.org/10.32689/maup.psych.2022.2.1> [in Ukrainian].
 5. Chykhantsova, O. (2017). Model zhyttiosti i osobystosti [A model of the vitality of the individual]. *Instytut psykholohii imeni HS Kostyuka NAPN Ukrainy. Aktualni problemy psykholohii – Kostyuk Institute of Psychology, National Academy of Sciences of Ukraine. Current Problems in Psychology*, 17(5), 142–150. Retrieved from https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/709130/2/Chykhantsova_O.pdf [in Ukrainian].
 6. Diener E., Emmons R.A., & Larsen R.J. (2008). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 2008, 71–75. Retrieved from https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=xR5tL8AAAAAJ&citation_for_view=xR5tL8AAAAAJ:Oo_WeVVXg5wC
 7. King Laura A., & Emmons Robert A. (1988). Conflict among personal strivings: Immediate and long-term implications for psychological and physical well-being. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1040–1048. Retrieved from https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=uk&user=sbZm24UAAAAAJ&citation_for_view=sbZm24UAAAAAJ:qjMakFHDy7sC
 8. La Greca, A.M. (2022). Impact of School Transition Stressors on Hispanic Adolescents' Symptoms of Social Anxiety and Depression: Repetitive Negative Thinking as a Potential Mediator. *European Journal of Education and Psychology*, 15(2), 23–41. <https://doi.org/10.32457/ejep.v15i2.1968>
 9. Maddi, S.R., & Koshaba, D.M. (2005). *Resilience at work: how to succeed no matter what life throws at you*. New York : AMACOM.
 10. Maddi, S. (2004). Hardiness: An operationalization of existential courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44, 279–298.
 11. Maddi, S. (1999). The Personality Construct of Hardiness: Effects on Experiencing, Coping and Strain. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 51(2), 83–94.
 12. Saija, E., Ioverno, S., Baiocco, R., & Pallini, S. (2022). Children experiencing sadness: Coping strategies and attachment relationships. *Current Psychology*, 42, 14474–14483. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02771-2>
 13. Hall, G.S. (1904). *Adolescence*. New York : Appleton-Century-Crofts; D. Appleton and Company. <https://doi.org/10.1176/ajp.61.2.375>

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF HARDINESS AND WELL-BEING OF ADOLESCENTS

Tatiana Andrushchenko

Doctor of Political Sciences, Professor,

Head of the Department of Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

t.i.andrushchenko@udu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0001-6701-8035>

Abstract

The article is focused on the theoretical concept of resilience and psychological well-being of adolescents within the context of contemporary events. Based on the research of modern foreign and domestic scientists, the concept of resilience is highlighted. The concept of psychological well-being in general and the significance of this concept for adolescents in the context of military events in Ukraine are considered. Emphasis is placed on adolescence as a critical period of personality development, which involves significant changes at the emotional, social and cognitive levels. It is revealed that during this period, basic psychological characteristics are formed that affect the resilience and psychological well-being of an adolescent. On the basis of foreign and Ukrainian research in recent years, the psychological mechanisms that affect the well-being of adolescents in the context of modern social challenges have been revealed. The article considers such key factors as emotional regulation, social support, family relationships, and self-esteem, which are among the main factors of resilience. Particular attention is paid to the roles of self-regulation and the ability of adolescents to adapt to stressful situations. The components and criteria for the psychological well-being of an adolescent personality, as well as the factors that influence it, are clearly defined. Psychological well-being is viewed as a complex subjective experience that includes: difficult life satisfaction, a sense of happiness, and overriding the positive emotions. The primary criteria for determining psychological well-being include high-quality social and interpersonal relationships, emotional comfort, positive self-perception, and successful self-realization in educational, recreational and creative activities, physical health, as well as successful self-realization of adolescents in educational and creative activities. The article highlights the close connection of resilience formation and the core criteria of psychological well-being. The criteria for social well-being are outlined through the concepts of self-determination and relationships, emphasizing the ability to function optimally in social environments. These include social acceptance, actualization, contribution, integration, significance and realization, as well as involvement in social interactions, strong relationships with loved ones, social approval, a safe environment and the atmosphere of psychological comfort. The article outlines the factors that influence a child's psychological well-being, such as family upbringing, family microclimate, a pedagogical communication style of school teachers, and relationships within the school community and among peers. It is noted that depending on the child's age, the content of psychological well-being criteria and the significance of certain factors may vary. Finally, the article identifies specific factors that have a significant impact on adolescents' psychological well-being.

Keywords: resilience, psychological well-being, adolescence, war, emotional regulation, social support, self-esteem, stress.

Подано 30.09.2024

Рекомендовано до друку 14.10.2024

УДК 159.9:616.89]:355.01(477)

[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25\(70\).02](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25(70).02)

ПСИХОЛОГІЧНІ НАСЛІДКИ ВІЙНИ ДЛЯ ДІТЕЙ З НЕЙРОПСИХІЧНИМИ ПОРУШЕННЯМИ: ДІАГНОСТИКА ТА РЕАБІЛІТАЦІЯ

Іван Клименко

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології,
виконуючий обов'язки завідувача кафедри медичної психології

Міжрегіональна академія управління персоналом

02000, Україна, м. Київ, вул. Фрометівська, 2

neffalimm@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-3119-7494>

Scopus ID: 59152947100, Researcher ID Web of Science: JGE-5112-2023

Анотація

Війна є порушенням основних прав дитини, яке може мати тривалий негативний вплив на їхнє фізичне та психічне здоров'я, а також на їх загальний розвиток. Психологічні наслідки війни для дітей з нейропсихічними порушеннями включають негайні стресові реакції, підвищений ризик розвитку специфічних психічних розладів та тривалі труднощі в адаптації. Примусове розлучення з батьками значно поглиблює психологічні травми таких дітей. Важливо забезпечити комплексну та багаторівневу систему допомоги при роботі з травмами, орієнтовану на зміцнення стійкості та відновлення відчуття безпеки. Метою дослідження є аналіз психологічних наслідків війни для дітей з нейропсихічними порушеннями та розробка ефективних підходів діагностики й реабілітації. Методики дослідження включають аналіз літератури, клінічне обстеження з використанням психодіагностичних методик, анкетування дітей та їхніх батьків, а також розробку та апробацію реабілітаційних програм з подальшим порівняльним аналізом результатів. Досліджено та оцінено особливості вияву ПТСР, депресії, тривоги та стресу у дітей до проведення КПТ та після. Результати оцінки показали позитивну динаміку, зокрема, збільшилася кількість дітей без симптомів ПТСР депресії, тривоги та стресу. Зафіксовано зниження кількості дітей із середнім рівнем симптомів, особливо в депресії та тривоги. Показники високого рівня залишилися на стабільно низькому рівні, що свідчить про ефективність проведеної терапії. Отримані результати підтверджують важливість продовження медико-психологічної допомоги, яка допомагає знижувати вираженість симптомів і сприяє покращенню загального психічного стану дітей. Важливо розробляти та впроваджувати ефективні та доступні моделі багатосекторного співробітництва та терапії, які в першу чергу залежать від сімейних лікарів і лікарів первинної медичної допомоги в зонах конфлікту. У цій статті ми надаємо короткий огляд діагностики та реабілітації вразливих груп дітей.

Ключові слова: психологічні наслідки, війна, діти, нейропсихічні порушення, діагностика, реабілітація, психічне здоров'я, адаптація.

Вступ

У сучасних умовах вкрай важливо усвідомлювати, що ментальне та психологічне здоров'я дітей потребує особливої уваги, оскільки життя під час війни значно впливає на їхню психіку та майбутнє. Враховуючи це, слід пам'ятати, що дорослі здатні легше та спокійніше

переживати війну й стресові ситуації, тоді як діти, більшість з яких ще не до кінця усвідомлюють, що відбувається, особливо вразливі до психологічних наслідків.

Війна в Україні відзначається тим, що під час бойових дій страждає все населення країни. В умовах війни відбувається переосмислення цінностей, досягнень і здобутків, змінюється сприйняття світу та ставлення до навколишнього середовища, життя та себе самого, зростає як внутрішня, так і зовнішня міграція. Усі ці фактори створюють стресові ситуації, які кидають виклик адаптаційним можливостям особистості та потребують негайного й адекватного реагування для підвищення здатності протистояти таким впливам без шкоди для здоров'я. За оцінками експертів, під час війни 40%–50% населення потребуватимуть психологічної допомоги.

Конвенція ООН про права дитини (КПД), ратифікована майже всіма країнами світу, проголошує основні права дітей. Зокрема, право на життя, здоров'я та розвиток, забороняє дискримінацію та передбачає захист інтересів дітей (UNICEF, 2019). У пізнішій резолюції Рада Безпеки ООН ухвалила КПД разом з Додатковим протоколом до КПД про «Права дитини щодо участі дітей у збройних конфліктах» і встановила, що насильство над дітьми в збройних конфліктах є загрозою для сталого миру, безпеки та розвитку (Ramcharan, 2002). Війна в країні та військова агресія до дітей вважається порушенням основних прав дитини. З погляду розвитку та психопатології, це може призвести до стійких порушень здоров'я, благополуччя та потенціалу розвитку.

Сама ситуація війни, життя в зонах активних бойових дій чи на окупованих територіях, переселення та примусова міграція можуть створювати або збільшувати ризик широкого спектра прямого та непрямого впливу на фізичне і психічне здоров'я особистості. Вкрай вразливими у таких ситуаціях є діти та їхні опікуни, оскільки позбавлені основних ресурсів для розвитку. Наслідки для здоров'я дітей виникають внаслідок насильства над ними і їхніми родинами, а також через неналежну медичну допомогу, недоїдання, хвороби та стрес, спричинений для їхніх родин (Kadir, 2019). Щодо здоров'я матері та дитини, дослідження показують тенденцію до гірших результатів вагітності, таких як: підвищений рівень передчасних пологів серед матерів-біженок; зростання ризиків мертвонароджень, дітей з низькою вагою при народженні; збільшення перед- та післяпологової смертності. Глобальне навантаження психічних наслідків війни ускладнюється високими показниками депресії та ПТСР в Україні. Переселення та примусова міграція є додатковими факторами ризику для психічного здоров'я дітей, особливо для неповнолітніх, які розлучені з батьками (World Health Organization, 2018).

Окрім наслідків для фізичного та психічного здоров'я, війна завдає значних витрат, оскільки основні соціальні послуги погіршуються, існуючі соціальні розмежування розширюються, місцеві економіки руйнуються, навчання порушується, а можливості для освіти зменшуються (Alexander et al., 2010; UNICEF, 2023). Таким чином, ризики, що виникають через війну, життя в зонах конфлікту, переселення та примусову міграцію для дітей є численними та можуть мати довготривалі наслідки для фізичного, психічного, соціального благополуччя та розвитку.

Війна має значний вплив на психічне здоров'я дітей, спричиняючи стресові реакції, тривожність, депресію та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР). На думку Зливкова В., стрес від воєнних дій і переміщення веде до численних психологічних проблем (Зливков, 2022). Дослідження Кононенко О. показують, що поширеність ПТСР у дітей, які пережили війну, може досягати 22,7%, депресії – 13,8%, тривожних розладів – 15,8% (Кононенко, 2022).

Ці цифри свідчать про високий рівень психічних розладів серед дітей, які постраждали від конфлікту. Війна та військова агресія можуть мати довгострокові наслідки для фізичного і психічного здоров'я дітей. На думку Нестайко І., це включає порушення в розвитку, недостатню медичну допомогу, голод і інфекційні захворювання. Після травматичних подій такі фактори як низька соціальна підтримка, соціальна ізоляція і погане функціонування сім'ї, можуть погіршувати симптоми ПТСР і інших психічних розладів (Нестайко, 2023).

Постійна підтримка психічного здоров'я є критично важливою протягом і після початкового періоду переміщення. Дослідження Коваль І. показують, що висока поширеність психічних розладів потребує як короткострокової, так і довгострокової допомоги для дітей і сімей, які постраждали від війни. Метааналізи та дослідження підкреслюють важливість розуміння і підтримки психічного здоров'я дітей-біженців і тих, хто постраждав від війни. Це включає розробку специфічних інтервенцій і терапій для полегшення симптомів і покращення якості життя (Коваль, 2023).

Метою статті є дослідження та аналіз психологічних наслідків війни для дітей з нейропсихічними порушеннями, а також розробка ефективних підходів до їх діагностики та реабілітації.

До основних **завдань** досліджень можна віднести: 1) визначення зв'язку між впливом війни та виникненням розладів психічного здоров'я серед дітей з нейропсихологічними порушеннями; 2) дослідження ефективності застосування методів КПТ з метою зменшення негативних проявів впливу війни на психічний стан дітей.

Методи дослідження

Методи дослідження включали огляд літератури з теми психологічних наслідків війни для дітей з нейропсихічними порушеннями, а також проведення клінічного обстеження із застосуванням психодіагностичних методів «CATS-2 – Скринінг дитячих та підліткових травм» (Sachser C., Berliner L., Risch E., Rosner R., Birkeland M.S., Eilers R., Hafstad G.S., Pfeiffer E., Plener P.L., & Jensen T.K., 2022), «Шкала тривожності, або явною тривожності для дітей-СМАС» (Castaneda A., McCandless B.R., & Palermo D.S., 1956), «Коротка шкала тривоги, депресії та ПТСР» (Hart B.B., 1996), анкетування дітей та їхніх батьків для визначення рівня стресу та адаптаційних можливостей. Крім того, здійснювалася розробка і тестування програм психологічної реабілітації, після чого проводився порівняльний аналіз результатів до і після проведеного втручання. В дослідженні приймали участь 100 дітей переміщених з районів, постраждалих від війни в Україні.

Результати та дискусії

Окрім миттєвих стресових реакцій у дітей, дослідження свідчать про підвищену поширеність певних психічних розладів під час і після конфлікту порівняно з загальною популяцією (Психологічна допомога, 2016). Більшість наукових спостережень зосереджуються на ПТСР як основному результаті, хоча інші також вивчають депресію та тривожні розлади. Загалом численні метааналізи підтверджують високий рівень психічних розладів та психопатології у постраждалих від конфлікту, внутрішньо переміщених осіб та біженців (Самойлова, 2018). Фактори, що виникають після стресової ситуації, такі як низька соціальна підтримка, уявна загроза життю, соціальна самоізоляція, погане функціонування сім'ї та пригнічення думок, значно посилюють симптоми ПТСР (Герасименко, 2016).

Діти є в значній небезпеці щодо насильства, торгівлі людьми та сексуальної експлуатації у зонах ведення активних бойових дій чи на окупованих територіях. Вони схильні

до переживання тривоги через розлуку, і зазвичай, не мають засобів для виживання, документів для ідентифікації, і є свідками обстрілів і відкритого вогню. Вони повинні подолати психічні труднощі, що варіюються від адаптації до нового середовища, культури та мови, до обробки новин про загибель своїх родин. Ще однією важливою проблемою є зростання рекрутування дітей у війнах, де вони виконують як допоміжні, так і активні бойові ролі. Такі діти (часто примусово) показують тенденцію ставати носіями насильства, а не посланцями миру для своїх суспільств (Macksoud, 1996).

Шляхи підтримки дітей з нейропсихічними порушеннями під час війни в Україні, спрямовані на мінімізацію негативного впливу на їхню психіку, включають такі ключові аспекти:

- створення безпечного середовища, що включає організацію просторів, де діти з нейропсихічними порушеннями можуть відчувати себе захищеними від небезпеки та насильства (наприклад, у спеціалізованих дитячих центрах, шкільних притулках або тимчасових укриттях);
- психологічна підтримка (це забезпечення доступу до кваліфікованої психологічної допомоги, яка враховує особливості дітей з нейропсихічними порушеннями, для допомоги у подоланні травматичних досвідів та емоційної напруги);
- збереження зв'язку з сім'єю, підтримання стійкого зв'язку з родиною за допомогою сучасних комунікаційних засобів, які допомагають дітям почуватися менш ізольованими;
- проведення занять та програм, що допомагають дітям розвивати соціальні навички, які сприяють їхньому ефективному спілкуванню та співпраці, навіть у стресових умовах;
- творчі та стимулюючі заняття, що фокусується на таких аспектах, як мистецтво, музика, спорт та допомагають дітям з нейропсихічними порушеннями відволіктися від реалій війни й знайти радість у щоденному житті;
- економічна підтримка, яка включає забезпечення сімей з дітьми матеріальною допомогою, яка знижує стресові фактори, пов'язані з економічною нестабільністю, і сприяє задоволенню базових потреб дітей (Коваль, 2023).

Травма і стрес можуть передаватися від батьків майбутнім дітям через тонкі спадкові зміни в експресії геному (епігенетична модуляція), таким чином передаючи ефекти на покоління. З віком така травма також підвищує ймовірність розвитку депресії, ПТСР, хронічного болю, мігрені, серцевих захворювань і діабетичних проблем. Нічні жахи та флешбеки є іншими поширеними проблемами, з якими стикаються ці діти. Відсутність навчання в школі та освітні прогалини є іншими суттєвими проблемами, які перешкоджають соціальному розвитку і не можуть бути вирішені в короткостроковій перспективі (Наєр, 2019).

Догляд за такими неповнолітніми має бути реалізований у 2 етапи. Короткострокові цілі включають надання догляду, медичної допомоги, стабільності і, що найважливіше, дозволити їм висловлювати свої думки, емоції і відчувати, що їх слухають. Довгострокові зусилля, спрямовані на підвищення спроможності через поступову інтеграцію в суспільство, є необхідними. Важливо підкреслити, що обидва етапи повинні бути реалізовані в культурі та мові, знайомій дітям. Примусове або насильницьке введення і адаптація можуть бути контрпродуктивними (Nygren et al., 2015).

За нашим уявленням, найбільш продуктивною формою психологічної допомоги для переживших травму дітей і підлітків є когнітивно-поведінкова терапія (КПТ). Розроблена та

впроваджена персоналізована травмова КПТ, яка включала дев'ять сесій по 90-120 хвилин – 7 сесій для дітей і 2 сесії для опікунів, що проводяться без дітей (Таблиця 1). Усі сесії включають активне навчання навичкам, таке як моделювання, репетиції і домашні завдання. Цей підхід забезпечує можливість адаптувати терапію відповідно до індивідуальних потреб і можливостей кожної дитини, враховуючи їхній досвід і ступінь травматизації. Окрім КПТ, важливо також впровадити програми, спрямовані на розвиток соціальних навичок та емоційної грамотності, що сприятиме більш ефективній інтеграції дітей в суспільство. Також необхідно забезпечити регулярний моніторинг і підтримку, щоб гарантувати тривалий позитивний ефект від терапії і мінімізувати ризик рецидиву або загострення симптомів (Yule, 2013).

Таблиця 1

Програма терапевтичних сесій для дітей з нейропсихічними порушеннями

№	Мета сесії	Опис сесії
1	Знайомство	Зосередження на створенні довірчої атмосфери між учасниками, яка допоможе їм відчувати себе комфортно і безпечно. Проводиться знайомство, обговорюються основні проблеми і турботи, що допомагає визначити індивідуальні потреби кожної дитини.
2	Нормалізація	Фокусування на обговоренні травматичних подій і їх реакцій. Важливо нормалізувати реакції дітей на ці події та ввести техніку візуалізації «Безпечного місця», щоб допомогти дітям відчувати себе в безпеці.
3	Техніка	Обговорення думок, використання технік образного мислення, завдань на подвійну увагу, робота з снами і відволікання.
4	Релаксація	Практика технік релаксації, контролю дихання та позитивних вправ для подолання стресу. Розуміння активностей “термометр страху” та гігієни сну. Важливо навчити дітей, як управляти своїм стресом і страхами.
5	Градація	Обговорення спогадів про воєнні події, перегляд концепції градації і персоналізованої ієрархії страху, підготовка до реального поступового впливу.
6	Терапія	Вивчення способів впливу на травматичні події через малювання, розмови та написання. Впровадження технік, вивчених на попередніх сесіях, і акцент на важливості занять приємними справами.
7	Підсумок	Огляд майбутнього без подальшого обговорення змісту втручання. Дати дітям надію і мотивацію для майбутнього
8	Психоосвіта (опікуни)	Відбувається до початку сесій дітей і включає психоосвіту про травми та їх вплив на дітей і дорослих.
9	Інформування (опікуни)	Відбувається між другою та четвертою сесіями дітей. Опікуни ознайомлені з інформацією, яку отримують діти, і з тим, як опікуни можуть допомогти молоді справлятися з минулими та поточними травмами.

Таблиця надає структурований огляд сесій терапевтичного втручання для дітей, які пережили травматичні події, зокрема війну. Кожна сесія має чітко визначену мету та методи, які допомагають дітям справлятися з посттравматичним стресом, тривогою та іншими психічними розладами. Вона включає різноманітні техніки, від знайомства й нормалізації, до практики релаксації та роботи з травматичними спогадами. Запропонована програма також

охоплює навчання для опікунів, що підвищує ефективність терапії завдяки залученню батьків або опікунів у процес підтримки.

Досвід війни та військової агресії може мати довготривалий та постійний вплив на фізичне і психічне здоров'я дітей, з далекосяжними і тривалими наслідками для їх розвитку. Ці наслідки можуть бути результатом різних проблем, таких як недостатнє медичне обслуговування, недоїдання, інфекційні захворювання та сімейний стрес, які можуть суттєво вплинути на психічне здоров'я.

Основні результати дослідження включають оцінку проявів ПТСР, депресії, тривоги та стресу у дітей до проведення КПТ та після (таблиця 2), що дозволяє оцінити рівень виявлення вказаних психологічних симптомів. Дослідження охопило 100 дітей, переміщених з районів, постраждалих від війни в Україні. Нами визначено значне збільшення поширеності різних психічних розладів протягом 6-12 місяців після переміщення.

Таблиця 2

**Оцінка проявів ПТСР, депресії, тривоги та стресу у дітей до та після терапії,
к-ть (%)**

Рівні	ПТСР		Депресія		Тривога		Стрес	
	До	Після	До	Після	До	Після	До	Після
Відсутні симптоми	70	76	52	58	53	57	43	50
Низький рівень	28	23	22	29	15	22	27	34
Середній рівень	2	1	25	13	28	19	28	16
Високий рівень	-	-	1	-	4	2	3	-

Дослідження проявів ПТСР, депресії, тривоги та стресу у дітей до та після проведення реабілітації, показує позитивні результати впровадження цієї програми. Аналіз отриманих результатів надав можливість констатувати зниження високих рівнів симптомів ПТСР, депресії, тривоги та стресу, що свідчить про ефективність програми у зменшенні важких проявів цих розладів. Наприклад, відсоток дітей без симптомів ПТСР зріс з 70% до 76%, а середній рівень депресії зменшився з 25% до 13%. Когнітивна сфера досліджуваних набула стійкого характеру, вони краще концентрують увагу на навчанні, оскільки звернення до травмуючих подій та переживання їх вже не мають такий стихійний вплив. Діти стали більш комунікабельними, майже не уникають спілкування, частіше погоджуються приймати участі в соціальних подіях. За свідченнями батьків, у них нормалізувались проблемами зі сном, емоційний стан набув більш стабільного характеру, діти почали звертатись до справ та занять, які раніше їм подобались

Попри те, що у випадку тривоги та стресу спостерігається незначний ріст у низькому рівні симптомів, загальна тенденція свідчить про поліпшення психічного здоров'я дітей. Це підтверджує важливість продовження медико-психологічної допомоги, яка допомагає знижувати середній рівень симптомів і сприяє покращенню загального психічного стану внутрішньо переміщених дітей. Крім того, дослідження свідчить про те, що діти з наявним ПТСР більш схильні до розвитку інших психічних розладів і демонструють підвищену чутливість до подальших травматичних подій. А отже, вони потребують комплексної

підтримки із залученням спеціалістів різних профілів, зокрема, медиків, психологів, соціальних працівників.

Висновки

Психологічні наслідки війни для дітей з нейропсихічними порушеннями є надзвичайно серйозними та потребують комплексного підходу до діагностики та реабілітації. Аналіз свідчить про те, що війна викликає широкий спектр психічних розладів у дітей, включаючи ПТСР, депресію, тривогу і стрес. Виявлені високі рівні цих порушень підкреслюють необхідність своєчасної та цілеспрямованої медико-психологічної допомоги. Важливим є ефективне застосування програм підтримки, таких як когнітивно-поведінкова терапія та специфічні техніки для дітей, що можуть знижувати інтенсивність симптомів і покращувати загальний психічний стан. Порівняння проявів ПТСР, депресії, тривоги та стресу у дітей до і після реабілітації, свідчать про ефективність програми. Впровадження реабілітаційних заходів призвело до значного зниження симптомів ПТСР, депресії, тривоги та стресу. Наприклад, частка дітей без симптомів ПТСР збільшилася з 70% до 76%, а середній рівень депресії зменшився з 25% до 13%. Це підкреслює важливість і дієвість програми у покращенні психічного здоров'я дітей.

Перспективи подальших пошуків у цьому напрямі включають розширене дослідження довгострокових ефектів програм реабілітації, а також їх інтеграцію в систему соціальної допомоги для створення комплексного підходу. Важливо дослідити можливість адаптації терапевтичних методів до специфічних культурних і соціальних контекстів, що може покращити їх ефективність. Оцінка результатів реабілітаційних заходів та їх вплив на різні аспекти життя дітей, такі як соціальна інтеграція та академічні досягнення, повинна стати основою для подальших досліджень. Потребує уточнення і вдосконалення методологія діагностики та моніторингу психічних розладів, що допоможе краще адаптувати програми реабілітації до індивідуальних потреб дітей у різних умовах війни.

Основними перешкодами для доступу до психічної допомоги в зонах конфлікту є відсутність довіри до психіатричної системи, стигматизація і сором, а також відсутність обізнаності і розуміння. Виявлення факторів ризику та вразливих груп населення є необхідним для надання ранніх та своєчасних втручань. Інтервенції повинні бути спрямовані на запобігання довгостроковим наслідкам симптомів і вимагають моделі співпраці з багатьма складовими для досягнення максимального охоплення. Вкрай важливо розробити та впровадити ефективні та доступні багатосекторальні моделі співпраці та терапії, які насамперед залежать від підтримки сім'ї та лікарів первинної ланки в зонах конфлікту.

Література

1. Герасименко, Є.В. (2016). Діагностика і психотерапія психогенних порушень у дітей з родин вимушених переселенців. *Медична психологія*, 11(2), 79–82.
2. Зливков, В.Л., & Лукомська, С.О. (2022). *Діти війни: теоретико-методичні і практичні аспекти психологічної допомоги*. (Монографія). Київ-Ніжин : ПП Лисенко М.М.
3. Коваль, І.А. (2023). Поведінкові розлади у дітей і піддітків-біженців. С.Д. Максименка & В.В. Турбан (Ред.). *Збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю «Життєві виклики сучасного суспільства: реалії та перспективи» (м. Київ, 09-10 листопада 2023 р.)*, (с. 23–25). Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України.
4. Кононенко, О.І. (2022). Психологічні особливості адаптації дітей в умовах війни та еміграції. *Психологія та соціальна робота*, 1(2), 55–56. Режим доступу:

<https://onu.edu.ua/uk/structure/faculty/iipo/kafedry-ta-inshi-strukturni-pidrozdily/kafedra-sotsialnoi-roboty/spivrobotnyky/5917-kononenko-oksana-ivanivna>

5. Нестайко, І. (2023). Соціальна адаптація дітей-біженців у результаті війни в польському суспільстві. *Збірник тез III Міжнародна наукова конференція «Воєнні конфлікти та техногенні катастрофи: історичні та психологічні наслідки» (м. Тернопіль, 20-21 квітня 2023 р.)*, (с. 19–21). Тернопіль : ФОП Паляниця В.А. Режим доступу : https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/41133/2/MCTD_2023_Nestaiko_I-Social_adaptation_of_refugee_19-21.pdf.
6. Мушкевич, М.І., Федоренко, Р.П., & Мельник, А.П. (2016). *Психологічна допомога учасникам АТО та їх сім'ям* (2-ге вид., змін. та допов.) Луцьк : Вежа-Друк.
7. Самойлова, О.В. (2018) Клінічні особливості розладів адаптації в умовах військового конфлікту на Сході України. *Український вісник психоневрології*, 26(2), 95–98. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uvp_2018_26_2_22.
8. Alexander, J., Boothby, N., & Wessells, M. (2010). Education and protection of children and youth affected by armed conflict: an essential link. *Protecting education from attack: a state of the art review*, 55–67.
9. Haer, R. (2019). Children and armed conflict: looking at the future and learning from the past. *Third World Q*, 40(1), 74–91.
10. Kadir, A., Shenoda, S., & Goldhagen, J. (2019). Effects of armed conflict on child health and development: a systematic review. *PLoS ONE*, 14(1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0210071>
11. Macksoud, M.S., & Aber, J.L. (1996). The war experiences and psychosocial development of children in Lebanon. *Child Dev*, 67(1), 70–88.
12. Nygren, M., Carstensen, J., Koch, F., Ludvigsson, J., & Frostell, A. (2015). Experience of a serious life event increases the risk for childhood type 1 diabetes: the ABIS population-based prospective cohort study. *Diabetologia*, 58(6), 1188–1197
13. Ramcharan, B.G. (2002). Impact of armed conflict on children resolution 1314 (2000). In: *The security council and the protection of human rights* (pp. 278–282). Brill Nijhoff
14. UNICEF (2019). *The United Nations convention on the rights of the child—the children's version*. Режим доступу: <https://resourcecentre.savethechildren.net/document/united-nations-convention-rights-child-childrens-version/>.
15. United Nations Children's Fund: UNICEF. (2023) *Children and conflict in a changing world: Machel study 10-year review*. New York : UNICEF.
16. World Health Organization (2018). Report on the health of refugees and migrants in the WHO European Region: No public health without refugees and migrant health. Режим доступу : <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/311347/9789289053846-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
17. Yule W, Dyregrov A, Raundalen M, Smith P. (2013) Children and war: the work of the Children and War Foundation. *Eur J Psychotraumatol*, 4, 18–24.

References

1. Herasymenko, Ye.V. (2016). *Diahnostyka i psykhoterapiia psykhohenykh porushen u ditei z rodyn vymushenykh pereselentsiv* [Diagnosis and treatment of psychogenic disorders in children from the families of internal refugees]. *Meditinskaia psikhologiya – Medical psychology*, 11(2), 79–82 [in Ukrainian].
2. Zlyvko V. (2022). *Dity viiny: teoretyko-metodychni i praktychni aspekty psykhologichnoi dopomohy* [Children of War: Theoretical, Methodological, and Practical Aspects of Psychological Assistance]. Kyiv-Nizhyn : PP Lysenko M.M. [in Ukrainian].
3. Koval, I.A. (2023). Povedinkovi rozlady u ditei i piditkiv-bizhentsiv [Behavioral disorders in refugee children and adolescents]. S.D. Maksymenka & V.V. Turban (Eds.). *Zbirnyk materialiv Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii z mizhnarodnoiu uchastiu «Zhyttievi vyklyky suchasnoho suspilstva: realii ta perspektyvy» – Collection of materials of the All-Ukrainian*

- scientific and practical conference with international participation «Life challenges of modern society: realities and prospects» (Kyiv, November 9-10, 2023).* (pp. 23–25). Kyiv : G.S. Kostyuk Institute of Psychology NAPS of Ukraine [in Ukrainian].
4. Kononenko, O.I. (2022). *Psykhologichni osoblyvosti adaptatsii ditei v umovakh viiny ta emigratsii* [Psychological Characteristics of Children's Adaptation in Conditions of War and Emigration]. *Psykhohiia ta sotsialna robota – Psychology and social work*, 1(2), 55–56. Retrieved from <https://onu.edu.ua/uk/structure/faculty/iipo/kafedry-ta-inshi-strukturni-pidrozdily/kafedra-sotsialnoi-roboty/spivrobotnyky/5917-kononenko-oksana-ivanivna> [in Ukrainian].
 5. Nestaiko, I. (2023). *Sotsialna adaptatsiia ditei-bizhentsiv u rezultati viiny v polskomu suspilstvi* [Social Adaptation of Refugee Children as a Result of the War in Polish Society]. *Zbirnyk tez III Mizhnarodna naukova konferentsiia «Voieni konfliktky ta tekhnohenni katastrofy: istorychni ta psykhologichni naslidky» – Collection of Abstracts of the III International Scientific Conference «Military Conflicts and Man-Made Disasters: Historical and Psychological Consequences» (Ternopil, April 20-21th, 2023).* (pp. 19–21). Ternopil : FOP Palyanytsia V.A. Retrieved from https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/41133/2/MCTD_2023_Nestaiko_I-Social_adaptation_of_refugee_19-21.pdf [in Ukrainian].
 6. Mushkevych, M.I., Fedorenko, R.P., & Melnyk, A.P. (2016). *Psykhologichna dopomoha uchasykam ATO ta yikh simiam (2-he vyd., zmin. ta dopov.)* [Psychological Assistance to ATO Participants and Their Families]. Lutsk : Vezha-Druk [in Ukrainian].
 7. Samoilova, O.V. (2018). *Klinichni osoblyvosti rozladiv adaptatsii v umovakh viiskovoho konfliktu na Skhodi Ukrainy* [Clinical Features of Adjustment Disorders in the Context of the Military Conflict in Eastern Ukraine]. *Ukrainskyi visnyk psyhonevrolohii – Ukrainian Bulletin of Psychoneurology*, 26(2), 95–98 Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/Uvp_2018_26_2_22 [in Ukrainian].
 8. Alexander, J., Boothby, N., & Wessells, M. (2010). Education and protection of children and youth affected by armed conflict: an essential link. *Protecting education from attack: a state of the art review*, 55–67.
 9. Haer, R. (2019). Children and armed conflict: looking at the future and learning from the past. *Third World Q*, 40(1), 74–91.
 10. Kadir, A., Shenoda, S., & Goldhagen, J. (2019). Effects of armed conflict on child health and development: a systematic review. *PLoS ONE*, 14(1). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0210071>
 11. Macksoud, M.S., & Aber, J.L. (1996). The war experiences and psychosocial development of children in Lebanon. *Child Dev*, 67(1), 70–88.
 12. Nygren, M., Carstensen, J., Koch, F., Ludvigsson, J., & Frostell, A. (2015). Experience of a serious life event increases the risk for childhood type 1 diabetes: the ABIS population-based prospective cohort study. *Diabetologia*, 58(6), 1188–1197
 13. Ramcharan, B.G. (2002). Impact of armed conflict on children resolution 1314 (2000). In: *The security council and the protection of human rights* (pp. 278–282). Brill Nijhoff
 14. UNICEF (2019). *The United Nations convention on the rights of the child–the children's version*. Retrieved from <https://resourcecentre.savethechildren.net/document/united-nations-convention-rights-child-childrens-version/>.
 15. United Nations Children's Fund: UNICEF. (2023) *Children and conflict in a changing world: Machel study 10-year review*. New York : UNICEF.
 16. World Health Organization (2018). Report on the health of refugees and migrants in the WHO European Region: No public health without refugees and migrant health. Retrieved from <https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/311347/9789289053846-eng.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
 17. Yule W, Dyregrov A, Raundalen M, Smith P. (2013) Children and war: the work of the Children and War Foundation. *Eur J Psychotraumatol*, 4, 18–24.

PSYCHOLOGICAL CONSEQUENCES OF WAR FOR CHILDREN WITH NEUROPSYCHIATRIC DISORDERS: DIAGNOSIS AND REHABILITATION

Ivan Klymenko

PhD of Psychological Sciences,

Associate Professor of the Department of Psychology

acting Head of the Medical Psychology Department

Academy of Personnel Management,

2, Frometivska Str., Kyiv, Ukraine, 02000

neffalimm@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-3119-7494> ,

Abstract

War is a violation of the fundamental rights of the child, which can have a long-term negative impact on their physical and mental health, as well as their overall development. The psychological consequences of war for children with neuropsychiatric disorders include immediate stress reactions, an increased risk of developing specific mental disorders, and long-term difficulties in adaptation. A forced separation from parents significantly deepens the psychological trauma of such children. It is important to provide a comprehensive and multi-level system of trauma care focused on strengthening resilience and restoring a sense of security. The aim of the study is to analyze the psychological consequences of war for children with neuropsychiatric disorders and develop effective diagnostic and rehabilitation approaches. The research methods include a literature review, clinical examination using psychodiagnostic techniques, questionnaires of children and their parents, as well as the development and testing of rehabilitation programs with subsequent comparative analysis of the results. The peculiarities of the manifestation of PTSD, depression, anxiety and stress in children before and after CBT were studied and assessed. The results of the assessment showed positive dynamics, in particular, the number of children without symptoms of PTSD, depression, anxiety and stress increased. A decrease in the number of children with an average level of symptoms was recorded, especially in depression and anxiety. High-level indicators remained at a stable low level, which indicates the effectiveness of the therapy. The results obtained confirm the importance of continuing medical and psychological care, which helps reduce the severity of symptoms and contributes to the improvement of the general mental state of children. It is important to develop and implement effective and accessible models of multisectoral cooperation and therapy, which primarily depend on family doctors and primary care doctors in conflict zones. In this article, we provide a brief overview of the diagnosis and rehabilitation of vulnerable groups, i.e. children.

Keywords: psychological consequences, war, children, neuropsychiatric disorders, diagnosis, rehabilitation, mental health, adaptation.

Подано 05.08.2024

Рекомендовано до друку 20.08.2024

УДК 159.9

[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25\(70\).03](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25(70).03)

ВПЛИВ ЗДОРОВОЇ СЕКСУАЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ НА ІНТЕРПРЕТАЦІЮ ІНФОРМАЦІЇ ПРО ВЛАСНЕ «Я»

Володимир Казанцев

аспірант кафедри психології

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

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

vlad.kazancev@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0007-3272-5419>

Олександр Малигін

аспірант кафедри психології

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

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

iskinderm@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0001-2182-2375>

Анотація

Стаття призначена теоретичному аналізу проблеми впливу здорової сексуальності особистості на інтерпретацію інформації про власне «Я». Значущим етапом для психологічного становлення людини як цілісного індивіда, що приймає та розуміє свої фізіологічні та психологічні особливості є формування її особистісного самосприйняття та розвитку інтерпретації про власне «Я» (тобто, Я-концепцію) в аспекті генези сексуальності як властивості особистості. Для детального дослідження цього питання нами були використані такі методи, як аналіз, систематизація та синтез наукової літератури, та також абстрагування, індукція та дедукція. В результаті теоретико-методологічного аналізу нами було визначено, що поняття «здорова сексуальність» являє собою невід'ємну частину психосоціальної діяльності особистості, що виступає як особистісна властивість Я-концепції індивіду та забезпечує глибокий процес позитивного сприйняття себе, як особи, наділеної сексуальними почуттями та якостями, які за потреби можуть бути виражені в побудові взаємостосунків з іншими людьми. Доведено, що сексуальність являє собою комплексне утворення, що має в собі психологічні, соціальні, а також біологічні чинники, взаємодія яких призводить до її здорового або патологічного формування. Вагомий вплив на розвиток здорової сексуальності складає сексуальна самооцінка особистості, яка детермінує характер інтерпретації інформації про власне «Я», змінюючи когнітивні уявлення про свої сексуальні характеристики та інтерпретацію своєї сексуальності. «Інтерпретація інформації про власне «Я» виступає характеристикою та особливостями сприйняття особою даних про себе в аспекті сексуальності. Перспективи наших подальших досліджень ми вбачаємо у проведенні емпіричного аналізу в цьому напрямку, продовжуючи розглядати проблему визначення впливу біопсихосоціальних факторів на процес формування здорової сексуальності більш детально.

Ключові слова: сексуальність, здорова сексуальність, гендерна ідентичність, сексуальна орієнтація, інтерпретація інформації про власне «Я», Я-концепція.

Вступ

В сучасному науковому дискурсі сексуальність розглядається як багатовимірний феномен, який охоплює біологічні, психологічні та соціальні аспекти (Pandey, 2022). Вплив здорової сексуальності на особистісне самосприйняття та розвиток інтерпретації про власне

«Я» (тобто, Я-концепцію) в аспекті розвитку сексуальності, як властивості особистості є важливим етапом для психологічного становлення людини як цілісного індивіда, що приймає та розуміє свої фізіологічні та психологічні особливості. Важливо вказати, що аспект розвитку сексуальної ідентифікації особистості, що доповнює Я-концепцію як частину процесу особистісної самоідентифікації, містить важливість формування здорової сексуальності, як критичного чинника від якого залежить цілісний і гармонійний психофізіологічний та психосексуальний розвиток людини. Що, своєю чергою, обумовлює її самооцінку, розуміння та прийняття себе як цілісної та здорової особистості, яка відчуває себе самодостатньою у своїй сексуальності та здатною до створення гармонійних взаємовідносин.

Згадуючи дефініцію «здорова особистість» і характеризуючи її, ми спираємось на твердження Р. Ассаджіолі. За нашим уявленням, така особистість перебуває у стані психофізіологічного та психосоціального балансу, а також, відчуває рівновагу поміж різними аспектами власного «Я». Тож, продовжуючи розглядати проблему впливу здорової сексуальності на інтерпретацію інформації про власне «Я», звернемося до визначення Всесвітньої організації охорони здоров'я, яка визначає термін «сексуальне здоров'я» як такий, що являє собою не лише відсутність захворювань або дисфункцій, але й стан загального фізичного, емоційного та соціального добробуту в контексті сексуальності (Гасюк & Федик, 2020; Єрмакова, 2022). В свою чергу, позитивна сексуальна самооцінка та прийняття власної сексуальності сприяють формуванню стабільної, цілісної самоконцепції особистості, так продукуючи позитивну інтерпретацію інформації особи про власне «Я», що позитивно відображається на емоційному добробуті людини (Camp et al., 2022).

Використання дефініції «інтерпретація інформації» в даному дослідженні, означає процес усвідомлення індивідом інформації, яку він сприймає, аналізує, характеризуючи особливості сприйняття особою даних про себе. Тож, «інтерпретація інформації про власне «Я» являє собою характер та особливості сприйняття особою даних про себе в аспекті сексуальності.

Так, в даному дослідженні, ми визначаємо поняття здорової сексуальності спираючись на концепцію Г. Аммона, згідно з якою здорова сексуальність, що являє собою інтегровану компоненту в цілісній психічній активності особистості, означає здатність до формування та встановлення зрілого партнерського симбіозу. На думку Г. Аммона, це дозволяє взаємно збагачувати єднання самодостатніх особистостей, а також спрямовувати їх на «відкриття» для себе унікальності партнера, можливості переживання безумовного тілесного, душевного і, навіть, духовного злиття. Важливо вказати, що встановлення такого контакту не обумовлюється лише низкою біологічних потреб і є вільним від рольових фіксацій різного роду, а також певних притаманних індивідам страхам, що створює можливість виходу зі стосунків без руйнівного відчуття провини та переживання втрати (Гупаловська, 2016).

Тож, здорова сексуальність, на нашу думку, характеризується як невіддільна частина психосоціальної діяльності особистості, як особистісна властивість Я-концепції індивіда, що забезпечує глибокий процес позитивного сприйняття себе як особи, наділеної сексуальними почуттями та якостями, які за потреби можуть бути виражені в створенні стосунків з іншими людьми. До того ж сексуальність, як частина загальної особистісної структури може впливати на те, як людина інтерпретує власні відчуття, досвід і інформацію про себе. Що включає в себе сприйняття своєї привабливості, самооцінку, прийняття себе та своїх сексуальних потреб, на основі чого відбувається інтерпретація інформації особистості про власне «Я».

Мета статті полягає в теоретичному дослідженні та визначенні проблеми впливу здорової сексуальності особистості на інтерпретацію інформації про власне «Я».

Завдання статті обумовлюються аналізом вивчення досліджуваної нами теми, а саме:

- 1) проаналізувати підходи до визначення поняття «здорова сексуальність» особистості;
- 2) теоретично довести наявність впливу здорової сексуальності особистості на притаманну їй інтерпретацію інформації про власне «Я».

Методи дослідження

У дослідженні застосовувалися різні теоретичні методи. Так, наприклад, аналіз наукової літератури дозволив детально вивчити праці в галузі психології, сексуальної освіти та самоконцепції. Систематизація цих знань допомогла краще зрозуміти, як сексуальна ідентичність впливає на психічне здоров'я та самосприйняття. Синтез дозволив об'єднати різні теоретичні положення в єдину концепцію впливу здорової сексуальності на особистісне зростання, а абстрагування допомогло зосередитися на ключових поняттях, таких як здорова сексуальність та сексуальна ідентичність.

Використання порівняльного методу дозволило нам провести аналіз різних підходів до вивчення сексуальності, що допомогло виявити ключові закономірності, які сприяють позитивному впливу сексуальності на розвиток особистості. Застосування індукції та дедукції дали змогу на основі окремих фактів зробити загальні висновки про вплив сексуальності на психічне здоров'я, що підкріплює наукову обґрунтованість дослідження.

Результати та дискусії

Численні вчені акцентують важливість розуміння взаємозв'язку між сексуальністю, образом тіла та психічним здоров'ям. Більшість із них підкреслюють, що проблеми із сексуальною самооцінкою можуть призвести до тривожних та депресивних станів (Da Silva et al., 2023; González-Pascual et al., 2024). Треба зауважити, що у науковій літературі значна увага дослідників соціономічної сфери зосереджена на дослідженні впливу розвитку і становлення здорової сексуальності на самосприйняття особистості та її ідентичність, тобто на інтерпретацію інформації про власне «Я», оскільки цей аспект є важливим для загального психологічного й емоційного здоров'я (Єрмакова, 2020). Наприклад, Дж. Кемп, С. Віторатоу та К. А. Раймс фокусуються у своєму дослідженні на питанні про те, як люди сприймають свою сексуальність. В результаті свого дослідження вони визначають, що позитивне ставлення до власної сексуальності сприяє покращенню психічного стану індивідів (Camp et al., 2022). Інші дослідники, такі як М.А. Да Сілва та його колеги звернули увагу на дослідження взаємозв'язку між образом тіла та особистісними характеристиками людей (Da Silva et al., 2023).

Дослідники гендерної проблемати, зокрема, Дж.Л. Гонсалес-Паскуаль та його колеги зазначають, що андрогінна гендерна типологія сприяє більш здоровому способу життя та може позитивно впливати на загальне благополуччя, загалом, включаючи сексуальне здоров'я. Це підкреслює важливість розуміння гендерних типологій у контексті здорового розвитку особистості (González-Pascual et al., 2024). Дослідження Дж. Ястшембської та М. Блажек наголошують на важливості розуміння сексуальної ідентичності, а також, підкреслюють значущість гендерної ідентичності з метою формування, визначення самоконцепції для підтримки загального добробуту особистості (Jastrzębska & Błażek, 2022).

Зазначимо, що цікавими постали наукові праці Р. Олівера та його колег, присвячені аналізу значення сексуальної ідентифікації тіла жінки в післяпологовий період адаптації. В рамках його досліджень було розкрито особливості впливу культурних і соціальних норм на самоідентифікацію жінок у цей період (Ollivier et al., 2024).

Праці українських науковців, таких як І. В. Толкунова та її колеги, також роблять важливий внесок у розуміння психології здоров'я, зокрема через вивчення впливу психічного здоров'я на сексуальне благополуччя. Їхні дослідження демонструють важливість психосоціальних аспектів сексуального здоров'я в контексті загального добробуту особистості (Толкунова та ін., 2018). В той час, В.А. Гупаловська займалася дослідженням біологічних, теологічних, еволюційних та поведінкових моделей сексуальності, а також вивченням притаманного сексуальності духовного аспекту (Гупаловська, 2016).

Отже, в результаті аналізу наукових джерел українських і зарубіжних авторів, було зроблено висновок, що сексуальна обізнаність та самосприйняття людиною аспекту власної сексуальності постають важливими факторами, які впливають на розвиток здорової інтерпретації інформації про власне «Я» як аспекту самоідентифікації, та позитивно впливають на рівень загального психічного та фізичного здоров'я. Тож, здорова сексуальність є значущим компонентом самосвідомості та добробуту особистості. Водночас, зважаючи на малодослідженість обраної проблематики, феномен здорової сексуальності потребує подальших глибинних досліджень, які розкриватимуть її змістову сутність та особливості впливу на різні аспекти життя.

Продовжуючи аналізувати проблематику сексуального здоров'я в сучасному контексті варто підкреслити, що сексуальність залишається міждисциплінарним феноменом. Її активне формування відбувається в період підліткового віку, коли паралельно з процесами статевого дозрівання особистості розвивається й усвідомлення притаманних їй сексуальних потреб, бажань і уподобань. Це призводить до розвитку власної сексуальної ідентичності, яка збагачує Я-концепцію особистості на шляху дорослішання та усвідомлення власної привабливості й особливостей лібідо. Відповідно, важливими складниками розвитку сексуальної ідентичності особи є поведінкові, емоційні, а також когнітивно-поведінкові аспекти, що разом уособлюють особливості внутрішньої картини здорової сексуальності, та як результат, сексуального здоров'я. Саме внутрішня картина сексуального здоров'я особистості, як зазначає у своєму дослідженні А.С. Єрмакова, становить собою конструкт, який обумовлює можливість усвідомлено розуміти притаманну сексуальність їй, а також висловлювати сексуальні бажання й створювати здорові стосунки (Єрмакова, 2020).

Таким чином, ми можемо зробити висновок, що сексуальність являє собою комплексне утворення, що має в собі психологічні, соціальні, а також біологічні чинники. Взаємодія саме цих чинників призводить до здорового або патологічного формування сексуальності особистості. Для розуміння особливостей процесу розвитку сексуальності особистості вважаємо доцільним звернутися до теорії об'єктних стосунків. Згідно з цією теорією, сексуальність особистості формується та розвивається в рамках особливостей міжособистісних взаємин індивідів, а отже, початок формування сексуальності починається з досить ранніх відносин між матір'ю та її дитиною. Таким чином, особливості побудованих відносин в дитячо-батьківському контакті відіграють значну роль у формування здорової сексуальності. Доповнюючи цю тему, цікавою на наш погляд є концепція А. Лефера, в якій наголошується, що страх самотності може спонукати до використання сексуальних стосунків як засобу для подолання низької самооцінки або емоційної ізоляції (Калька & Кузьо, 2021).

Що відбувається, на наш погляд, як процес компенсації з якою несвідомо зустрічається особистість у разі відсутності побудованого здорового контакту в дитячо-батьківських відносинах. А можливість вираження і проживання особистістю зрілої сексуальної любові, згідно з концепцією О. Кернберга, є поєднанням гендерної ідентичності, вибору партнера та інтенсивності сексуального потягу, що виступає ключовим фактором особистісного самовираження.

Досліджуючи соціально-психологічні аспекти сексуальності, зазначимо, що вони базуються на взаємній емоційній прив'язаності та бажанні інтимних контактів, а також, на спільних цінностях. Зокрема, гендерні норми відіграють вирішальну роль у формуванні маскулінності та фемінності. У цьому контексті підхід Сандри Бем є новаторським, адже вона розглядає маскулінність і фемінність як незалежні категорії, що створюють різноманітні гендерні типи (Jastrzębska & Włazek, 2022).

Аспект зрілості у сексуальних стосунках включає не лише фізичний, але й емоційний компонент. Ю. Лібіх пропонує оцінювати сексуальне здоров'я на основі рівня статевого потягу та задоволення, зазначаючи, що відхилення від оптимального рівня, зокрема надмірний або недостатній потяг, можуть бути індикаторами проблем у сексуальному розвитку. Проте, Б. Мартель підкреслює важливість психологічної гнучкості й особистісної зрілості для гармонійних сексуальних стосунків, що дозволяє особистості зберігати ідентичність, не втрачаючи здатності до інтимності. Віктор Франкл також наголошує на важливості інтеграції сексуальних почуттів у загальний контекст міжособистісних відносин, що запобігає ризику внутрішньої деградації особистості. Таким чином, можемо зазначити, що здорова сексуальність відіграє важливу роль у формуванні гармонії між фізичним, психологічним і соціальним рівнем життєдіяльності особистості. Вона сприяє цілісності особистісного розвитку та підтримці емоційної стабільності (Єрмакова, 2020).

Потрібно зазначити, що неодмінним компонентом сексуальної ідентичності особистості є сексуальна самооцінка, яка відіграє ключову роль у формуванні сексуальної поведінки людини, а також, відображає особливості інтерпретації інформації людини про себе, як про сексуальну істоту, що є важливим актом формування здорової сексуальності особистості. Отже, можна сказати, що сексуальна самооцінка є значущим предиктором багатьох аспектів сексуальної поведінки, включаючи прийняття рішень, щодо інтимних стосунків та сексуальної саморегуляції, яка ґрунтується на власних когнітивних уявленнях про свої сексуальні характеристики. Вагомий вплив на сексуальну самооцінку особистості, а значить і на розуміння Я-концепції вносить її ставлення до власного образу тіла. Так, незадоволення зовнішністю може знижувати не лише сексуальну активність та якість сексуального досвіду, а й негативно впливати на самоідентифікацію. Однак, до процесу розвитку належать не лише особисті переживання й досвід, але й соціальні очікування, оцінки та вплив з боку інших людей і суспільства в цілому. Таким чином, позитивна чи негативна сексуальна самооцінка може формуватися в результаті важливих життєвих подій, що стосуються інтимної сфери людини (Potki et al., 2017).

Також, дослідники визначають, що рівень незадоволеності тілом у жінок є значно вищим, ніж у чоловіків. Це зумовлено як соціальними, так і психологічними чинниками, включаючи тиск з боку медіа та суспільства на відповідність стандартам краси. Статеві відмінності у сприйнятті власного тіла підкреслюють необхідність врахування цих факторів у дослідженнях, адже жінки частіше стикаються з критичними оцінками свого зовнішнього вигляду. Окрім цього, гендерні-статеві норми, являють собою соціальні конструкції, що

можуть змінюватися через освітні ініціативи та інші втручання (González-Pascual et al., 2024; Pandey, 2022).

Дослідник Курпіш (Kurpisz) вказує, що зростання незадоволеності образом власного тіла має тісний зв'язок з використанням соціальних мереж, бо контент, який поширюється в медіа, часто стимулює порівняння між реальним тілом користувачів та ідеалізованими образами, що створюються соціальними очікуваннями. Це має особливий вплив на характер інтерпретації інформації про власне «Я» серед молоді. Також, фактором який може впливати на задоволеність розмірами тіла постає притаманний особистості рівень нейротизму. Результати багатьох сучасних досліджень доводять, що високим показникам нейротизму особистості відповідає знижений рівень задоволеності тілом, оскільки нейротизм супроводжується підвищеною вразливістю, імпульсивністю та тривожністю. Що в цілому негативно впливає на сексуальну самооцінку людини, а також самооцінку в аспекті власної сексуальності. За нашим уявленням, нейротизм створює негативний предиктор для інтерпретації інформації про власне «Я», детермінуючи погіршення сприйняття своєї сексуальності, як здорової на психологічному і фізіологічному рівні.

Як бачимо, на сучасному етапі розвитку наукових досліджень стає все більш очевидним, що ментальні та емоційні аспекти здорової сексуальності є ключовими складниками сексуального здоров'я, тобто загального психофізіологічного стану особи в контексті аспекту притаманної їй сексуальності. Сексуальна ідентифікація виступає важливим компонентом цього благополуччя та є ядром особистої сексуальності. За своєю стуністю вона характеризується як динамічна і гнучка концепція інтерпретації інформації про власне «Я». Саме через особливості її розвитку визначається ставлення людини як до власної сексуальності, так і до самої себе, що має вплив на прийняття рішень у цій сфері й, в цілому, стосується сексуальних стосунків (Da Silva et al., 2023; Толкунова та ін., 2018).

Тож, ми вважаємо, що сприйняття сексуальності як такої, а також надання оцінки притаманним особистості сексуальним паттернам, потягам, реакціям й іншим інтимним компонентам сексуальності постають факторами негативного або позитивного впливу на Я-концепцію. Адже Я-концепція формується не лише як незалежна внутрішньоособистісна компонента. Характер її сформованості залежить також від соціального впливу та соціальних уподобань, стереотипів та оцінок. А для цілісного аналізу особливостей формування й розвитку здорової сексуальності особистості та Я-концепції, потрібно розглядати вплив біологічних, психологічних та соціальних факторів в комплексі. В такому випадку визначення цих чинників допоможе розуміти етіологію виникнення змін у ставленні, переконаннях і поведінці стосовно сексуального здоров'я особистості, а також інтерпретації інформації про її власне «Я» в аспекті формування та становлення сексуальної ідентичності (Potki et al., 2017).

Водночас, ми вважаємо, що доцільним буде звернення до аналізу внутрішньої картини здорової сексуальності особистості, яка є важливим регулятором процесу сприйняття власної сексуальності, емоційних реакцій та поведінкових стратегій в інтимній сфері. Інтерпретуючи таким чином інформацію про власне «Я», особистість може суб'єктивно оцінювати свій рівень сексуальності та інтегрувати його в загальний контекст свого життя. Адже особливості картини здорової сексуальності виконують регулятивну, когнітивно-структуруючу та саногенну функції, що сприяє гармонії між фізичними, психологічними та соціальними аспектами задоволення життям. Це забезпечує повноцінне функціонування сексуальної сфери та гармонізацію внутрішнього світу особистості, що є важливим для її загального психічного здоров'я та стосунків з оточенням (Гасюк та Федик, 2022; Єрмакова, 2020).

Отже, прийняття власної сексуальності як частини Я-концепції є важливим аспектом розвитку ідентичності особистості, який перетинається з такими поняттями, як ідентичність, її центральність та автентичність. Здатність прийняти свою сексуальність як природну та невіддільну частину себе впливає на формування психічного здоров'я та загальне самосприйняття. Таке прийняття включає позитивне ставлення до власних сексуальних потреб, бажань та їх вираження, що є ключовим для підтримки гармонії між психічним та емоційним станом особи. Сексуальна ідентичність, з одного боку, виступає центральним елементом самоконцепції, а з іншого — впливає на автентичність поведінки індивіда в соціальних і міжособистісних взаємодіях. Центральність сексуальної ідентичності в житті людини означає її важливість для загального самовизначення. Ті особи, які досягають позитивного сприйняття власної сексуальності, зазвичай мають більшу впевненість у собі, кращу емоційну стійкість і здатність до встановлення здорових взаємин та розвитку здорової сексуальності (Camp et al., 2022).

Висновки

Визначено, що здорова сексуальність сприяє розвитку позитивної самоконцепції, допомагає краще усвідомити свої емоційні й фізичні потреби, а також встановлювати гармонійні відносини з іншими людьми. Прийняття власної сексуальності як природної частини свого «Я» позитивно впливає на емоційний стан і самооцінку. Важливим є те, що взаємозв'язок між образом тіла та сексуальністю, а також вплив соціальних і культурних норм значною мірою формують сексуальну ідентичність особистості.

Встановлено, що роль соціальних стереотипів, а також різного роду культуральних очікувань та медійного впливу на особистість в суспільстві є значною. Що призводить до створення вагомих перешкод на шляху формування і розвитку здорового ставлення особистості до власного образу тіла і сексуальності загалом, викликаючи конфлікт між інтерпретацією інформації про власне «Я» та соціальними нормами та очікуваннями, що може гальмувати формування здорового сприйняття сексуальної ідентичності та створювати приводи для негативної інтерпретації інформації про власне «Я». Це не лише підкреслює важливість звернення до подальшого аналізування і вивчення проблеми сексуальності звертаючись до застосування комплексного підходу, який передбачає врахування біологічних, психологічних та соціальних чинників, а також змушує звернути увагу на роль спотворення сексуальності стереотипізацією цієї особливості життя людини. Що, як було зауважено раніше, несе негативний вплив на розвиток Я-концепції в аспекті сексуальної ідентифікації власного «Я».

Визначено, що значущими компонентами здорової сексуальності постають такі чинники, як емоційна гнучкість та психологічна зрілість. Зазначимо, що сформована здорова сексуальність особистості передбачає прийняття себе та своїх сексуальних потягів і уподобань, а також здатність до створення емоційно та фізично безпечних інтимних стосунків, що мають в собі чесність і відкритість. Притаманна особистості психологічна зрілість постає фактором в житті людини, що забезпечує для неї підтримання та збереження власної індивідуальності у взаємостосунках, дозволяючи створювати та підтримувати відкриту комунікацію та емоційний контакт з партнером. Так інтерпретація інформації про власне «Я» та притаманну особистості сексуальність, як важливий аспект формування та розвитку цілісної та здорової особистості в інтимно-особистісному полі постає детермінантою, яка створює можливості для формування конструктивних і здорових міжособистісних стосунків.

Отже, як було визначено в результаті проведеного теоретико-методологічного аналізу досліджуваної нами проблеми слід встановити, що здорова сексуальність є свого роду квінтесенцією для процесу здорового розвитку зрілої особистості. Адже інтеграція сексуальних потягів, бажань, почуттів та інших особистісних проявів в процесі росту й розвитку людини сприяє забезпеченню її гармонійного розвитку, соціального, психологічного і фізичного добробуту. Що своєю чергою позитивно впливає на розвиток індивідуальності особистості, стабільного емоційного, нервово-психічного стану.

Перспективами проведення подальших досліджень в цьому напрямку є поглиблений теоретичний аналіз та емпіричні дослідження спрямовані на визначення впливу біопсихосоціальних факторів на процес формування здорової сексуальності.

Література

1. Гасюк, М., & Федик, О. (2022). Внутрішня картина сексуального здоров'я людини. *Науковий теоретико-методологічний і прикладний психологічний журнал. Психологія особистості*, 12(1), 11–17. Режим доступу: <http://lib.pnu.edu.ua:8080/handle/123456789/16374>.
2. Гупаловська, В.А. (2016). Теорії та моделі сексуальності: чи є місце для духовності? *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*, 3, 54–64. Режим доступу: <https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/7487/1/7.pdf>.
3. Єрмакова, А.С. (2020). Проблема сексуального здоров'я у сучасному світі. *Вісник післядипломної освіти. Диференціальна спеціальна психологія*, 13(42), 71–84. [https://doi.org/10.32405/2522-9931-2020-13\(42\)](https://doi.org/10.32405/2522-9931-2020-13(42)).
4. Калька, Н.М., & Кузьо, Л.І. (2021). Психологічні детермінанти чоловічої сексуальності в сучасному світі (результати факторного аналізу емпіричного дослідження). *Вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*, 32, 84–88. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.13>.
5. Толкунова, І.В., Гринь, О.Р., Смоляр, І.І., & Голець, О.В. (2018). *Психологія здоров'я людини*. Навчальний посібник. І. В. Толкунової (Ред.). Київ. Режим доступу: <https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/22315/1/.pdf>
6. Camp, J., Vitoratou, S., & Rimes, K. (2022). The Self-Acceptance of Sexuality Inventory (SASI): Development and Validation. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 9(1), 92–109. <https://doi.org/10.1037/sgd0000445>
7. Da Silva, M.A., Silva, L.C., Dos Santos, A.L.S., & Alvarenga, M.A.S. (2023). Correlational and Network Perspectives About the Relationship Between Body Image and Personality in Brazilian Undergraduate Students. *Trends in Psychology. Advance online publication*, 1–19. <https://doi.org/10.1007/s43076-023-00301-y>.
8. González-Pascual, J.L., Esteban-Gonzalo, S., Veiga, Ó.L., & Esteban-Gonzalo, L. (2024). Beyond femininity or masculinity: gender typologies and healthy eating in early adulthood. *European Journal of Nutrition*, 63(2), 357–364. <https://doi.org/10.1007/s00394-023-03268-9>.
9. Jastrzębska, J., & Błażek, M. (2022). Questioning Gender and Sexual Identity in the Context of Self-Concept Clarity, Sense of Coherence and Value System. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10643. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710643>.
10. Ollivier, R., Aston, M., Price, S., Sheppard-LeMoine, D., & Steenbeck, A. (2024). Exploring the Meaning of Sexuality, the Body, and Identity After Birth Using Feminist Poststructuralism. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 53(3), 308–316. Режим доступу: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0884217524000029>.
11. Pandey, S., & Jain, S. (2022). The Impact of Sexual Awareness on the Attitude towards Sexuality in Young Adults. *International Journal for Innovative Research in Multidisciplinary Field*, 8(9), 10–24. Режим доступу:

<https://www.researchgate.net/publication/363539947> The Impact of Sexual Awareness on the Attitude towards Sexuality in Young Adults.

12. Potki, R., Ziaei, T., Faramarzi, M., Moosazadeh, M., & Shahhosseini, Z. (2017). Bio-psycho-social factors affecting sexual self-concept: A systematic review. *Electronic Physician*, 9(9), 5172–5178. DOI: <https://doi.org/10.19082/5172>.

References

- Hasyuk, M., & Fedyk, O. (2022). Vnutrishnia kartyna seksualnoho zdorovia liudyny [The internal picture of human sexual health]. *Naukovyi teoretyko-metodolohichni i prykladnyi psykholohichni zhurnal. Psykholohiia osobystosti – Scientific theoretical, methodological and applied psychological journal. Personality Psychology*, 12(1), 11–17. Retrieved from <http://lib.pnu.edu.ua:8080/handle/123456789/16374> [in Ukrainian].
- Hupalovska, V.A. (2016). Teorii ta modeli seksualnosti: Chi ye mistse dlya dukhovnosti? [Theories and models of sexuality: Is there room for spirituality?]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozhka akademiya», Seriya «Psykholohiia» – Scientific notes of the National University "Ostroh Academy". Series "Psychology"*, 3, 54–64. Retrieved from <https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/7487/1/7.pdf> [in Ukrainian].
- Yermakova, A.S. (2020). Problema seksualnoho zdorovia u suchasnomu sviti [The problem of sexual health in the modern world]. *Visnyk pislidyplomnoi osvity. Dyferentsiina spetsialna psykholohiia – Bulletin of postgraduate education. Differential Special Psychology*, 13(42), 71–84. [https://doi.org/10.32405/2522-9931-2020-13\(42\)](https://doi.org/10.32405/2522-9931-2020-13(42)) [in Ukrainian].
- Kalka, N.M., & Kuzio, L.I. (2021). Psykholohichni determinanty cholovichoї seksualnosti v suchasnomu sviti (rezultaty faktornoho analizu empiyrychnoho doslidzhennia) [Psychological determinants of male sexuality in the modern world (results of factor analysis of an empirical study)]. *Visnyk Lvivskoho derzhavnogo universytetu vnutrishnikh sprav – Bulletin of the Lviv State University of Internal Affairs*, 32, 84–88. <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.32.13> [in Ukrainian].
- Tolkunova, I.V., Hryn, O.R., Smoliar, I.I., & Holets, O.V. (2018). *Psykholohiia zdorovia liudyny [Psychology of human health]*. In I.V. Tolkunova (Ed.). Kyiv. Retrieved from <https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/22315/1/.pdf> [in Ukrainian].
- Camp, J., Vitoratou, S., & Rimes, K. (2022). The Self-Acceptance of Sexuality Inventory (SASI): Development and Validation. *Psychology of Sexual Orientation and Gender Diversity*, 9(1), 92–109. <https://doi.org/10.1037/sgd0000445>
- Da Silva, M.A., Silva, L.C., Dos Santos, A.L.S., & Alvarenga, M.A.S. (2023). Correlational and Network Perspectives About the Relationship Between Body Image and Personality in Brazilian Undergraduate Students. *Trends in Psychology. Advance online publication*, 1–19. <https://doi.org/10.1007/s43076-023-00301-y>.
- González-Pascual, J.L., Esteban-Gonzalo, S., Veiga, Ó.L., & Esteban-Gonzalo, L. (2024). Beyond femininity or masculinity: gender typologies and healthy eating in early adulthood. *European Journal of Nutrition*, 63(2), 357–364. <https://doi.org/10.1007/s00394-023-03268-9>.
- Jastrzębska, J., & Błażek, M. (2022). Questioning Gender and Sexual Identity in the Context of Self-Concept Clarity, Sense of Coherence and Value System. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10643. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710643>.
- Ollivier, R., Aston, M., Price, S., Sheppard-LeMoine, D., & Steenbeek, A. (2024). Exploring the Meaning of Sexuality, the Body, and Identity After Birth Using Feminist Poststructuralism. *Journal of Obstetric, Gynecologic & Neonatal Nursing*, 53(3), 308–316. Retrieved from <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0884217524000029>.
- Pandey, S., & Jain, S. (2022). The Impact of Sexual Awareness on the Attitude towards Sexuality in Young Adults. *International Journal for Innovative Research in Multidisciplinary Field*, 8(9), 10–24. Retrieved from <https://www.researchgate.net/publication/363539947> The Impact of Sexual Awareness on the Attitude towards Sexuality in Young Adults.
- Potki, R., Ziaei, T., Faramarzi, M., Moosazadeh, M., & Shahhosseini, Z. (2017). Bio-psycho-social factors affecting sexual self-concept: A systematic review. *Electronic Physician*, 9(9), 5172–5178. DOI: <https://doi.org/10.19082/5172>.

THE IMPACT OF HEALTHY SEXUALITY ON THE INTERPRETATION OF INFORMATION ABOUT THE SELF

Volodymyr Kazantsev

Postgraduate Student of the Department of Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

vlad.kazancev@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0007-3272-5419>

Oleksandr Malygin

Postgraduate Student of the Department of Psychology

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

iskinderm@gmail.com, <https://orcid.org/0009-0001-2182-2375>

Abstract

The article considers the theoretical analysis of the problem of the influence of an individual's healthy sexuality on the interpretation of information about the “self”. A significant stage for the psychological formation of a person as a holistic individual who accepts and understands their physiological and psychological characteristics is the development of self-perception and interpretation of their own “self” (i.e., self-concept) in the context of the genesis of sexuality as a personality trait. For a detailed study of this issue, we used such methods as analysis, systematization and synthesis of scientific literature, abstraction, induction, and deduction. As a result of the theoretical and methodological analysis, we have determined that the concept of “healthy sexuality” is an integral part of the psychosocial activity of an individual, which acts as a personal trait of the self-concept and ensuring a profound process of positive self-perception as a person endowed with sexual feelings and qualities, which, when necessary, can be expressed in building relationships with other people. The conducted analysis of the problem studied allows us to conclude that sexuality is a complex formation encompassing psychological, social, and biological factors, the interaction of which leads to its healthy or pathological development. A significant influence on the development of healthy sexuality is the sexual self-esteem of the individual, which determines the nature of the interpretation of information about the self, changing cognitive ideas of their sexual characteristics and the interpretation of their sexuality. We can see the prospects for our further research in conducting an empirical analysis in this direction, continuing to consider the issue of the influence of biopsychosocial factors on the process of healthy sexuality formation in more detail.

Keywords: sexuality, healthy sexuality, gender identity, sexual orientation, interpretation of information about the self, self-concept.

Подано 23.09.2024

Рекомендовано до друку 07.10.2024

ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ УКРАЇНСЬКОЇ МОЛОДІ В УМОВАХ НЕВИЗНАЧЕНОСТІ

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

Юлія Вовнянко

магістрантка спеціальності 053 «Психологія»
Український державний університет імені Михайла Драгоманова
01601, Україна, м. Київ, вул. Пирогова, 9
23fp.yu.vovnianko@std.udu.edu.ua

Анотація

Стаття присвячена викладенню теоретичних аспектів та результатів емпіричного дослідження психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності. Здійснено аналіз змісту поняття «умови невизначеності». Визначено, що це динамічна характеристика життєдіяльності людини, яка характеризується новими, більш ускладненими вимогами навколишнього світу, неможливістю передбачити очікувані результати рішень та наслідки власних дій, що призводить до руйнування адаптаційного бар'єру та психічної дезадаптації при умові, що у особистості сформована низька толерантність до невизначеності. Проаналізовано феномен психологічного благополуччя особистості та виявлено, що це системна якість людини, яка розвивається та затверджується у процесі її життєдіяльності. Доведено, що даний феномен проявляється у переживанні змістовної спрямованості і цінності життя загалом, як засіб досягнення внутрішніх, соціально спрямованих цілей і є умовою реалізації потенційних можливостей і здібностей. У статті представлені результати емпіричного дослідження чинників психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності. Констатовано домінування середнього рівня психологічного благополуччя у більшості респондентів. Проведений кореляційний аналіз виявив наявність негативних зв'язків між інтолерантністю до невизначеності та рівнем психологічного благополуччя, а також із загальним показником суб'єктивного благополуччя. Виявлено позитивний зв'язок між рівнем ресурсності та психологічним благополуччям, а також показником суб'єктивного благополуччя. Доведено, що важливими чинниками психологічного та суб'єктивного благополуччя є рівень толерантності до невизначеності, життєстійкості та психологічної ресурсності молоді. Запропонована концепція соціально-психологічного тренінгу для оптимізації процесу розвитку психологічного благополуччя української молоді в умовах невизначеності.

Ключові слова: психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, психологічна ресурсність, життєстійкість, толерантність до невизначеності, невизначеність.

Вступ

Наша країна зараз переживає період війни, що викликає низку важливих соціальних, психологічних, культурних, геополітичних криз. Це в свою чергу можна охарактеризувати як умови невизначеності, адже зовнішні умови нестабільні і не підлягають прогнозуванню. Особливо незахищеними від дії зовнішніх умов є діти та молодь, адже їх адаптаційні, захисні та копінг механізми психіки ще будуються та встановлюються. Саме тому проблема розвитку психологічного благополуччя набуває особливої актуальності у українській психологічній науці.

Поняття «психологічного благополуччя» розпочало своє поширення з 60-х років минулого століття. Дослідженню цього психологічного феномену присвячені роботи низки провідних зарубіжних та вітчизняних вчених. Загалом у психологічній науці благополуччя особистості розглядається як суб'єктивне самовідчуття цілісності та усвідомленості індивідом свого буття (Ryff & Keyes, 1995). Ця система сформованих особистісних якостей є одним з важливих психологічних ресурсів особистості й одночасно результатом адаптації та ефективності дії захисних та копінг механізмів людини. Але досі тривають наукові дискусії щодо змісту та структури психологічного благополуччя особистості.

На сьогодні психологічній теорії спостерігається визначення двох основних парадигм трактування феномену психологічного благополуччя (Каргіна, 2019).

Особливістю гедоністичного підходу є теоретичні та емпіричні дослідження чинників позитивних емоцій (щастя, задоволеності життям, тощо) та спрямування на емоційні та когнітивно-оцінні аспекти змісту благополуччя особистості. Суб'єктивне благополуччя у межах даного підходу виявляє два основних компоненти – «емоційне» та «когнітивне благополуччя» (Diener & Diener, 1996).

Емоційне благополуччя визначається дослідниками як сприятливий баланс між позитивними та негативними емоціями конкретно взятої людини. Когнітивне благополуччя або задоволеність життям – є когнітивною оцінкою особистістю власного життя відповідно до особистісного стандарту (внутрішньої моделі щастя, благополуччя, успіху).

Суб'єктивне благополуччя включає в себе три основні компоненти: задоволеність життям, комплекс позитивних емоцій, комплекс негативних емоцій (Diener & Diener, 1996).

Тобто важливим є суб'єктивне відчуття, що будується на сприйнятті людиною вектору та інтенсивності емоцій щодо власного життя.

Однією із важливих теорій, створених у рамках гедоністичного підходу є теорія щастя М. Seligman, який навіть описав домінуючий у масовій свідомості «голівудський ідеал» щастя, як прагнення отримати максимальну кількість задоволень у житті та прагнення людей його досягнути (Seligman, 2011). Виходячи з цього, «щастя» людина з подібними внутрішніми настановами сприймає через співвідношення категорій відповідаю/не відповідаю цьому ідеалу та наскільки мені цього достатньо.

Загалом щастя як стан задоволеності людини власним життям у гедоністичному розумінні визначається через частоту та інтенсивність позитивних емоцій. Найбільш значимими для задоволеності життям в цілому, для стану щастя є: здоров'я, наявність близьких соціальних зв'язків, задоволеність роботою, наявність вільного часу, особисті якості (самооцінка, екстраверсія, осмисленість життя), позитивні емоції (гарний настрій) (Argyle, 1987).

Евдемонічна парадигма досліджень благополуччя особистості запроваджена також зарубіжними дослідниками, зокрема С. Ryff та С. Keyes. Дослідники по-перше, визначають

психологічне благополуччя як показник позитивного функціонування особистості, а по-друге, виділяють психологічне, особистісне та соціальне благополуччя (Ryff & Keyes, 1995).

С. Ryff визначає психологічне благополуччя як складну структуру, де взаємодіють шість основних компонентів, які також визначають його актуальний рівень: самоприйняття, позитивні відносини, автономія, контроль над середовищем, цілеспрямованість життя та особистісне зростання (Ryff, 2017). Наявність сформованих структурних компонентів психологічного благополуччя у житті людини сприяє захищеності та психологічній стійкості в невизначених та несприятливих умовах. Саме таке визначення змісту та структури психологічного благополуччя буде доречним для дослідження психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності.

Також для більш глибокого розуміння результатів проведеного нами емпіричного дослідження слід окреслити поняття «умови невизначеності», як його розуміють зарубіжні та вітчизняні психологи.

У науковій спільноті прийнято вважати умови невизначеності як динамічну характеристику життєдіяльності людини. Зокрема вказується, що найбільш поширеними ознаками ситуації невизначеності є новизна, складність і суперечливість (Хілько, 2018).

На відміну від звичайних умов, в ситуаціях невизначеності, під впливом зовнішніх та внутрішніх факторів сформовані в особистості психофізіологічні й соціально-психологічні механізми більше не можуть забезпечити адекватне відображення та регулювати діяльність, в результаті чого руйнується «адаптаційний бар'єр» та виникає психічна дезадаптація (Громова, 2022). Як наслідок – інтенсивність впливу зовнішніх і внутрішніх умов на людину збільшується настільки, що виникають зміни в її стані, які можна розглядати як один з критеріїв невизначеності ситуації (Хілько, 2018).

На те, як особистість сприймає ситуації невизначеності впливають етнокультурні, соціальні, індивідуально-психологічні, статево-вікові та інші чинники, залежно від яких і обирається та чи інша стратегія поведінки суб'єкта щодо подолання ситуації невизначеності. Дуже важливою є загальна позитивна установка по відношенню до майбутнього, що підвищує, толерантність до ситуації невизначеності через позитивне переформулювання проблем, прийняття ситуації і пошук її позитивних сторін (Громова, 2022).

Тобто толерантність до невизначеності – це основна психологічна якість особистості, що впливає на життєдіяльність людини в умовах невизначеності.

Отже, дослідження психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності надасть можливість практикуючим психологам, розробити практичні технології, які допоможуть молоді ефективно адаптуватися до мінливих умов українського сьогодення. Вони будуть сприяти найбільш повному самовизначенню та самореалізації молоді, допоможуть відчувати більший рівень психологічного благополуччя, навіть в умовах кризи та невизначеності.

Метою емпіричного дослідження було визначення чинників психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності.

Основними **завданнями** проведеного емпіричного дослідження були: 1) теоретичний аналіз сучасних зарубіжних та вітчизняних досліджень з проблемних питань феномену «психологічного благополуччя»; 2) проведення емпіричного дослідження з визначення загального рівня психологічного благополуччя молоді; 3) виявлення чинників психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності.

Методи дослідження

Для реалізації мети та завдань емпіричного дослідження нами були застосовані наступні методи: теоретичний аналіз наукової літератури; емпіричні методи: «Шкала психологічного благополуччя», авт. К. Ріфф (адаптована українською мовою С. Карскановою), «Когнітивні особливості суб'єктивного благополуччя (КОСБ-3)», авт. О. Калюк, О. Савченко, «Шкала інтолерантності до невизначеності» Н. Карлетона, «Опитувальник психологічної ресурсності особистості», авт. О. Штепа; методи статистичної та математичної обробки даних, кореляційний аналіз r-Пірсона.

Вибірку емпіричного дослідження склали студенти УДУ імені Михайла Драгоманова, загальна кількість 57 осіб, віком 19-28 років.

Результати дискусії

На першому етапі емпіричного дослідження, нами було визначено рівень показників психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності за допомогою шкали Ріфф, адаптованої українською мовою С. Карскановою. Це багатовимірна модель психологічного благополуччя, що включає шість основних складових психологічного благополуччя: наявність мети в житті, позитивні відносини з іншими, особистісний ріст, управління оточенням, самоприйняття і автономія. Загальний показник психологічного благополуччя складає суму усіх шкал опитувальника і дозволяє оцінити Результати представлені на рисунку 1.

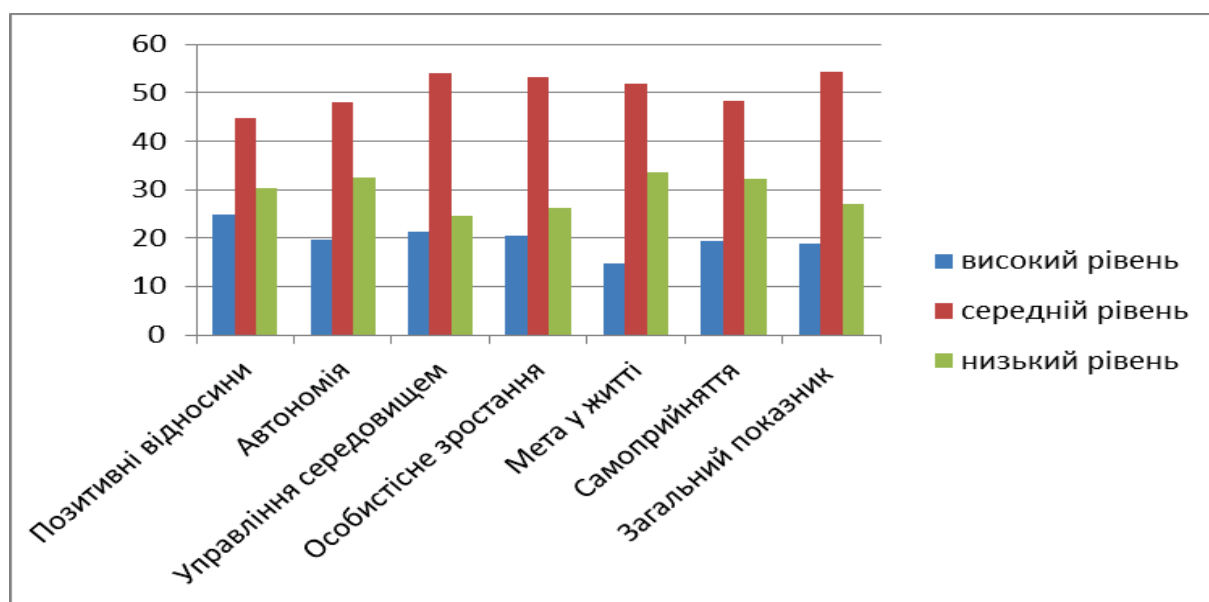


Рис. 1. Рівень показників психологічного благополуччя української молоді в умовах невизначеності, %

Нами виявлено, що більшість молодих людей в умовах невизначеності виявляють середній рівень психологічного благополуччя – 54,2%. Високий рівень психологічного благополуччя виявлено у 18,7% респондентів, а низький – у 27,1%.

На наступному етапі нами було перевірено рівень суб'єктивного благополуччя молоді за допомогою методики визначення когнітивних аспектів суб'єктивного благополуччя особистості (КОСБ-3, О. Савченко, О. Калюк).

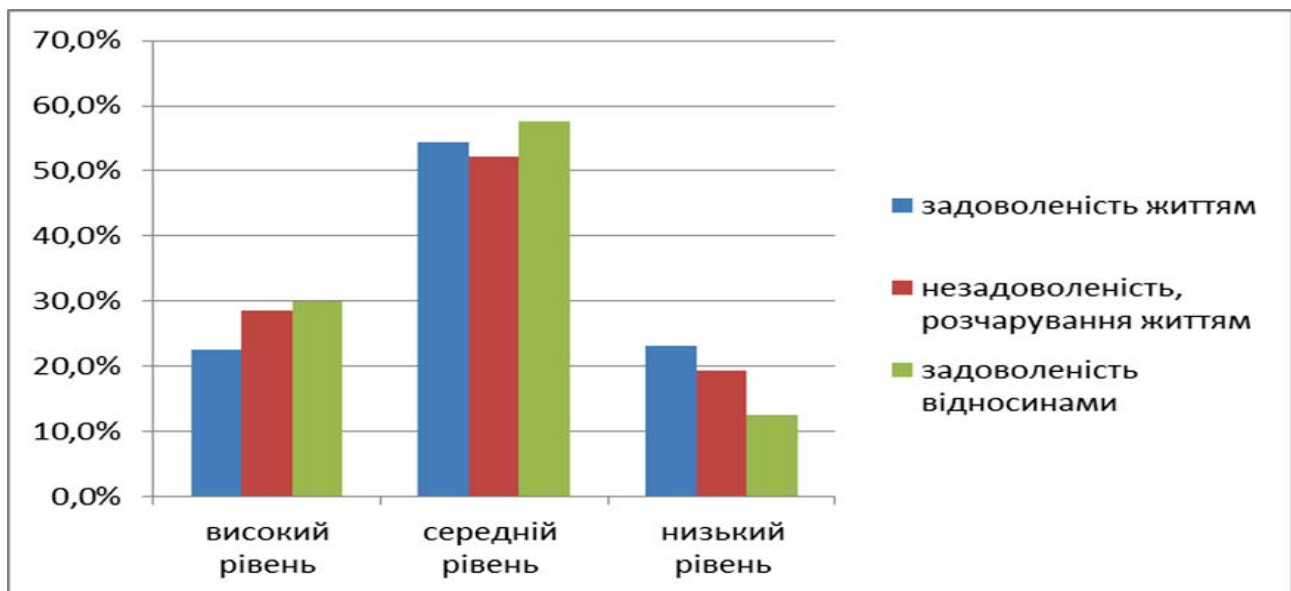


Рис. 2. Рівень суб'єктивного благополуччя молоді в умовах невизначеності, %

Як вказують автори методики, високі показники за шкалою задоволеності власним життям вказують на те, що людину влаштовує те, що відбувається у її житті і вона не бачить потреби щось змінювати. Водночас, результати та продуктивність власного життя така людина оцінює як відповідні до ідеалу, що вона собі створила. Серед респондентів, які брали участь у нашому дослідженні, високий рівень задоволеності життям виявлено у 22,5%.

Низькі показники задоволеності життям вказують на те, що людина бачить своє життя невдалим, себе оцінює як неуспішну, сфера її діяльності неприваблива для неї, а результати вона вважає низькими. Таких молодих людей у вибірці респондентів виявлено 23,2%.

Більшість молодих людей за результатами нашого дослідження виявляють середній рівень задоволеності власним життям – 54,3%.

Високі показники за шкалою незадоволеності життям виявлено у 28,6% опитаних молодих людей, середній – у 52,1%, низькі показники – у 19,3% респондентів.

Шкала задоволеності відносинами з іншими відображає відкритість, щирість та задоволеність відносинами особистості з близьким колом спілкування. Високі показники за цією шкалою говорять про те, що людина має довірливі, підтримуючі відносини з іншими людьми, з ким розділити проблеми та досягнення. Вона відкрита та щира у спілкуванні з ними, оцінює своє коло спілкування як безпечне та надійне. Високі показники за цією шкалою виявлено у 29,9% опитаних молодих людей.

Також виявлено середній рівень задоволеності власними відносинами у 57,6% молодих людей і низький – у 12,5% респондентів.

На наступному етапі нашого дослідження ми досліджували чинники психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності, зокрема рівень толерантності до невизначеності, життєстійкості та психологічної ресурсності. Також був проведений кореляційний аналіз для встановлення їх взаємозв'язків із психологічним та суб'єктивним благополуччям молоді.

Життєстійкість це досить стала система переконань про себе, про світ, про відносини зі світом, яка включає три порівняно автономних компоненти: залученість, контроль, прийняття ризику. Виразність цих компонентів і життєстійкості загалом перешкоджають

виникненню внутрішньої напруги в стресових ситуаціях з допомогою стійкого подолання стресами і сприйняття їх менш значимих. Вказані показники ми досліджували за допомогою опитувальника С. Мадді. Нами виявлено, що близько 24,7% української молоді мають високий рівень життєстійкості, а низький – близько 25,2%.

Кореляційний аналіз за методом Пірсона виявив значимий позитивний кореляційний зв'язок між сумарним показником життєстійкості та загальними показниками благополуччя молоді: із показником психологічного благополуччя ($r=0,431$, рівень значимості $p\leq 0,05$), із показником суб'єктивного благополуччя ($r=0,533$, рівень значимості $p\leq 0,01$). Можна зробити висновок про те, що життєстійкість може бути чинником психологічного та суб'єктивного благополуччя молоді в умовах невизначеності. Відповідно, для підвищення рівня психологічного благополуччя молоді необхідно оптимізувати розвиток компонентів життєстійкості: залученості, контролю та прийняття ризику.

На наступному етапі діагностики чинників психологічного благополуччя нами було досліджено рівень толерантності (інтолерантності) до невизначеності молоді в умовах невизначеності за допомогою опитувальника Н. Карлетона (IUS-12), адаптованого українською мовою (Громова, 2022).

За допомогою опитувальника нами визначено, що високий рівень толерантності до невизначеності (низький рівень інтолерантності) виявляє 18,6% опитаних респондентів, середній – 59,3%, низький рівень толерантності до невизначеності (високий - інтолерантності) виявляє 22,1% серед респондентів української молоді в умовах невизначеності.

Кореляційний аналіз виявив наявність значимих негативних кореляцій між досліджуваними показниками: між показником інтолерантності до невизначеності та загальним показником психологічного благополуччя ($r=-0,486$, рівень значимості $p\leq 0,05$), а також із загальним показником суб'єктивного благополуччя ($r=-0,528$, рівень значимості $p\leq 0,01$).

Можна зробити висновок про те, що за умови зниження рівня інтолерантності до невизначеності у молоді та підвищення рівня толерантності, рівень психологічного та суб'єктивного благополуччя також буде зростати. Такі результати потрібно враховувати при складанні програми розвитку психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності.

На наступному етапі діагностики було виявлено особливості та рівень ресурсності молоді в умовах невизначеності за опитувальником ОПРО О. Штепи. (Рис.3)

За усіма показниками шкал опитувальника, українська молодь в умовах невизначеності виявляє середній рівень (4-6 стенів). Найбільші показники у опитаних молодих людей за шкалами прагнення до мудрості, успіх та знання власних ресурсів. Діагностика також виявила, що 17,4% опитаних молодих людей виявляє високий рівень психологічної ресурсності, 57,73% - середній, а 24,83% - низький. Даний показник складається із показників шкал «знання власних ресурсів», «вміння використовувати власні ресурси» та шкали «вміння оновлювати власні ресурси».

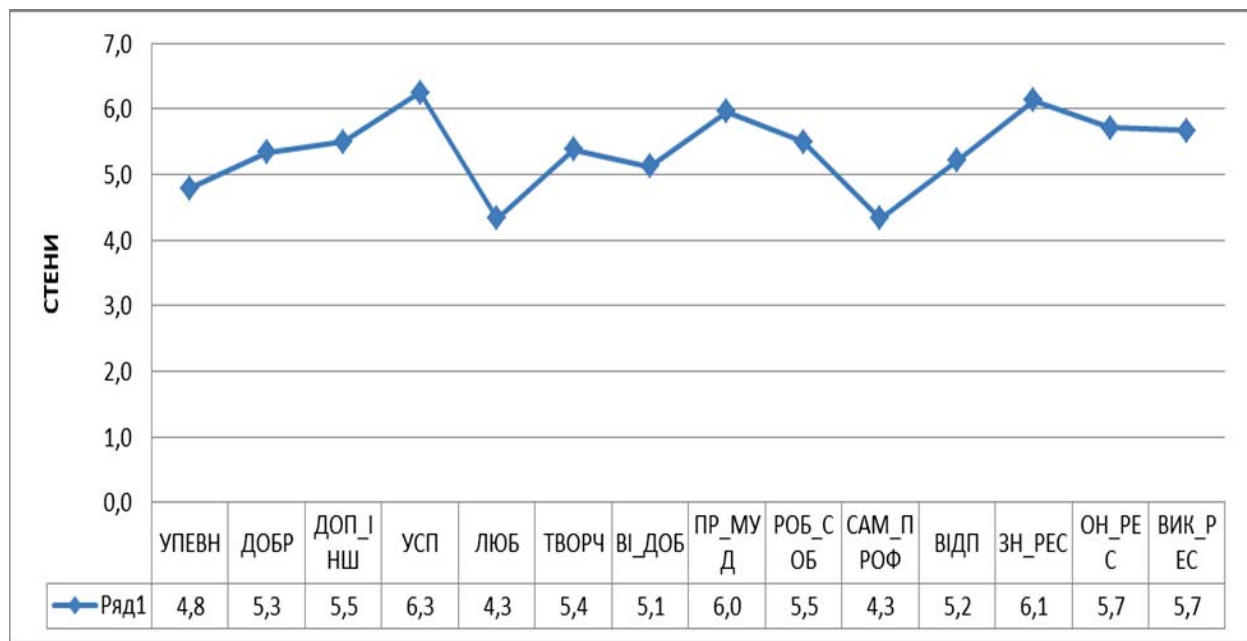


Рис. 3. Загальний рівень психологічної ресурсності молоді в умовах невизначеності

Умовні позначення: УПЕВН – упевненість у собі, ДОБР – доброта до людей, ДОП_ІНШ – допомога іншим, УСП – успіх, ЛЮБ – любов, ТВОРЧ – творчість, ВІ_ДОБ – віра у добро, ПР_МУ – прагнення до мудрості, РОБ_СОБ – робота над собою, САМ_ПРОФ – самореалізація у професії, ВІДП – відповідальність, ЗН_РЕС – знання власних ресурсів, ОН_РЕС – вміння оновлювати ресурси, ВИК_РЕС – вміння використовувати, вміщувати власні ресурси.

Пошук значимих кореляцій між показниками психологічної ресурсності та благополуччя української молоді в умовах невизначеності виявив додатний кореляційний зв'язок між показником ресурсності та психологічним благополуччям ($r=0,558$, рівень значимості $p \leq 0,01$), а також показником суб'єктивного благополуччя ($r=0,562$, рівень значимості $p \leq 0,01$).

Можемо зробити висновок про те, що психологічна ресурсність є чинником психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності та за умови її підвищення та розвитку, як психологічне, так і суб'єктивне благополуччя молоді також буде підвищуватися. Потрібно враховувати отримані результати при складанні корекційно-розвивальної програми для молоді.

Висновки

Таким чином, за результатами проведеного дослідження чинників психологічного благополуччя молоді в умовах невизначеності можна зробити висновок про те, що більшість респондентів виявляють середній рівень психологічного благополуччя та його чинників: психологічної ресурсності, життєстійкості та інтолерантності до невизначеності. Тому на наш погляд, необхідно розробити методи розвитку психологічного благополуччя та його передумов.

Вказані чинники психологічного благополуччя не можливо розвивати стихійно та ситуативно – це повинен бути цілеспрямований організований процес соціально-психологічного навчання.

Перспективним напрямком подальших досліджень є розширення концепції описаної психологічної програми розвитку психологічного благополуччя молоді через розвиток визначених чинників, апробування її та представлення отриманих результатів науковій спільності.

Література

1. Громова, Г.М. (2022). Толерантність до невизначеності як чинник трансформації травматичного досвіду особистості. (Дис. докт. філософії). Київ.
2. Каргіна, Н.В. (2019). Гедоністичне та евдемоністичне розуміння психологічного благополуччя: переваги та недоліки. *Теорія і практика сучасної психології*, 4(1), 27–33.
3. Коваленко, В.С. (2017). Психологічне благополуччя як складник психологічного здоров'я людини: теоретичні підходи та емпіричні дослідження в закордонній психології. *Вісник Одеського національного університету. Психологія*, 3(45), 40–50.
4. Хілько, С.О. (2018). Психологічні умови формування толерантності до невизначеності у майбутніх психологів. (Автореф. дис. канд. психол. наук). Київ.
5. Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. London; New York: Methuen & Co. Ltd.
6. Diener, E., Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7, 181–185.
7. Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425.
8. Heintzelman, S.J., & Diener, E. (2018). Subjective well-being, social interpretation, and relationship thriving. *Journal of Research in Personality*, 78, 93–105. Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/329083016_Subjective_Well-Being_Social_Interpretation_and_Relationship_Thriving
9. Lyubomirsky, S., Sheldon, K.M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: the architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111–131. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.11>
10. Norton, R.W. (2002). Measurement of ambiguity tolerance. *Journal of Personality Assessment*, 39(6), 607–619.
11. McLain, D.L. (2009). Evidence of the Properties of an Ambiguity Tolerance Measure: The Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance Scale–II (MSTAT–II). *Psychological Reports*, 105(3), 975–988.
12. Ryff, C. (2017). Eudaimonic well-being, inequality, and health: Recent findings and future directions. *International Review of Economics*, 64, 159–178. <https://doi.org/10.1007/s12232-017-0277-4>
13. Ryff, C.D., & Keyes C.L. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719–731.
14. Seligman, M. (2011). Doing the Right Thing: Measuring Well Being for Public Policy. *International Journal of Wellbeing*, 1(1), 79–106. <http://dx.doi.org/10.5502/ijw.v1i1.15>

References

1. Hromova, H.M. (2022). Tolerantnist do nevyznachenosti yak chynnyk transformatsii travmatychnoho dosvidu osobystosti [Tolerance to Uncertainty as a Factor in the Transformation of Personal Traumatic Experience]. *Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
2. Karhina, N.V. (2019). Hedonistychne ta evdemonistychne rozuminnia psykhologichnoho blahopoluchchia: perevahy ta nedoliky [Hedonistic and Eudaimonic Understanding of

- Psychological Well-being: Advantages and Disadvantages]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii – Theory and Practice of Modern Psychology*, 4(1), 27–33 [in Ukrainian].
3. Kovalenko, V.S. (2017). Psykholohichne blahopoluchchia yak skladnyk psykholohichnoho zdorovia liudyny: teoretychni pidkhody ta empirychni doslidzhennia v zakordonnii psykholohii [Psychological Well-being as a Component of Psychological Health: Theoretical Approaches and Empirical Research in Foreign Psychology]. *Visnyk Odeskoho natsionalnoho universytetu. Psykholohiia – Bulletin of Odessa National University. Psychology*, 3(45), 40–50 [in Ukrainian].
 4. Khilko, S.O. (2018). Psykholohichni umovy formuvannia tolerantnosti do nevyznachenosti u maibutnikh psykholohiv [Psychological Conditions for the Formation of Tolerance to Uncertainty in Future Psychologists]. *Extended abstract of Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
 5. Argyle, M. (1987). *The psychology of happiness*. London; New York : Methuen & Co. Ltd.
 6. Diener, E., & Diener, C. (1996). Most people are happy. *Psychological Science*, 7, 181–185.
 7. Diener, E., Oishi, S., & Lucas, R.E. (2003). Personality, Culture, and Subjective Well-Being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403–425.
 8. Heintzelman, S.J., & Diener, E. (2018). Subjective well-being, social interpretation, and relationship thriving. *Journal of Research in Personality*, 78, 93–105. Режим доступу: https://www.researchgate.net/publication/329083016_Subjective_Well-Being_Social_Interpretation_and_Relationship_Thriving
 9. Lyubomirsky, S., Sheldon, K.M., & Schkade, D. (2005). Pursuing happiness: the architecture of sustainable change. *Review of General Psychology*, 9(2), 111–131. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.9.2.11>
 10. Norton, R.W. (2002). Measurement of ambiguity tolerance. *Journal of Personality Assessment*, 39(6), 607–619.
 11. McLain, D.L. (2009). Evidence of the Properties of an Ambiguity Tolerance Measure: The Multiple Stimulus Types Ambiguity Tolerance Scale–II (MSTAT–II). *Psychological Reports*, 105(3), 975–988.
 12. Ryff, C. (2017). Eudaimonic well-being, inequality, and health: Recent findings and future directions. *International Review of Economics*, 64, 159–178. <https://doi.org/10.1007/s12232-017-0277-4>
 13. Ryff, C.D., & Keyes C.L. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719–731.
 14. Seligman, M. (2011). Doing the Right Thing: Measuring Well Being for Public Policy. *International Journal of Wellbeing*, 1(1), 79–106. <http://dx.doi.org/10.5502/ijw.v1i1.15>

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF UKRAINIAN YOUTH IN CONDITIONS OF UNCERTAINTY

Roman Popeliushko

Doctor of Psychological Sciences,

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>

Julia Vovnyanko

Master's Degree Student, Specialty 053 «Psychology»

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

23fp.yu.vovnyanko@std.udu.edu.ua

Abstract

The article is focused on the presentation of theoretical aspects and results of an empirical study on the psychological well-being of young people in conditions of uncertainty. The content analysis of the concept of “conditions of uncertainty” was carried out and it was determined that the dynamic characteristics of human life, characterized by new, more complicated requirements of the surrounding world, the impossibility to predict the expected results of decisions and the consequences of one’s own actions that leads to the destruction of the adaptation barrier and mental maladaptation under the condition, provided that the individual has a low tolerance for uncertainty. The phenomenon of psychological well-being of the individual is analyzed. It is defined that this is a systemic quality of a person that develops and is confirmed in the course of their life activities, manifested in the experience of a meaningful direction and value of life in general as a means of achieving internal, socially oriented goals and is a condition for the realization of potential opportunities and abilities. The main goal of the empirical study described in the article is to determine the factors of psychological well-being of youth in conditions of uncertainty. The objectives of the empirical study in the article are the development and analysis of the empirical research results; identifying the level and factors of psychological well-being of youth in conditions of uncertainty. The empirical study of the factors of psychological well-being of young people in conditions of uncertainty and the conclusion that important factors of psychological and subjective well-being are the level of tolerance to uncertainty, vitality and psychological resourcefulness of young people. The results and conclusions of the empirical research presented in the article can be used for scientific and practical purposes, in psychological work with young people, in the activities of practical psychologists of crisis centers and universities.

Keywords: psychological well-being, subjective well-being, psychological resourcefulness, resilience, uncertainty tolerance, uncertainty.

Подано 27.08.2024

Рекомендовано до друку 12.09.2024

УДК 159.942

[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25\(70\).05](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25(70).05)

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СХИЛЬНОСТІ ДО ЕМОЦІЙНОЇ ЗАЛЕЖНОСТІ ОСОБИСТОСТІ ДОРΟΣЛОГО 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.p.popeliushko@udu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-1227-1292>

Крістіна Грицаненко

магістрантка спеціальності 053 «Психологія»

Український державний університет імені Михайла Драгоманова

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

23fp.k.hrytsanenko@std.udu.edu.ua

Анотація

Стаття детально досліджує психологічні особливості схильності до емоційної залежності особистості дорослого віку. Основну увагу зосереджено на ключовій ролі емоційної залежності у психологічному функціонуванні дорослих осіб, розкрито його глибокий вплив на різноманітні аспекти якості життя особистості. Розглянуто ключові компоненти, такі як: відчуття власних емоцій, використання стратегій саморегуляції, емпатійні прояви та рівень самооцінки. Досліджено різноманітні чинники, що впливають на розвиток емоційної залежності у дорослому віці, включаючи міжособистісну взаємодію, сімейне виховання, індивідуальні особливості дорослої особистості. Особливого значення проблема емоційної залежності набуває в дорослому віці, коли особистість, зазвичай, повинна досягти певного рівня емоційної автономії та самостійності. Відсутність емоційної самостійності може призводити до виникнення співзалежних відносин, що ускладнює розвиток здорових і зрілих міжособистісних зв'язків. У дослідженні цієї проблеми важливу роль відіграють питання виявлення психологічних чинників, що сприяють схильності до емоційної залежності в дорослому віці. Вивчення цих аспектів є актуальним для психологічної науки, оскільки дозволяє глибше зрозуміти механізми розвитку залежних стосунків, а також сприяти розробці ефективних психологічних стратегій їх подолання. В загальному розумінні, дане дослідження, не лише збагачує розуміння емоційної залежності у дорослому віці, але й підкреслює його ключову роль у формуванні індивідуального благополуччя та соціальної динаміки. Шляхом подальшого дослідження та застосування цих знань є робота над створенням способів психокорекції, які будуть сприяти розвитку способів зниження рівня емоційної залежності, сприяючи більшій емоційній стійкості. Висновки статті можуть бути корисними для дослідників, практикуючих психологів та всіх, хто цікавиться питаннями психології, емоційної залежності.

Ключові слова: емоційна залежність, дорослий вік, розвиток, психологічне функціонування, якість життя, емоційна стабільність.

Вступ

На сьогоднішній день проблема вивчення психологічних особливостей осіб, які мають порушення здоров'я, складнощі адаптації, залежність, несприятливу сімейну ситуацію, є досить актуальною. Порушення психологічної адаптації та психологічного здоров'я можна помітити не тільки у людей, які є безпосередніми учасниками травмуючих подій, які мають захворювання або ж залежну поведінку поведінки, а й у членів їхніх родин.

Проблемою залежної поведінки займався ряд вітчизняних та зарубіжних психологів, явище співзалежності та емоційної залежності активно розглядалося сучасними вітчизняними і зарубіжними авторами: М. Жидко, Н. Капталан, Г. Коцюба, В. Крамченкова, М. Короленко, В. Москаленко, Н. Манухіна, Б. Бекнел, М. Бітті, Б. Уайнхолд, Дж. Уайнохолд, та інші.

Теоретичні засади поняття емоційної залежності можуть базуватися на різних психологічних теоріях.

Згідно з психодинамічною теорією, емоційна залежність може виникати через перенесення дитячих стосунків з батьками на доросле життя. Наприклад, якщо дитина була занадто сильно зв'язана з матір'ю або батьком, вона може розвинути емоційну залежність від інших людей у подальшому житті (Бондаревська, 2019).

Згідно теорією прив'язаності Боулбі, тип прив'язаності, який формується в дитини з батьками впливає на формування її зав'язків в майбутньому. Боулбі підкреслював, що потреба у близькості зі значущими людьми зберігається протягом усього життя. Так, емоційна залежність може виникати в результаті нестабільних або непевних, прикріплених стосунків у дитинстві. Якщо дитина не отримувала достатньої підтримки або не була відповідно зв'язана з батьками, вона може розвинути емоційну залежність в подальшому житті (Фоміна, 2023).

Порушення в сімейному функціонуванні формуються впродовж певного періоду часу, тоді як психологічний зміст його вказує на характер і тип порушення фізичного та психічного здоров'я. У порівнянні емоційної залежності з хімічними адикціями, можна сказати, що емоційна залежність не має таких яскравих виявів. Разом з тим, вона є такою ж небезпечною, як і хімічна. Емоційна залежність є однією з соціально прийнятних форм нехімічних залежностей, де основним об'єктом виступають міжособистісні взаємини.

Таким чином, емоційна залежність в психології відноситься до явища, коли одна людина стає надмірно залежною від емоційного стану або підтримки іншої людини, ситуації чи навіть певних подій. Це може виявлятися у формі інтенсивної прив'язаності, потреби в постійному підтвердженні або увазі, а також в надмірній чутливості до емоційних сигналів іншої людини. Дослідження цього явища в психології допомагає розуміти його механізми, наслідки та способи подолання. Це може включати розвиток навичок самопідтримки, здорових міжособистісних механізмів та психотерапевтичні підходи для тих, хто страждає від надмірної емоційної залежності.

Соціально-психологічні чинники грають значну роль у формуванні емоційної залежності. Вони включають в себе різноманітні аспекти, які взаємодіють із соціальним оточенням та психологічними особливостями особистості. Емоційна залежність є складним явищем, що формується під впливом різноманітних чинників. Розуміння цих чинників допомагає краще усвідомити природу емоційної залежності та розвинути ефективні стратегії управління нею для збереження психічного здоров'я та підтримки позитивних міжособистісних відносин.

Міжособистісна емоційна залежність, як розлад поведінки та стосунків, відноситься до розладу особистості залежного типу (за МКХ-10: F60.7), також відомого як залежна особистість.

Мета дослідження полягає в аналізі наукових джерел, в яких висвітлено психологічні особливості схильності до емоційної залежності особистості дорослого віку.

Завдання дослідження: 1) здійснити теоретичний аналіз проблеми емоційної залежності особистостей дорослого віку; 2) проаналізувати сучасні психологічні дослідження чинників емоційної залежності особистості.

Методи дослідження

Для здійснення теоретичного аналізу психологічних особливостей схильності до емоційної залежності особистості дорослого віку було застосовано низку теоретичних методів, зокрема, аналіз, систематизація, індукція, синтез, дедукція, пояснення, узагальнення даних теоретичних та експериментальних досліджень.

Результати та дискусії

Залежність є однією з основних емоційних переживань людини, яка відіграє важливу роль у її психічному житті. В межах психічної норми існує широкий спектр форм залежності, як-от між батьками й дітьми, подружжям, членами команди в бізнесі або спорті, учнями й учителями тощо. Однак, коли психологічна залежність стає патологічною, людина втрачає здатність до критичного мислення, починає підпорядковувати своє життя цінностям однієї авторитетної особи чи групи, що призводить до руйнування важливих сімейних і соціальних зв'язків.

Емоційна залежність є важливим аспектом психології міжособистісних відносин, який впливає на психічне здоров'я та якість життя людини, зумовлюючи емоційний стан, здатність до адаптації, стресостійкість та загальне задоволення життям. Це явище стосується не лише взаємин у романтичних стосунках, а й в усіх сферах міжособистісної взаємодії. Особистості, схильні до емоційної залежності, мають певні характеристики та особливості, які сприяють цьому явищу.

Психоаналітики вважають, що в основі залежної поведінки лежить не стільки імпульс до саморуйнування, скільки недостатня інтерналізація батьківських фігур, що призводить до порушення здатності до самозахисту.

Емоційна залежність є складним та динамічним поняттям, що вивчається у психології та психіатрії. Це явище відображає тісний зв'язок між емоціями та міжособистісними відносинами, де одна особа стає великою мірою залежною від емоційної підтримки та взаємодії з іншою особою. Емоційна залежність може мати як позитивні, так і негативні аспекти, залежно від контексту та індивідуальних особливостей.

За П. Мація, емоційна залежність – це стан, коли особа стає емоційно залежною від іншої особи, ситуації або дії. Це може виявлятися в тому, що людина відчуває сильні емоції у відповідь на певні стимули або взаємодії, а також у тому, що її емоційний стан значно залежить від того, як діють зовнішні чинники (Масія, 2022).

На думку С. Епштейна, важливе значення у виникненні емоційної залежності належить базисним переконанням. Будучи стійкими, латентними уявленнями індивіда про себе, інших людей, оточуючий світ, вони впливають на його психоемоційний стан і поведінкові прояви (Epstein, 1997).

Відповідно до теорії С. Епштейна, на основі особистого досвіду конструюється імпліцитно «теорія реальності», що включає два основні блоки: теорію власного «Я» і теорію навколишнього світу, а також репрезентації відносин між «Я» зі світом. Латентні (імпліцитні) переконання формуються в результаті узагальнення особистістю емоційно значимого досвіду і проявляються в поведінці людини на дораціональному рівні, передуючи довільному осмисленню. На базові переконання особистості істотно впливає дитячий психотравмуючий досвід (Epstein, 1997).

На думку Weinhold B. & Weinhold J., передумовами для формування емоційної залежності в дорослому віці є незавершені основні процеси розвитку дитинства. Так, згідно уявлень вчених, дитина в перший рік свого життя має відчувати міцний зв'язок з матір'ю, а у віці від двох до трьох років має психологічно відокремитись від матері для дослідження навколишнього світу, покладаючись на власні внутрішні сили. При таких умовах, дитина розвиває почуття власного «Я», бере на себе відповідальність за свої дії та поведінку, вчиться керувати своїми агресивними імпульсами та справлятися з відчуттями страху й тривоги. Якщо дитина не успішно завершує зазначені процеси, в дорослому віці вона буде шукати емоційно залежні відносини, несвідомою метою яких буде прагнення відчутти надійний зв'язок (Weinhold & Weinhold, 2008).

Виникнення психологічної залежності в дитячому віці може бути обумовлено некомпетентністю батьків, незнанням психологічних особливостей дитини, бажанням «створити собі дуже зручну дитину» або «дуже щасливу дитину». Це часто проявляється у вигляді далекозорості, гальмування будь-якої ініціативи і регуляції волі у сина чи доньки.

А. Широка та І. Брух у своєму дослідженні впливу несприятливого дитячого досвіду (НДД) та ранніх дисфункційних схем (РДС) не виявили значущих зв'язків між НДД та емоційною залежністю. В результаті дослідження було виявлено, що пережиті в дитинстві такі схеми як емоційне занедбання та емоційне кривдження мають значний вплив на формування емоційної залежності в дорослому віці (Широка & Брух, 2021).

У своєму дослідженні специфіки розвитку емоційної залежності М. Мілушина розглядає медичний підхід та порівнює етапи психологічного укорінення емоційної залежності в структурі особистості з хімічною залежністю. В результаті, вчена описала 5 етапів розвитку залежної поведінки:

- на першому етапі, процес відбувається на емоційному рівні, супроводжується інтенсивними змінами психічного стану, яскравістю переживань радості, піднесеного настрою, емоційного підйому, формується розуміння доступності засобів зміни психічного стану. Групою ризику з ймовірного розвитку залежності і співзалежності є люди з низькими адаптивними можливостями, постійно невдоволенні собою, життям і оточенням;

- на другому етапі визначається певна послідовність, фіксується збільшення частоти проявів залежної поведінки, чим глибше особистість відчуває негативні емоції, тривогу, психологічний дискомфорт, тим швидшим стає темп формування емоційної залежності;

- на наступному етапі виникає стійке відчуття, що емоційна залежність є звичним типом реагування;

- на четвертому етапі залежна поведінка починає домінувати над особистістю, при цьому сама залежність не приносить задоволення, відбувається ізоляція від суспільства;

- врешті-решт, залежність переростає в катастрофу, відбувається руйнування психіки, погіршується фізичний стан, внаслідок великого об'єму стресу та тривоги, можуть розвинути захворювання серцево-судинної та нервової системи (Мілушина, 2014).

На пізніх стадіях емоційної залежності корекція може бути значно ускладнена або навіть неможлива. Однак, якщо залежність перебуває на ранніх етапах, сучасні методи лікування демонструють високу ефективність у подоланні цього стану.

Разом з тим, М. Жидко зазначає, що дотепер немає чіткого розуміння механізмів формування залежної поведінки. Автори, які вивчають хімічні адикції наголошують на наявності нейрохімічних і нейрофізіологічних механізмів. В той час як дослідники психологічної моделі адикції схиляються до наявності особистісних механізмів формування залежності (Жидко, 2006).

Ця невідповідність у поглядах стосується і критеріїв емоційної залежності, оскільки кожен дослідник створює їх, виходячи з результатів свого індивідуального вивчення феномену в межах конкретної специфіки.

Психологічні дослідження свідчать, що емоційна залежність у певній мірі характерна для багатьох людей, і лише невелика частина цих людей розуміє вплив взаємозалежності на особистісний розвиток і життя. Проте, більшість часто не розуміють, що можна вжити будь-яких заходів для зменшення або подолання емоційної залежності.

Важливо зазначити, що будь-які значущі стосунки неминуче створюють емоційну залежність, оскільки люди повинні пристосовуватися до способу життя, звичок, потреб і емоційного стану опонента. Однак у зрілих і конструктивних стосунках завжди є простір для усвідомлення власних потреб та досягнення особистих цілей. Особистісний ріст і досягнення мети гармонійно поєднуються зі стосунками. Я. Вітко описує цей тип зв'язку як взаємозалежний, усвідомлений, стабільний та кооперативний (Вітко, 2023).

В результаті аналізу теорій формування емоційної залежності та основних індикаторів формування співзалежних особистостей, було сформовано основні ознаки емоційної залежності в особистості:

- 1) відчуття постійної залежності від інших як в рамках відносин з партнером, так поза ними (Жидко, 2006);
- 2) емоційно залежна людина присвячує непропорційно багату часу та турботи об'єкту своєї залежності, ігноруючи власні потреби;
- 3) низька самооцінка в емоційно залежної людини провокує самокритику, а іноді неприязнь до себе;
- 4) потреба в постійному схваленні провокує нездатність прийняття власних рішень;
- 5) емоційно залежна людина не має власних кордонів та не відстоює свою думку (Коваленко & Самара, 2022);
- 6) не має розуміння власних психологічних кордонів, що дозволяє іншим постійно порушувати її особистісні межі, спричиняючи болючі переживання;
- 7) в свідомості емоційно залежної особистості домінує страх самотності;
- 8) людина з емоційною залежністю часто відчуває тривогу;
- 9) має постійне почуття провини;
- 10) часто поводить себе як жертва, не беручи відповідальність за свої стани та дії на себе;
- 11) низка життєва енергія, можливі депресивні стани;
- 12) через несформовану емоційну стабільність, такі люди не спроможні задовольнити свої емоційні потреби, тому вони шукають партнера, який зможе подарувати їм відчуття щастя (Weinhold & Weinhold, 2008);
- 13) у таких людей спостерігається дисфункцій перфекціонізм;

- 14) раптові емоційні перепади;
- 15) соціальна ізоляція для повного присвячення себе об'єкту залежності (Момеїє at al., 2022).

В сьогоденнішому суспільстві емоційна залежність сприймається позитивно, адже зовні вона не виглядає загрозливо. Люди бачать лише закохану людину, яка турбується про свого партнера, радиться перед прийняттям рішень, готова прощати свого партнера. Постійне відчуття тривоги та низька самооцінка в емоційно залежній людині часто викликають почуття ревності до партнера, що провокує конфліктні ситуації у взаємовідносинах і, як наслідок, посилюють страх самотності, тривогу та почуття провини. Разом з тим, в нашому суспільстві, ревності вважаються одним із проявів кохання, тому зовнішні прояви емоційної залежності сприймаються як щось позитивне та не викликають занепокоєння.

Важливо відзначити, що окрім психоемоційного виснаження в результаті постійного знаходження в стані тривоги через переживання негативних емоцій та фантазій, емоційно залежна людина може довгий час знаходитись в насильницьких стосунках. Через страх самотності, низьку життєву енергію та низьку самооцінку емоційно залежні люди часто не мають сил вийти з насильницьких стосунків. В таких стосунках емоційна залежність виступає як один із факторів тривалості насильницьких стосунків. При цьому, через постійні почуття провини та меншовартості, схильності до дисфункційного перфекціонізму, емоційно залежна людина сприймає насильницькі дії від партнера як справедливе покарання за свою неідеальність (Момеїє at al., 2022).

Хоча емоційна залежність є проблемою як для чоловіків, так і для жінок, її прояви та наслідки можуть відрізнятись. Чоловіки частіше заперечують свою залежність і звертаються за допомогою на пізніх стадіях, коли проблема вже стала серйозною. Це пов'язано з тим, що суспільство має більш суворі очікування щодо емоційної виразності чоловіків. У результаті, емоційна залежність у чоловіків може мати більш руйнівні наслідки для їхнього психічного здоров'я та відносин (Жидко, 2006).

Дослідники О. Коваленко та О. Самара виявили, що люди з високим та середнім рівнем емоційної залежності не мають інформації щодо впливу залежності на якість їх життя та можливі інструменти впливу для покращення свого стану в майбутньому. Емоційна залежність складно розпізнається, не ототожнюється з хворобливим станом, тому в психотерапевтичному запиті часто спотворюється та не визначається через велику кількість захисних механізмів (Коваленко & Самара, 2022).

О. Строяновська виділяє необхідність проведення просвітницьких заходів, виконання самостійних практичних вправ та тривалої індивідуальної психоконсультативної роботи, як однієї із провідних психотехнік для подолання емоційної залежності (Строяновська, 2020). Аналіз основних ознак емоційної залежності дозволяє нам зробити висновок про важливість сприяння майбутнім дослідженням емоційної залежності, про необхідність проведення просвітницької діяльності щодо можливих симптомів та проявів емоційної залежності як для населення, так і для практикуючих психологів.

Висновки

В ході теоретичного аналізу психологічних особливостей схильності до емоційної залежності особистості дорослого віку, було виявлено, що емоційна залежність є складним і важливим аспектом міжособистісних відносин, який впливає на психічне здоров'я та

загальний емоційний стан людини. Дослідження в цій області допомагає краще зрозуміти природу та механізми цього явища, а також розвивати ефективні підходи до його управління. Загалом, дослідження емоційної залежності є важливим напрямком в психології, яке сприяє підвищенню розуміння людської поведінки та психічного здоров'я, а також розвитку ефективних стратегій управління емоціями та міжособистісними відносинами.

Особистість, схильна до емоційної залежності, часто характеризується низькою самооцінкою, страхом вигнання, потребою у визнанні та підтвердженні, постійною потребою в увазі та підтримці, а також неспроможністю до самостійності. Ці характеристики можуть впливати на якість міжособистісних відносин та загальне психічне благополуччя особистості.

Перспективним напрямком подальших досліджень питання психологічних особливостей схильності до емоційної залежності особистості дорослого віку вбачається в поглибленому теоретичному та емпіричному вивченні, а також в розробці методів психологічної корекції, спрямованих на зменшення схильності до емоційної залежності.

Література

1. Бондаревська, Л.Л. (2019). Феномен значущих переживань у контексті психодинамічної теорії. Т.С. Яценко (Ред.), *Наукова школа академіка НАПН України Тамари Яценко: колективна монографія* (с. 203–208). Дніпро : Інновація. Режим доступу: https://yacenkots.com.ua/wp-content/uploads/2020/04/Monografiya-06_05.pdf
2. Вітко, Я. Ю. (2023). Теоретичний аналіз психологічних меж особистості схильної до емоційної залежності. II Міжнародна науково-практична конференція «Modern problems of science, education and society» (м. Київ, 24-26 квітня 2023), (с. 659–665). Режим доступу: <https://sci-conf.com.ua/ii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-modern-problems-of-science-education-and-society-24-26-04-2023-kiyiv-ukrayina-arhiv/>
3. Жидко, М.С. (2006) Особистісні чинники формування відносин подружньої співзалежності у чоловіків. (Автореф. дис. канд. психол. наук). Харків.
4. Коваленко, О.І., & Самара, О.Є. (2022). Емоційна залежність особистість як проблема сучасної психології. *Науковий журнал з соціології та психології «Габітус»*, 22, 178–181. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.30>
5. Мілушина, М.О. (2014). Специфіка динамічних проявів розвитку співзалежності. *Актуальні проблеми психології*, 7(37), 135–143. Режим доступу: <http://appspsychology.org.ua/data/jm/v7/i37/17.pdf>
6. Строяновська, О. (2020). Вплив профілактики та психокорекції емоційної залежності майбутніх психологів на формування їх психологічної культури. Л.В. Помиткіна & О.М. Ічанська (Ред.), *Індивідуальність у психологічних вимірах спільнот та професій: збірник наукових праць* (с. 246–253). Київ: ТОВ «Альфа-ППК».
7. Epstein, R. (1997). Skinner as self-manager. *Journal of Applied Behavior Analysis*, 30(3), 545–568.
8. Macía, P., et al. (2022). Mediating role of intimate partner violence between emotional dependence and addictive behaviours in adolescents. *Frontiers in Psychology*, 13, 117.
9. Momeñe, J., Estévez, A., Etxaburu N., María, A., Pérez-García, & Maguregi, A. (2022). Emotional dependence on the aggressor partner and its relationship to social anxiety, fear of negative evaluation and dysfunctional perfectionism. *Behavioral Psychology*, 30(1), 51–68. <https://doi.org/10.51668/bp.8322103n>
10. Weinhold, B.K., & Weinhold, J.B. (2008). *Breaking Free of the Co-Dependency Trap*. Navato, California : New World Library

References

1. Bondarevska, L.L. (2019). Fenomen znachushchyykh perezhyvann u konteksti psykhdynamichnoi teorii. [The phenomenon of meaningful experiences in the context of psychodynamic theory]. In T.S. Yatsenko (Ed.), *Naukova shkola akademika NAPN Ukrainy Tamary Yatsenko: kolektyvna monohrafiia – Tamara Yatsenko Scientific School of Academician of the National Academy of Sciences of Ukraine* (pp. 203–208). Dnipro : Innovatsiia. Retrieved from https://yacenkots.com.ua/wp-content/uploads/2020/04/Monografiya-06_05.pdf [in Ukrainian].
2. Vitko, Ya.Yu. (2023). Teoretychnyi analiz psykholohichnykh mezh osobystosti skhylnoi do emotsiinoi zalezhnosti [Theoretical analysis of the psychological limits of a person prone to emotional dependence]. *II Mizhnarodna naukovo-praktychna konferentsiia «Modern problems of science, education and society» – II International Scientific and Practical Conference «Modern problems of science, education and society» (Kyiv, April 24-26, 2023)*, (pp. 659–665). Retrieved from <https://sci-conf.com.ua/ii-mizhnarodna-naukovo-praktichna-konferentsiya-modern-problems-of-science-education-and-society-24-26-04-2023-kiyiv-ukrayina-arhiv/> [in Ukrainian].
3. Zhydko, M.Ie. (2006) Osobystisni chynnyky formuvannia vidnosyn podruznoi spivzalezhnosti u cholovikiv [Personal factors in the formation of marital codependence in men]. *Extended abstract of Candidate's thesis*. Kharkiv. [in Ukrainian].
4. Kovalenko, O.I., & Samara, O.Ye. (2022). Emotsiina zalezhnist osobystist yak problema suchasnoi psykholohii [Emotional dependence of personality as a problem of modern psychology]. *Naykovyi zurnal z sociolohii ta psiholohii «Habitus» – Scientific journal of sociology and psychology «Habitus», 22*, 178–181. <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2022.42.30> [in Ukrainian].
5. Milushyna, M.O. (2014). Spetsyfika dynamichnykh proiaviv rozvytku spivzalezhnosti [The specificity of dynamic manifestations of the development of codependency]. *Aktualni problemy psykholohii – Current problems of psychology, 7(37)*, 135–143. Retrieved from <http://appspsychology.org.ua/data/jrn/v7/i37/17.pdf> [in Ukrainian].
6. Stroianovska O. (2020). Vplyv profilaktyky ta psykhhokoretsii emotsiinoi zalezhnosti maibutnikh psykholohiv na formuvannia yikh psykholohichnoi kultury [The influence of prevention and psychocorrection of emotional dependence of future psychologists on the formation of their psychological culture]. L.V. Pomytkina & O.M. Ichanska (Eds.), *Indyvidualnist u psykholohichnykh vymirakh spilnot ta profesii: zbirnyk naukovykh prats – Individuality in the Psychological Dimensions of Communities and Professions: Collection of Scientific Papers* (pp. 246–253). Kyiv : TOV «Alfa-PIK». Retrieved from <https://er.nau.edu.ua/handle/NAU/49276> [in Ukrainian].
7. Epstein, R. (1997). Skinner as self-manager. *Journal of Applied Behavior Analysis, 30(3)*, 545–568.
8. Macía, P., et al. (2022). Mediating role of intimate partner violence between emotional dependence and addictive behaviours in adolescents. *Frontiers in Psychology, 13*, 117.
9. Momeñe, J., Estévez, A., Etxaburu N., María, A., Pérez-García, & Maguregi, A. (2022). Emotional dependence on the aggressor partner and its relationship to social anxiety, fear of negative evaluation and dysfunctional perfectionism. *Behavioral Psychology, 30(1)*, 51–68. <https://doi.org/10.51668/bp.8322103n>
10. Weinhold, B.K., & Weinhold, J.B. (2008). *Breaking Free of the Co-Dependency Trap*. Navato, California : New World Library

**PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF ADULT PERSONALITY
PROPENSITY TO EMOTIONAL DEPENDENCE**

Roman Popeliushko

Doctor of Psychological Sciences,

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>

Kristina Grytsanenko

Master's Degree Student, Specialty 053 «Psychology»

Mykhailo Dragomanov State University of Ukraine

9, Pyrohov Str., Kyiv, Ukraine, 01601

23fp.k.hrytsanenko@std.udu.edu.ua

Abstract

The article examines in detail the psychological features of the tendency to emotional dependence in an adult individual. The main attention is focused on the key role of emotional dependence in the psychological functioning of adults, revealing its profound impact on various aspects of the quality of life of an individual. The key components are considered, such as: the feeling of one's own emotions, the use of self-regulation strategies, empathic manifestations and the level of self-esteem. Various factors that influence the development of emotional dependence in adulthood, including interpersonal interaction, family upbringing and individual characteristics of an adult personality are studied. The problem of emotional dependence acquires particular importance in adulthood, when an individual usually has to achieve a certain level of emotional autonomy and independence. The lack of emotional independence can lead to the emergence of codependent relationships, which makes it difficult to develop healthy and mature interpersonal relationships. In the study of this problem, the issues of identifying psychological factors that contribute to the tendency to emotional dependence in adulthood play an important role. The study of these aspects is relevant for psychological science, as it allows for a deeper understanding of the mechanisms of development of dependent relationships, as well as the development of effective psychological strategies for overcoming them. In a general sense, this study not only enriches the understanding of emotional dependence in adulthood, but also emphasizes its key role in shaping individual well-being and social dynamics. The way forward to further research and application of this knowledge is to work on creating methods of psychocorrection that will contribute to the development of ways to reduce the level of emotional dependence, contributing to greater emotional stability. The conclusions of the article can be useful for researchers, practicing psychologists and everyone who is interested in the issues of psychology and emotional dependence.

Keywords: emotional dependence, adulthood, development, psychological functioning, quality of life, emotional stability.

Подано 13.09.2024

Рекомендовано до друку 01.10.2024

МЕТОДИ ЕФЕКТИВНОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ПОСТРАЖДАЛИМ ПІД ЧАС ВІЙНИ В УКРАЇНІ

Людмила Романовська

**доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри соціальної роботи і соціальної педагогіки**
Хмельницький національний університет
29006, Україна, м. Хмельницький, вул. Інститутська, 11
Lroman@online.ua, <https://orcid.org/0000-0001-7547-4575>

Катерина Олійник

**кандидат психологічних наук, доцент,
доцент кафедри соціальної роботи і соціальної педагогіки**
Хмельницький національний університет
29006, Україна, м. Хмельницький, вул. Інститутська, 11
katerina.oleynik@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-0327-1474>

Анотація

Війна призводить до значних психологічних травм, які мають довготривалі наслідки для психічного здоров'я постраждалих. Проблема полягає у високому рівні психічних розладів серед цих людей, що вимагає негайного втручання та психологічної підтримки. Без належної допомоги ці розлади можуть значно ускладнити їхнє повсякденне життя та соціальну адаптацію. Об'єктом дослідження є постраждалі від війни в Україні, які потребують психологічної допомоги для відновлення психічного здоров'я та повернення до нормального життя. Мета статті – оцінити ефективність різних підходів щодо зменшення проявів психічних розладів у постраждалих від війни. Дослідження фокусуються на таких підходах, як когнітивно-поведінкова терапія (КПТ), травмофокусована КПТ, діалектична поведінкова терапія (ДПТ), емоційно-фокусована терапія (ЕФТ), психодинамічна терапія, групова терапія, кризові інтервенції. КПТ спрямована на зміну негативних моделей мислення та поведінки, що допомагає зменшити симптоми депресії та тривоги. Травмофокусована КПТ спеціалізується на роботі з травматичними спогадами та пов'язаними з ними емоціями. ДПТ поєднує когнітивно-поведінкові техніки з методами усвідомленості та емоційної регуляції, що є корисним для клієнтів із емоційною дисрегуляцією та саморуйнівною поведінкою. ЕФТ допомагає клієнтам розпізнавати, виражати та обробляти свої емоції, що сприяє покращенню емоційного здоров'я та зниженню рівня стресу. Результати дослідження підтверджують ефективність зазначених підходів щодо зменшення симптомів психічних розладів серед постраждалих від війни. У дослідженні також наголошується на необхідності комплексного підходу до надання психологічної допомоги, який включає мультидисциплінарні команди спеціалістів, інтеграцію психосоціальної підтримки в систему охорони здоров'я та розробку нових психотерапевтичних методів, що враховують специфіку травматичних переживань, пов'язаних з війною.

Ключові слова: психологічна допомога, постраждалі від війни в Україні, психічне здоров'я, травматичний стрес, депресія, тривожні розлади, інтеграція підтримки, терапія.

Вступ

Психологічна допомога постраждалим під час війни в Україні є надзвичайно актуальною темою, оскільки війна руйнівню впливає не лише на фізичне здоров'я, але й на психічний стан людей. Військовий конфлікт призводить до значного стресу, травми та психологічного напруження, що потребує негайної уваги та втручання.

Війна в Україні торкнулася мільйонів людей, у тому числі військовослужбовців, цивільних осіб, дітей та людей похилого віку, що вимагає значних ресурсів і зусиль для надання адекватної психологічної підтримки. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія, тривожні розлади та інші психологічні проблеми стали звичним явищем для тих, хто пережив бойові дії, втрату, вимушене переселення або інші травматичні події (Каменщук, 2022). Переселенці та біженці стикаються з труднощами соціальної адаптації в нових громадах, що може призводити до ізоляції, відчаю та посилення психологічних проблем (Стельмах, 2023). Особливо вразливими є діти, оскільки вплив війни на їхню психіку може мати довгострокові наслідки для їх розвитку та майбутнього. Військові, які повертаються з фронту, потребують спеціалізованої психологічної допомоги для реінтеграції в цивільне життя та подолання бойового стресу. Психологи та соціальні працівники мають бути добре підготовлені для роботи з постраждалими від війни, що потребує спеціальної підготовки та підтримки.

Таким чином, надання психологічної допомоги постраждалим від війни є надзвичайно важливим завданням, яке потребує координації зусиль державних інституцій, громадських організацій та міжнародних партнерів. Від своєчасної та якісної психологічної підтримки залежить психічне здоров'я нації, її здатність до відновлення та розвитку у післявоєнний період.

Мета статті спрямована на підвищення обізнаності та розуміння проблеми психологічного стану постраждалих від війни в Україні та сприяння розробці ефективних підходів до надання їм психологічної допомоги.

Завдання статті включають наступні аспекти: 1) вивчення потреби надання психологічної допомоги постраждалим від війни; 2) аналіз ефективності різних методів і підходів психологічної допомоги постраждалим, зокрема, в контексті української культури та специфіки військового конфлікту.

Методи дослідження.

Для вивчення ефективності психологічної допомоги постраждалим під час війни в Україні використано комплексний підхід, що включає застосування різноманітних методів дослідження. Серед них проведено спостереження щодо оцінки стану психічного здоров'я постраждалих та ефективності наданої допомоги в реальних умовах, а також здійснено метааналіз наукових праць для отримання більш об'єктивної картини ефективності різних підходів психологічної допомоги. Це дозволяє отримати глибоке розуміння потреб постраждалих, оцінити ефективність наданої допомоги та розробити рекомендації щодо покращення підтримки.

Результати та дискусії

Останні роки характеризуються зростанням інтересу таких учених, як Ю. Бриндіков (2019), Т. Каменщук (2022) у проблемі психологічної допомоги постраждалим від війни в Україні. Зокрема, було проведено багато досліджень, які висвітлюють різні аспекти цієї проблеми та пропонують шляхи її вирішення.

Одним із найважливіших напрямків є дослідження посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Дослідження Л. Ілійчук (2023), Н. Пилипенко (2022) показують, що посттравматичний стресовий розлад поширений серед військовослужбовців і цивільного населення, які постраждали від бойових дій. Встановлено, що ефективними методами лікування ПТСР є когнітивно-поведінкова терапія, методи релаксації та медикаментозна терапія.

Наукові розвідки також вказують на важливість психологічної підтримки дітей, які постраждали від війни. Відомо, що діти є особливо вразливі до травматичних подій, і їм потрібна спеціалізована допомога для подолання стресу та тривожних розладів (Каменщук, 2022). В останні роки з'явилися програми, спрямовані на роботу з дітьми, які включають арт-терапію, групові заняття та індивідуальні консультації.

Ще одним важливим аспектом є підтримка військовослужбовців, які повертаються з фронту. Дослідження О. Стельмаха (2023) показують, що вони часто стикаються з труднощами реінтеграції в мирне життя, що може супроводжуватися депресією, тривогою та іншими психологічними проблемами. У зв'язку з цим було розроблено низку програм, спрямованих на надання психологічної допомоги та підтримки ветеранів (Jukić et al., 2023).

Крім того, останні дослідження (Petrechenko et al., 2021) підкреслюють важливість підготовки та підтримки спеціалістів, які надають психологічну допомогу постраждалим від війни. Вони стикаються з високим рівнем професійного вигорання, тому потребують постійного навчання, супервізії та психологічної підтримки.

Загалом останні дослідження підкреслюють необхідність комплексного підходу до надання психологічної допомоги постраждалим від війни в Україні, включаючи роботу з різними групами населення та підтримку фахівців, які займаються цією важливою справою.

Необхідність психологічної допомоги для постраждалих від війни є надзвичайно важливою через глибокі та довготривалі психологічні наслідки, які ці події можуть спричинити. Війна часто супроводжується переживаннями травматичних подій, втратою близьких, руйнуванням будинків і порушенням нормального життя, що може призвести до розвитку різних психічних розладів, таких як посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресія, тривожні розлади та інші психічні проблеми.

Психологічні інтервенції є важливим інструментом надання допомоги постраждалим від війни. Вони включають різні методи та підходи, спрямовані на зменшення симптомів травматичного стресу, депресії, тривоги та інших психічних розладів.

Нижче наведено основні методи та підходи психологічної допомоги, що є ефективними в роботі з травмами, стресами та іншими психологічними розладами.

1. Когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) є одним із найбільш досліджених та ефективних методів психотерапії, який широко використовується для надання допомоги постраждалим під час війни в Україні. Цей підхід зосереджений на виявленні та зміні негативних моделей мислення та поведінки, які можуть виникнути в результаті травматичних подій.

Психологи та психотерапевти працюють з постраждалими, допомагають їм визначити автоматичні негативні думки, які можуть посилити почуття тривоги, страху, безнадії та депресії. Потім ці думки піддаються критичному аналізу та перевірці їх обґрунтованості, після чого їх замінюють на більш позитивні та реалістичні. Такий підхід допомагає поліпшити емоційний стан і зменшити прояви психічних розладів (Petrechenko et al., 2021).

Доведено, що КПТ є високоефективною у лікуванні посттравматичного стресового розладу (ПТСР), який часто виникає у тих, хто пережив війну. Завдяки структурованому підходу КПТ дозволяє клієнтам поступово знижувати рівень стресу, вивчати методи релаксації та саморегуляції та ефективніше справлятися з тривожними думками та спогадами.

КПТ також використовується для лікування депресії, тривожних розладів та інших проблем психічного здоров'я, які можуть загостритися під час війни. Важливим аспектом є навчання клієнтів стресостійкості та навичкам психічного здоров'я, які допомагають їм краще адаптуватися до складних життєвих обставин і покращують загальне самопочуття.

Використання КПТ у груповому форматі може бути особливо корисним для створення спільноти підтримки, де постраждалі можуть ділитися своїм досвідом і отримувати підтримку від інших із подібними проблемами. Такий підхід сприяє зміцненню соціальних зв'язків і зменшує відчуття ізоляції та самотності (Jukić et al., 2023).

Таким чином, когнітивно-поведінкова терапія є важливим інструментом у наданні психологічної допомоги постраждалим від війни в Україні. Вона допомагає людям впоратися з травматичним досвідом, покращити емоційний стан і знайти внутрішні ресурси для подолання життєвих труднощів.

2. Емоційно-фокусована терапія (ЕФТ) є важливим напрямком психотерапії, який ефективно використовується для надання психологічної допомоги постраждалим від війни в Україні. Цей підхід спрямований на глибоке розуміння і переробку емоційних переживань, що виникають в результаті травматичних подій.

ЕФТ допомагає клієнтам усвідомити, прийняти та висловити свої емоції, які часто пригнічуються або не визнаються через травматичний досвід. Психотерапевт створює безпечне та сприятливе середовище, де клієнти можуть відкрито говорити про свої почуття, що допомагає зменшити емоційний стрес і тривогу (Стельмах, 2023).

Під час ЕФТ особлива увага приділяється ідентифікації та вираженню складних емоцій, таких як страх, гнів, провина, сором і сум. Клієнти навчаються розпізнавати свої емоції, розуміти їхнє походження та значення, а також знаходити здорові способи їх вираження та опрацювання. Цей процес допомагає знизити емоційну напругу і сприяє відновленню емоційної рівноваги.

Доведено, що ЕФТ є високоефективною у лікуванні посттравматичного стресового розладу (ПТСР), який часто виникає у тих, хто пережив війну. Робота з емоціями дозволяє клієнтам зменшити інтенсивність травматичних спогадів, впоратися з емоційними тригерами та знайти внутрішні ресурси, щоб впоратися з наслідками травми (Пилипенко, 2022).

ЕФТ також ефективна у боротьбі з депресією, тривожними розладами та іншими психічними проблемами, які виникають під час війни. Важливим аспектом терапії є розвиток емоційної грамотності, яка дозволяє клієнтам краще розуміти свої емоції та навчитися керувати ними в складних життєвих ситуаціях (Ілійчук, 2023).

Групові сеанси ЕФТ можуть бути особливо корисними для створення сприятливої спільноти, де постраждалі можуть поділитися своїм досвідом, отримати підтримку та знайти розуміння серед інших людей із подібними проблемами. Це сприяє зміцненню соціальних зв'язків, зменшенню почуття ізоляції та самотності. Таким чином, емоційно-фокусована терапія є потужним інструментом у наданні психологічної допомоги постраждалим під час війни в Україні. Вона допомагає людям зрозуміти та опрацювати свої емоції, знайти внутрішні ресурси для подолання травматичних переживань та відновлення емоційної рівноваги (Бриндіков, 2019).

3. Психодинамічна терапія базується на принципах психоаналізу і спрямована на виявлення несвідомих процесів, що впливають на поведінку та емоції. Терапевт або психолог вивчає минулі події та стосунки клієнта, які можуть впливати на його поточний психічний стан. Психодинамічна терапія допомагає виявити глибинні причини психічних проблем, покращує розуміння власних мотивів і внутрішніх конфліктів, що сприяє покращенню загального психічного стану (Каменщук, 2022).

4. Групова терапія передбачає роботу в групі, де учасники можуть ділитися своїми переживаннями та отримати підтримку від інших. Учасники обговорюють свої проблеми в груповому форматі під керівництвом терапевта або психолога. Групова терапія зменшує відчуття ізоляції, покращує соціальні зв'язки та створює сприятливе середовище, яке сприяє подоланню стресу та травми (Пилипенко, 2022).

5. Кризові інтервенції включають короткострокову підтримку в кризових ситуаціях для зменшення гострих симптомів стресу. Терапевт або психолог надає негативну психологічну підтримку, допомагаючи клієнту впоратися з поточними кризовими обставинами. Процес включає активне слухання, емоційну підтримку та розробку конкретних стратегій для подолання кризи. Терапевт або психолог також допомагає клієнту ідентифікувати ресурси та соціальну підтримку, які можуть бути корисними в результаті кризи. Головною метою кризового втручання є швидке зниження рівня тривожності та стресу, покращення функціонування в повсякденному житті та запобігання розвитку довготривалих психологічних проблем (Каменщук, 2022). Ефективне кризове втручання може допомогти клієнтам відновити контроль над своїм життям, підвищити стійкість до стресу та сприяти відновленню після травматичної події.

6. Травма-фокусована когнітивно-поведінкова терапія (TF-CBT) спеціалізується на роботі з травматичними спогадами та пов'язаними з ними емоціями, що дозволяє клієнтам ефективніше справлятися з наслідками травматичних подій. Терапевт або психолог допомагає клієнту згадати та опрацювати травматичні події в безпечному середовищі, допомагаючи змінити негативні переконання та поведінку, що пов'язані з травмою (Ілійчук, 2023). Процес включає різноманітні техніки, такі як когнітивна реструктуризація, навчання навикам управління стресом і емоційної регуляції, а також експозиційна терапія, яка дозволяє клієнту зменшити стрес і страх. TF-CBT є особливо ефективною у лікуванні посттравматичного стресового розладу (ПТСР), особливо у дітей та підлітків, які пережили травму, забезпечуючи значне зменшення симптомів та покращення загального психологічного благополуччя (Стельмах, 2023).

7. Діалектична поведінкова терапія (ДПТ) поєднує когнітивно-поведінкові техніки з методами усвідомлення та емоційної регуляції, створюючи комплексний підхід до терапії. Терапевт або психолог працює з клієнтом над покращенням емоційної регуляції, підвищенням стійкості до стресу та розвитку навичок міжособистісної ефективності. Процес терапії передбачає навчання клієнтів технікам усвідомленості, які допомагають їм бути присутніми в даний момент і краще розуміти свої емоції (Ілійчук, 2023). Крім того, розробляються стратегії управління складними емоційними станами та подолання стресових ситуацій. Важливим аспектом є розвиток ефективної комунікації та навичок міжособистісного спілкування, що підвищує здатність клієнтів будувати здорові та підтримувальні стосунки. ДПТ є особливо ефективною для клієнтів із емоційною дисрегуляцією, саморуйнівною поведінкою та посттравматичним стресовим розладом (ПТСР), сприяючи значному зменшенню симптомів та покращенню якості життя (Пилипенко, 2022). Цей підхід надає клієнтам інструменти для

стабілізації емоційного стану та розвитку стійкості до стресових факторів, що дозволяє їм краще справлятися з викликами повсякденного життя.

Кожен із описаних методів і підходів має свої унікальні переваги та сфери застосування. Використання цих методів у комплексі забезпечує найкращі результати у відновленні психічного здоров'я та покращенні якості життя постраждалих від війни. Важливо підбирати методи індивідуально, враховуючи особливості та потреби кожного клієнта, щоб досягти максимального ефекту від терапії.

Висновки

Високий рівень психічних розладів серед постраждалих від війни в Україні є серйозною проблемою, оскільки дослідження показали, що значна кількість цих людей страждає на посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), депресію, тривожні розлади та інші психічні проблеми. Ці розлади можуть серйозно впливати на якість життя, здатність адаптуватися та функціонувати в повсякденному житті. Тому вкрай необхідно забезпечити негайне втручання та надання відповідної психологічної підтримки для зменшення симптомів, стабілізації емоційного стану та запобігання розвитку довготривалих психічних проблем.

Ефективність різних психотерапевтичних підходів у лікуванні цих розладів підтверджена численними дослідженнями. Доведено, що когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) ефективна у зменшенні симптомів депресії та тривоги, допомагаючи клієнтам переглянути та змінити негативні моделі мислення та непродуктивну поведінку. Травмофокусована КПТ спеціалізується на роботі з травматичними спогадами, що дозволяє клієнтам ефективніше справлятися з наслідками травматичних подій, включаючи посттравматичний стресовий розлад. Діалектична поведінкова терапія (ДПТ) поєднує когнітивно-поведінкові підходи з методами усвідомленості та регуляції емоцій, що є особливо корисним для клієнтів із емоційною дисрегуляцією та саморуйнівною поведінкою. Емоційно-фокусована терапія (ЕФТ) допомагає клієнтам усвідомлювати, виражати та опрацьовувати свої емоції, що покращує їхній емоційний стан, здатність виражати емоції та знижувати рівень стресу. Ці методи доводять свою ефективність у зменшенні симптомів психічних розладів у постраждалих від війни, сприяють їх психологічному відновленню та покращенню якості життя.

Перспективами подальших досліджень є розробка нових психотерапевтичних методів, що враховують специфіку травматичних переживань, пов'язаних з війною, та інтеграція психосоціальної підтримки в загальну систему охорони здоров'я для забезпечення комплексного підходу до лікування постраждалих. Для оцінки довгострокових психологічних наслідків війни та ефективності різних втручань через роки після закінчення конфлікту необхідні довгострокові дослідження. Використання нових технологій, таких як мобільні додатки, онлайн-консультації та телемедицина, може підвищити доступність та ефективність психологічної допомоги. Професійна підготовка повинна бути зосереджена на розробці програм навчання та підвищення кваліфікації психологів й інших спеціалістів, які працюють з постраждалими від війни. Вивчення ефективних стратегій залучення громадськості та волонтерів до надання психологічної підтримки може значно розширити можливості допомоги постраждалим.

Таким чином, подальші дослідження у сфері психологічної допомоги постраждалим в Україні є вкрай необхідними для розробки більш ефективних, доступних і комплексних підходів до підтримки та реабілітації цих людей.

Література

1. Бриндіков, Ю. Л. (2019). Концепція доцільності функціонування Центру комплексної реабілітації та допомоги учасникам бойових дій на базі Хмельницького національного університету. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова: Серія 5. Педагогічні науки: реалії та перспективи*, 72, 82–86. <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2020.72-1.19>
2. Каменшук, Т. (2022). Роль і місце психологічної допомоги для внутрішньо переміщених сімей в умовах воєнного часу. *Науковий вісник Вінницької академії безперервної освіти. Серія «Педагогіка. Психологія»*, 1, 21–27.
3. Ілійчук, Л. (2023). Психосоціальна підтримка учасників освітнього процесу як індикатор якості освіти в умовах воєнного стану. *Науковий журнал Хортицької національної академії*, 2 (9), 194–206.
4. Пилипенко, Н. (2022). Психологічна допомога та підтримка постраждалим внаслідок війни в Україні. *Вісник Національного університету оборони України*, 70 (6), 42–148. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-142-148>
5. Стельмах, О.В. (2023). Особливості психологічного супроводу населення в умовах воєнного стану. *Наукові записки Львівського державного університету безпеки життєдіяльності. Педагогіка і психологія*, 2, 30–34.
6. Jukić, M., Malenica, L., Đuričić, V., Talapko, J., Lukinac, J., Jukić, M., & Škrlec, I. (2023) Long-Term Consequences of War Captivity in Military Veterans. *Healthcare (Basel)*, 11(14), 2–325. <https://doi.org/10.3390/healthcare11141993> .
7. Petrechenko, S., Kuryliuk, Y., & Yuryk, O. (2021). Legal aspects of medical care and rehabilitation of war veterans in Ukraine. *Pharmacology on line*, 2, 1–38.

References

1. Bryndikov, Yu.L. (2019). Kontseptsiiia dotsilnosti funktsionuvannia Tsentru kompleksnoi rehabilitatsii ta dopomohy uchasnykam boiovykh dii na bazi Khmelnytskoho natsionalnoho universytetu [The concept of feasibility of the Center for comprehensive rehabilitation and assistance to combatants on the basis of Khmelnytskyi National University]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova: Seriiia 5. Pedahohichni nauky: realii ta perspektyvy – Scientific journal of the M. P. Drahomanov National Pedagogical University: Series 5. Pedagogical sciences: realities and prospects*, 72, 82–86. <https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series5.2020.72-1.19> [in Ukrainian].
2. Kamenshchuk, T. (2022). Rol i mistse psykholohichnoi dopomohy dlia vnutrishno peremishchenykh simey v umovakh voiennoho chasu [The role and place of psychological assistance for internally displaced families in wartime conditions]. *Naukovyi visnyk Vinnytskoi akademii bezperervnoi osvity. Seriiia «Pedahohika. Psykholohiia» – Scientific bulletin of the Vinnytsia Academy of Continuing Education. Series "Pedagogy. Psychology"*, 1, 21–27 [in Ukrainian].
3. Iliichuk, L. (2023). Psykhosotsialna pidtrymka uchasnykiv osvitnoho protsesu yak indykator yakosti osvity v umovakh voiennoho stanu [Psychosocial support of participants in the educational process as an indicator of the quality of education under martial law]. *Naukovyi zhurnal Khortytskoi natsionalnoi akademii – Scientific journal of the Khortytsk National Academy*, 2(9), 194–206 [in Ukrainian].
4. Pylypenko, N. (2022). Psykholohichna dopomoha ta pidtrymka postrazhdalym vnaslidok viiny v ukraini [Psychological assistance and support to victims of the war in Ukraine]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy – Bulletin of the National Defense University of Ukraine*, 70(6), 42–48. <https://doi.org/10.33099/2617-6858-2022-70-6-142-148> [in Ukrainian].
5. Stelmakh, O. V. (2023). Osoblyvosti psykholohichnoho suprovodu naseleння v umovakh voiennoho stanu [Peculiarities of psychological support of the population in the conditions of martial law]. *Naukovi zapysky Lvivskoho derzhavnoho universytetu bezpeky zhyttiedialnosti. Pedahohika i psykholohii – Scientific notes of the Lviv State University of Life Safety. Pedagogy and psychology*, 2, 30–34 [in Ukrainian].
6. Jukić, M., Malenica, L., Đuričić, V., Talapko, J., Lukinac, J., Jukić, M., & Škrlec, I. (2023) Long-Term Consequences of War Captivity in Military Veterans. *Healthcare (Basel)*, 11(14), 2–325. <https://doi.org/10.3390/healthcare11141993> .
7. Petrechenko, S., Kuryliuk, Y., & Yuryk, O. (2021). Legal aspects of medical care and rehabilitation of war veterans in Ukraine. *Pharmacology on line*, 2, 1–38.

PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE FOR THE INJURED DURING THE WAR IN UKRAINE

Lyudmyla Romanovska

**Doctor of Pedagogical Sciences, PhD in Psychology, Professor,
Professor of Social Work and Social Pedagogy Department**

Khmelnytskyi National University

11, Instytutaska Str., Khmelnytskyi, Ukraine, 1129006,

Lroman@online.ua, <https://orcid.org/0000-0001-7547-4575>

Kateryna Oliynyk

PhD in Psychology,

Associate Professor of Social Work and Social Pedagogy Department

Khmelnytskyi National University

11, Instytutaska Str., Khmelnytskyi, Ukraine, 1129006,

katerina.oleynik@gmail.com, <https://orcid.org/0000-0003-0327-1474>

Abstract

The main topic of research is the provision of psychological assistance to people affected by war to reduce the symptoms of traumatic stress, depression, anxiety disorders and other mental problems. War leads to significant psychological trauma, which has long-term consequences for the mental health of the victims. The problem is the high level of mental disorders among these people, which requires immediate intervention and psychological support. Without proper help, these disorders can greatly complicate their daily life and social adaptation. The object of the study is victims of the war in Ukraine, who need psychological help to restore their mental health and return to normal life. They face challenges, including the loss of loved ones, homes, jobs, and witnessing violence and destruction. This contributes to the development of serious mental problems that must be diagnosed and treated in a timely manner. The aim of the work is to evaluate the effectiveness of various approaches in reducing the symptoms of mental disorders among war victims. The research focuses on such approaches as cognitive behavioral therapy (CBT), trauma-focused CBT, dialectical behavior therapy (DBT), emotion-focused therapy (FTE), psychodynamic therapy, group therapy, crisis intervention. CBT aims to change negative thought patterns and behaviors, which helps reduce symptoms of depression and anxiety. Trauma-focused CBT specializes in working with traumatic memories and associated emotions. CBT combines cognitive-behavioral techniques with mindfulness and emotional regulation techniques, which is helpful for clients with emotional dysregulation and self-destructive behaviors. FTE helps clients recognize, express and process their emotions, which helps improve emotional health and reduce stress levels. The results of the study confirm the effectiveness of these approaches in reducing the symptoms of mental disorders among war victims. The study also emphasizes the need for a comprehensive approach to provide psychological care, which includes multidisciplinary teams of specialists, integration of psychosocial support into the health care system, and the development of new psychotherapeutic methods that take into account the specifics of war-related traumatic experiences.

Keywords: psychological assistance, victims of the war in Ukraine, mental health, traumatic stress, depression, anxiety disorders, integration of support, therapy.

Подано 05.08.2024

Рекомендовано до друку 30.08.2024

АНАЛІЗ ФЕНОМЕНУ ЖИТТЄСТІЙКІСТЬ В ПАРАДИГМІ СУЧАСНОЇ НАУКИ

Любов Співак

доктор психологічних наук, професор кафедри психології

Бердянський державний педагогічний університет

71100, Україна, м. Бердянськ, вул. Шмідта, 4

(Тимчасова адреса – 69063, м. Запоріжжя, вул. Жуковського, 66)

l.m.spivak@npu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-3653-5432>

Анотація

Стаття присвячена дослідженню феномену життєстійкості в парадигмі сучасної науки. Конкретизовано поняття життєстійкості, оскільки це основний важіль реалізації потенціалу особистості в різних життєвих обставинах. Розкрито психологічний зміст складових компонентів життєстійкості, таких як «залученість», інтерес і участь індивіда у подіях життя, «контроль», як можливість свідомо впливати на ситуацію і «прийняття ризику», як готовність діяти в складних життєвих обставинах, що супроводжуються стресогенними факторами. Акцентовано увагу на проблемі сталого розвитку, яка досліджується за кордоном і в Україні, з точки зору науковців, які нещодавно реалізували навчальні програми для підвищення сталого розвитку молоді та окремих верств населення. На основі аналізу теорій і поглядів сучасних українських і зарубіжних вчених визначено та обґрунтовано умови, що сприяють розвитку життєздатності особистості. Розглянуто умови формування особистості під впливом складних життєвих ситуацій. Проаналізовано вплив підвищення життєвого тону на фізичне та психічне здоров'я індивіда, а також на адаптацію в стресових ситуаціях. Однією з таких складних життєвих ситуацій є війна та військові дії в Україні. Феномен життєстійкості розглядається з метою подолання труднощів і нейтралізації негативного досвіду протягом життя особистості, оскільки людина щоденно стикається з тими чи іншими викликами долі в ситуаціях різного рівня складності. Виявлено схожість у закономірностях обґрунтувань сучасних українських і зарубіжних науковців щодо феномену життєстійкості та перспективи подальшого дослідження цієї проблеми. Узагальнено психологічний зміст механізму стресостійкості людини за допомогою факторів, що впливають на життєвий тонус особистості. На основі вивченого матеріалу сформовано авторське бачення феномену життєстійкості особистості та її структурних компонентів. Автор пропонує комплексне бачення цієї проблеми з урахуванням воєнних подій в Україні.

Ключові слова: феномен життєстійкості, життєстійкість, складні життєві обставини, психологічна стійкість, особистість.

Вступ

Феномен життєстійкості привертає дедалі більшу увагу в наукових дослідженнях як в Україні, так і за кордоном. Зокрема, сучасні науковці США визначають його ключовим чинником адаптації особистості до стресових ситуацій та життєвих викликів. Життєстійкість визначається як здатність людини успішно протистояти труднощам, зберігати психологічну пружність і відновлювати свій психологічний ресурс після травматичних подій. Дослідження цього феномену має важливе практичне значення в різних наукових галузях таких як психологія, соціологія, педагогіка, і навіть фізика. Оскільки виступає ключовим елементом у

забезпеченні психологічного здоров'я і благополуччя особистості в цілому. Українські вчені С.М. Калюжна, Л.В. Тимофєєва, Б.В. Лазоренко, В.В. Москаленко, І.М. Губенко, Н.П. Караваєва, В.А. Сасенко, О. Чиханцова, В.В. Предко, у цій галузі проводили ґрунтовні дослідження, зосереджені на факторах, що сприяють формуванню життєвого тону в різних вікових групах. Більшість дослідників наголошують на важливості більше детального дослідження життєвого тону підлітків, наступний період життя в яких є критичним для розвитку особистісних і соціальних навичок, значною мірою для адаптації до стресових умов сучасного суспільства.

Серед українських науковців існують певні суперечності і різні погляди на проблему дослідження життєстійкості. Найбільш помітні розбіжності існують в концептуальному підході вивчення життєстійкості, в дослідженнях таких науковців як Чиханцова О. і Доценко О. Зокрема, Чиханцова О. розглядає життєстійкість, як інтегральну якість особистості, що включає залученість, контроль і прийняття ризику. В той же час, її опонент Доценко О. вважає, що життєстійкість це система переконань особистості про себе і світ, що допомагає зберегти внутрішню рівновагу в стресових ситуаціях. Також, вагомі суперечності присутні в концепціях ролі соціального оточення. Українська дослідниця Йонка М. стверджує, що значущість соціальних зв'язків та підтримки у формуванні життєстійкості являється важливим фактором, а Чиханцова О. наголошує на значущості внутрішніх ресурсів особистості, таких як сила волі, довіра, непохитність характеру.

Розбіжності сучасних науковців присутні і в поняттях структури життєстійкості та її компонентів, а ключову роль в дослідженні суперечностей відіграють методи дослідження і діагностики життєстійкості особистості. У той же час, в Сполучених Штатах Америки концепція життєстійкості досліджується багатьма провідними дослідницькими центрами, а також всесвітньою акредитованою навчальною установою, Американською психологічною асоціацією (АРА). Значний внесок в дослідження феномену життєстійкості зробили такі зарубіжні вчені як: Енн С. Мастен, Еммі Е. Вернер і Майкл Раттер. Американські дослідники наголошують на міждисциплінарному підході до вивчення феномену життєстійкості, який включає психосоціальний аспект розвитку, а також вивчення соціальних і культурних факторів, що впливають на здатність особистості протистояти складним життєвими ситуаціям.

Аналіз сучасних вітчизняних та зарубіжних досліджень феномену життєстійкості свідчить про існування підходів до розуміння природи цього феномену й наголошує на різноманітності теоретичних і практичних аспектів таких досліджень. Для української психологічної науки дана проблематика набуває особливої актуальності в умовах дії воєнного стану та активних бойових дій.

Мета даного дослідження полягає у здійсненні аналізу феномену життєстійкості в парадигмі сучасної науки, огляді основних напрямів і результатів досліджень життєстійкості у вітчизняній та зарубіжній науці, а також, у визначенні потенційних шляхів подальшого розвитку наукових підходів до вивчення цього феномену. **Завданням** є: 1) провести теоретичний аналіз ключових досліджень українських і зарубіжних вчених, які розкрили феномен життєстійкості; 2) на основі узагальнення існуючих теоретичних і практичних наукових розвідок, сформулювати авторське бачення про феномен життєстійкості та його структуру.

Методи дослідження

Для реалізації поставленої мети та виконання завдань теоретичного аналізу проблеми життєстійкості в парадигмі сучасної науки використано наступні теоретичні методи: аналіз

наукових джерел, для визначення та з'ясування сутності основних концепцій дослідження; узагальнення теоретико-методологічних підходів до проблеми феномену життєстійкості в його сучасному розумінні.

Результати дискусії

Для того, щоб цілісно зрозуміти суть феномену життєстійкості, ми розкриваємо суть поняття “життєстійкість”. На думку сучасної науковиці Чиханцової О.А.: «Життєстійкість – це ціла система, що пов'язана із самореалізацією, самоствердженням, вона являє собою рушійну силу особистості». Варто зазначити, що життєстійкість є складною категорією психології особистості, яка включає феноменологію становлення особистості та її базових життєвих орієнтацій, її адаптивний потенціал, а також, поведінкові стратегії подолання стресу та екзистенціальної тривожності. Життєстійкість виявляється через механізми сприйняття життєвих змін, як менш стресових, формування мотивації до трансформаційного подолання (відкритість до нового, готовність до дій у стресовій ситуації), підвищення відповідальності за власне здоров'я та дотримання здорового способу життя, з метою пошук активної соціальної підтримки, яка сприяє трансформаційному копінгу (Чиханцова, 2016). Можна додати, що життєстійкість це здатність особистості успішно протистояти стресовим обставинам, зберігати психічну стабільність, адаптуватися до складних умов життя, перетворюючи їх на можливості особистісного зростання. Розвиненість цих якостей свідчить про внутрішній потенціал людини, її здатність перетворювати нові негативні ситуації на перспективи, зберігати оптимізм і активну життєву позицію навіть у складних умовах життя.

Феномен життєстійкості знайшов широке визнання в рамках екзистенціальної психології, де він розглядається разом із проблемами свободи вибору і сенсу життя. Життєстійкість виступає тут як каталізатор зниження тривожності особистості, що виникає через ситуації невизначеності. Це потрібно для формування позитивних настанов щодо оцінки поточної життєвої ситуації та готовності змінити її на краще. Феномен життєстійкості включає події, в яких виникає відчуття контролю над власним життям і відсутність відчуття його хаотичності. Як зазначив відомий дослідник В. Франкл: «... життєстійкість це коли людина не просто існує у світі, а сама вирішує, яким буде її існування, ким вона стане в наступну мить, маючи свободу змінювати себе та обставини навколо себе особисто». Відсутність життєздатності може бути недоліком у відповідь на звичайні обставини, коли людині бракує здатності створювати свій світ самостійно (Даценко, 2017).

Слід підкреслити, що феномен життєстійкості характеризує психологічну стійкість особистості та є важливим показником психічного здоров'я. Це пояснюється тим, що життєстійкість лежить в основі здатності сприймати стресогенні фактори та діяти відповідно своїм стратегіям поведінки, які допомагають трансформувати негативний досвід у нові перспективи. Життєстійкість є ключовим елементом для активного і цілеспрямованого подолання стресових, кризових ситуацій. Автори схиляються до думки, що високий рівень життєстійкості передбачає активну життєву позицію, свідомі та конструктивні дії на виклики долі з метою подолання труднощів і розвитку особистих ресурсів для подальшого зростання.

Сучасні українські дослідниці Токарева Н.М. (Tokareva, 2021) та Кузьменко О.Ю. (Кузьменко, 2021) зазначають у своїх дослідженнях, що сталий розвиток впливає на формування світогляду особистості, особистісних цінностей, таких як відповідальність, свідоме ставлення до природи і суспільства. За їхнім уявленням, життєстійкість тісно пов'язана зі сталим розвитком, оскільки відображає здатність особистості до безперервного

розвитку і адаптації в умовах швидкоплинних обставини життя. Такі здібності дають змогу людині краще розуміти свою цінність у світі, тим самим впливають на життєстійкість особистості. Сталий розвиток вимагає від людини пристосування до змін, які відбуваються в суспільстві, навичок раціонального використання природних ресурсів і уміння приймати важливі рішення щодня.

Чиханцова О.А. розглядає життєстійкість як цілісну систему взаємодії з навколишнім світом, як важливий ресурс, що здатен позитивно впливати на фізичне та психічне благополуччя людини, а також тісно пов'язаний із процесами самореалізації, самоствердження та особистісного розвитку (Чиханцова, 2018). Отже, життєстійкість являє собою цілісну систему взаємодії людини зі світом, яка відіграє роль важливого ресурсу для покращення фізичного та психічного благополуччя особистості. Вона пов'язана з процесами самореалізації та самоствердження в цьому світі, сприяючи гармонійному розвитку та ефективній адаптації особистості до умов сучасного середовища. Натомість, Панченко В.О. дає визначення, що: «...життєстійкість – це база, виходячи з якої перетворюються стресори, це каталізатор поведінки, який дозволяє трансформувати негативні враження в нові можливості» (Панченко, 2016). Людина здатна свідомо трансформувати негативні події життя в нові можливості, але для цього, як зазначається, потрібен високий рівень життєстійкості.

На думку одного із засновників концепції життєстійкості, С. Мадді: «...життєстійкість – це сукупність диспозицій, яка складається з трьох компонентів: залученість, контроль і готовність до ризику». Застосування цих компонентів сприяє зниженню внутрішньої напруги та тривоги особистості в складних ситуаціях за рахунок ефективного подолання стресу або сприйняття його як менш значущого. Залучення відображає віру в те, що активна участь у подіях надає людині можливості для особистісного зростання та досягнення нових результатів. Цей компонент дозволяє відчувати значущість і повноцінно брати участь у вирішенні життєвих завдань, незважаючи на стресові фактори та зміни. Люди з розвиненою залученістю отримують задоволення від власної діяльності, прагнуть взаємодіяти зі світом і відкриваються новим можливостям. У протилежному значенні втрата такої віри призводить до відчуття відчуженості, що людина залишилась «поза» життям. Контроль характеризується переконанням, що зусилля індивіда здатні змінити хід подій, навіть якщо цей вплив не є вичерпним, а досягнення успіху невідомо. Це спонукає людину шукати шляхи впливу на результати змін в складних життєвих ситуаціях, запобігаючи стану безпорадності і пасивності. Даний компонент передбачає прагнення до досягнення поставлених цілей шляхом цілеспрямованої поведінки та усвідомлення власної відповідальності. Прийняття ризику характеризується сформованим переконанням, що будь-які події сприяють особистому розвитку, незалежно від того позитивні вони чи негативні за своєю природою. Цей компонент включає сприйняття життєвих ситуацій, як викликів і випробувань, які дозволяють накопичувати досвід. Люди, які сприймають життя як можливість отримати новий досвід, готові діяти, навіть якщо вони не впевнені в успіху, брати відповідальність і ризикувати. Прийняття ризику базується на ідеї розвитку шляхом активного засвоєння знань із власного досвіду та їх подальшого застосування на практиці (Maddi & Khoshiba, 1994).

Таким чином, феномен життєстійкості є не лише механізмом для ефективного подолання перешкод, а й усвідомлення того, що людина здатна змінюватись, отримувати новий досвід, активно використовувати життєві проблеми, як можливість для саморозвитку. Це не тільки дозволяє людині підтримувати високий рівень життєстійкості, а й служить

основою для трансформації негативного досвіду в позитивний, сприяє розкриттю особистісного потенціалу та досягненню життєвих цілей.

В своїй науковій праці С. Мадді описав механізм стійкості людини до стресу та зазначив п'ять характерних особливостей за допомогою факторів, які впливають на життя індивіда. Це фізіологічний фактор, який він описав через вплив стресу на організм, а також зазначив, що тіло людини має захисні механізми. Когнітивний фактор він описав як сприйняття складної життєвої ситуації. Мотиваційний фактор, встановлення цілей і прагнення до адаптивної поведінки. Соціально-психологічний фактор являє собою звернення до інших за підтримкою в складних життєвих обставинах. Поведінковий – здатність отримувати інформацію, діяти відносно набутих нових знань і навичок. Завдяки цим механізмам людина підтримує психічне та фізичне благополуччя й продовжує жити з високим ступенем ефективності (Maddi, 1987). Отже, феномен життєстійкості, описаний С. Мадді, визначає здатність особистості протистояти стресовим ситуаціям завдяки використанню п'яти ключових факторів: фізіологічного, когнітивного, мотиваційного, соціально-психологічного та поведінкового. Ці механізми створюють цілісну систему, яка допомагає підтримувати психічне та фізичне здоров'я людини, підвищуючи її здатність ефективно справлятися зі стресом.

Феномен життєстійкості виявляється в здатності людини не тільки адаптуватися до стресових обставин, а й використовувати їх як можливості для особистісного розвитку та професійного зростання. Високий рівень життєвого тону свідчить про його важливу роль у збереженні здоров'я і підтримці високої продуктивності професійної діяльності особистості. Ми переконані, що феномен життєстійкості тісно пов'язаний з можливостями розвитку особистості, адже саме завдяки вмінню долати труднощі та адаптуватися до життєвих обставин людина може досягти нових рівнів самореалізації, саморозуміння та психологічного розвитку. Життєстійкість це не лише механізм збереження психічного здоров'я в умовах стресу, а й ресурс особистісного зростання, який активізується у складних життєвих ситуаціях. Основним аспектом, який поєднує життєстійкість з особистісним розвитком, є трансформація негативного досвіду в позитивний, тобто людина не просто долає труднощі, а вчиться на них, знаходить нові шляхи вирішення проблем і розвивається як особистість. У процесі подолання складних життєвих ситуацій, ситуацій невизначеності, складних життєвих обставин люди формують нові навички, змінюють власні переконання та поглиблюють розуміння світу.

Людина з високим рівнем життєстійкості сприймає події, що відбуваються з нею, як «...захопливі та приємні, як результат власного вибору та активності, а також, як важливий поштовх до засвоєння нового досвіду». Така людина вміє ефективно саморегулювати свою поведінку не лише в умовах стресу, але й під час досягнення успіху в різних аспектах життя (Ларіна, 2007).

Зарубіжний дослідник Bonanno G.A. наголошує на тому, що стресові умови можуть мати негативний вплив на продуктивність, мотивацію та здоров'я особистості, якщо не працювати над підвищенням рівня життєстійкості (Bonanno, 2004). Ми погоджуємось з думкою автора, оскільки стресові умови, особливо такі як війна, сприяють суттєвому зниженню рівня життєстійкості.

В свою чергу, науковиця Варіна Г.Б. висловила цікаву думку та вважає, що особистісні якості такі як сила волі, наполегливість і позитивне ставлення до життя, є одними з основних характеристик життєстійкості. Життєстійкість значною мірою базується на індивідуальних властивостях особистості, таких як швидкість реакції на події, спонтанність, рівень стресу,

схильність до тривожності ті інші. Дослідниця зазначила, що ці властивості визначаються особливостями нервової системи і впливають на соціальну активність людини. Завдяки цим властивостям життестійкість проявляється в здатності створювати особистісно значущі смисли, усвідомлювати їх цінність і реалізовувати в певному соціальному контексті. Людина з високим життєвим тонусом не тільки краще адаптується до стресових умов, але й ефективно використовує свої природні здібності для розвитку та досягнення цілей, зберігаючи гармонійне співвідношення між внутрішніми переконаннями й зовнішніми обставинами (Варіна, 2018).

За нашим уявленням, феномен життестійкості можна характеризувати в особистісному вимірі, як життєву витривалість, наполегливість і позитивне ставлення до життя, які формуються на основі індивідуального характеру особистості. А характер особистості формується і змінюється впродовж всього життя індивіда. Розвиток таких рис характеру як рішучість, відповідальність, емоційна стабільність сприяє зміцненню життестійкості та загартовуванню характеру. Життестійкість виявляється через здатність особистості створювати власні сенси життя, активно реалізовувати свою мету, будувати плани на майбутнє, ефективно адаптуватися до раптових змін. Розвиток життестійкості формує особистість в цілому та дозволяє існувати в цьому світі як людині, яка готова протистояти зовнішнім викликам долі.

Сучасні американські науковці Creed P.A., Conlon E.G. & Dhaliwal K. своїм дослідженням з вимірювання життестійкості у короткостроковій перспективі зазначають, що за допомогою зміни умов перебування індивіда життестійкість може змінюватись дуже швидко, від найнижчих її показників до найвищих (Creed, Conlon & Dhaliwal, 2013). Завдяки їх напрацюванням можна зробити висновок, що життестійкість, як і резильєнтність має тенденцію до рапідних змін в залежності від умов, місця, оточення індивіда.

Високий рівень життестійкості нерозривно пов'язаний з активною життєвою позицією індивіда, яка полягає в навичках використовувати життєві обставини так, як людина це бачить, із власними перевагами. Такій людині притаманно сприймати події свого життя як результат свідомого вибору і сприймати стресові ситуації не як загрозу, а як можливість отримати нові знання та розширити власний досвід. Розвиток життестійкості з високою життєвою позицією включає в себе високий рівень рішучості, відповідальності і готовності до дій, які дозволять особистості не лише адаптуватися до змін, а й активно впливати на події власного життя. Це означає, що стресові події стають каталізатором зростання особистості, сприяють формуванню стійких переконань і внутрішньої мотивації до самовдосконалення та досягнення нових перемог у різних сферах діяльності індивіда (Хаустова, 2009).

Феномен життестійкості включає в себе здатність людини мати активну життєву позицію, використовуючи життєві обставини на свою користь і сприймати життєві ситуації як такі, що свідомо обрані. Високий рівень життестійкості дозволяє людині вже сприймати найскладніші ситуації як можливість отримати новий досвід, взяти активну участь у подіях, зробити свої висновки, мати ще одну сходинку особистісного зростання у власному житті або, якщо вже є травматичний негативний досвід, то конвертувати його у власний ресурс для подальшого розвитку та підтримки власного психологічного благополуччя. Можна зазначити, що феномен життестійкості є ключовим механізмом адаптації до складних життєвих обставин.

Висновки

Сучасний підхід у дослідженні феномену життєстійкості виходить за рамки традиційного розуміння подолання лише стресу або опису факторів, за допомогою яких людина спроможна подолати стрес. На нашу думку, це грандіозний механізм здібностей особистості не лише виходу з кризових ситуацій, а використання складних життєвих обставин, як джерел для подальшого особистісного зростання, вдосконалення характеру. Науковці сучасності зосереджуються на особливостях життєстійкості таких як: гнучкість мислення, емоційна стабільність, соціальна підтримка і навички резильєнтності. Можна зазначити, що життєстійкість це багатовимірною складовою психологічних особливостей особистості, яка містить комплекс факторів, що формують особистісні якості, здатність до адаптації, стратегії поведінки в ситуаціях невизначеності і екзистенціальної кризи. Розуміння феномену життєстійкості являє собою механізм сприйняття життєвих змін як менш загрозливих, за яким слідує розвиток мотивації подолання труднощів, де людина готова змінюватись під усвідомленим тиском власних цілей. Така людина готова до змін навіть у стресових умовах, у неї з'являється відповідальність за своє здоров'я, здоров'я своїх дітей та близьких. Важливим елементом цього процесу є мотивація людини до подолання труднощів, що включає в себе не лише здатність до тимчасової адаптації, а і бажання індивіда впливати на хід подій, який людина може контролювати. Крім того, пошук соціальної підтримки відіграє велике значення в подоланні як внутрішніх так і зовнішніх проявів криз особистості. Це можуть бути як внутрішні переживання, психологічні аспекти, такі і зовнішні чинники, як втрата майна, раптова вимушена зміна проживання, смерть близької людини тощо.

За останні роки значно пришвидшився темп життя у світлі раптово змінюваних подій таких як пандемія, повномасштабне вторгнення в Україну зі сторони агресора росії і війна на Близькому Сході. Дослідження життєстійкості особистості в умовах воєнного стану є важливим, оскільки здатність підтримувати внутрішній баланс і знаходити ресурси для подолання труднощів є ключовим фактором психологічного, фізичного і соціального здоров'я. Тому дослідження феномену життєстійкості в сучасному його розумінні є важливим для подальшої розробки ефективних Програм адаптації в складних життєвих умовах буття, де підтримка психологічного благополуччя є надважливою складовою. У людей з високим рівнем життєстійкості розвинені ціннісні орієнтації, які служать основою для прийняття рішень в ситуаціях невизначеності, а також рушійною силою вибору напрямку подальшого життя. Дані цінності створюють внутрішній компас стабільності і цілеспрямованості. Завдяки чому формується система цінностей особистості і гармонія з навколишнім світом.

Література

1. Варіна, Г.Б. (2018). Життєстійкість особистості як чинник психологічного благополуччя майбутніх психологів. *Матеріали Всеукраїнської Internet-конференції «Сучасна наука: тенденції та перспективи»*. (м. Мелітополь, 2018р.), (с. 28–34). Мелітополь : Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького. Режим доступу: <http://eprints.mdpu.org.ua/id/eprint/3398/1/2-tmp8FEE-Сучасна%20наука-ВАБ.pdf>
2. Даценко, О.А. (2017). Актуальні проблеми психології в закладах освіти. Ю.М. Карандишева, Т.В. Сенько & Н.М. Токаревої (Ред.). *Збірник наукових праць*, 7, 17–27. Київ : ТОВ НВП «Інтерсервіс». Режим доступу:

https://scholar.google.com.ua/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=qaFSgQQAAAAAJ&citation_for_view=qaFSgQQAAAAAJ:d1gkVwhDpl0C

3. Кузьменко, О.Г. (2021). Взаємозв'язок самооцінки і тривожності у молодших школярів. *Освіта і наука, I*. Режим доступу: <https://e-journals.udu.edu.ua/index.php/on/article/view/809/782>
4. Ларіна, Т.О. (2007). Життєстійкість як життєве завдання особистості. Н.В. Чепелева (Ред.). *Актуальні проблеми психології : Психологічна герменевтика*, 2(5), 131–138.
5. Панченко, В.О. (2016). Життєстійкість як фактор професійної адаптації менеджерів комерційних організацій. (Дис. канд. психол. наук). Київ.
6. Токарева, Н.М. (2021). *Лабіринти дорослішання: психічний розвиток особистості підлітково-юнацького віку*. Монографія. Кривий Ріг : ТОВ «НВП «Інтерсервіс»». Режим доступу: https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/123456789/6084/3/%D0%92%D1%96%D1%80%D0%B0%D0%B6%D1%96%20%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D1%88%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F_compressed.pdf
7. Хаустова, О. (2009). *Метаболічний синдром X (психосоматичний аспект)*. Київ : Медкнига.
8. Чиханцова, О.А. (2016). Деякі аспекти вивчення проблеми життєстійкості особистості. *Актуальні проблеми психології*, 2(6), 227–234.
9. Чиханцова, О.А. (2018). Особливості прояву компонентів життєстійкості особистості. *Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*, 5, 267–273. Режим доступу: <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v6/i14/32.pdf>
10. Bonanno, G.A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events. *American Psychological Association. American Psychologist*, 59, 20–28. Режим доступу: https://scholar.google.com.ua/citations?view_op=view_citation&hl=uk&user=biNsmj8AAAAAJ&citation_for_view=biNsmj8AAAAAJ:hWqix75wD0QC
11. Creed, P.A., Conlon, E.G., & Dhaliwal, K. (2013). Revisiting the academic hardiness scale: revision and revalidation. J. Career (Ed.) *Journal of Career Assessment*, 21, 537–554. Режим доступу: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1069072712475285?icid=int.sj-full-text.similar-articles.6>
12. Maddi, S.R. (1987). Hardiness Training at Illinois Bell Telephone. J.R. Opatz (Ed.). *Health promotion evaluation*. (pp.101–115). Stevens Point (WI) : National Wellness Institute.
13. Maddi, S., & Khoshaba, D. (1994). Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*, 63(2), 265–274.

References

1. Varina, G.B. (2018). Zhittiestiykist osobystosti yak chynnyk psykhlohichnoho blahopoluchchia maibutnikh psykhlohiv [Personality resilience as a factor of psychological well-being of future psychologists]. *Materialy Vseukrainskoi Internet-konferentsii «Suchasna nauka: tendentsii ta perspektyvy» – Materials of the All-Ukrainian Internet conference «Modern science: trends and prospects»*. (Melitopol, 2018). (pp. 28–34). Melitopol : Melitopolskyi derzhavnyi pedahohichnyi universytet imeni Bohdana Khmelnytskoho. Retrieved from <http://eprints.mdpu.org.ua/id/eprint/3398/1/2-tmp8FEE-Сучасна%20нвука-ВАБ.pdf> [in Ukrainian].

2. Datsenko, O.A. (2017). Aktualni problemy psykholohii v zakladakh osvity [Current problems of psychology in educational institutions]. Yu.M. Karandyшева, T.V. Senko & N.M. Tokarevoi (Eds.). *Zbirnyk naukovykh prats – Collection of scientific works*, 7, 17–27. Kyiv : TOV NVP «Interservis». Retrieved from https://scholar.google.com.ua/citations?view_op=view_citation&hl=ru&user=qaFSgQQAAAAAJ&citation_for_view=qaFSgQQAAAAAJ:d1gkVwhDpl0C [in Ukrainian].
3. Kuzmenko, O.H. (2021). Vzaiemozviazok samootsinky i tryvozhnosti molodshykh shkolariv [The relationship between self-esteem and anxiety in younger schoolchildren]. *Osvita i nauka – Education and Science*, 1. Retrieved from <https://e-journals.udu.edu.ua/index.php/on/article/view/809/782> [in Ukrainian].
4. Larina, T.O. (2007). Zhyttiestikist yak zhyttieve zavdannia osobystosti [Resilience as a life task of the individual]. N.V. Chepeleva (Ed.). *Aktualni problemy psykholohii: Psykholohichna hermenevtyka – Current problems of psychology: Psychological hermeneutics*, 2(5), 131–138 [in Ukrainian].
5. Panchenko, V.O. (2016). Zhyttiestikist yak faktor profesiinoi adaptatsii menedzheriv komertsiinykh orhanizatsii [Resilience as a factor of professional adaptation of managers of commercial organizations]. *Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
6. Tokareva, N.M. (2021). *Labirynty doroslishannia: psykhychnyi rozvytok osobystosti pidlitkovyynatskoho viku [Labyrinths of growing up: mental development of the personality of adolescence and youth]*. Kryvyi Rih : TOV «NVP «Interservis»». Retrieved from https://elibrary.kdpu.edu.ua/bitstream/123456789/6084/3/%D0%92%D1%96%D1%80%D0%B0%D0%B6%D1%96%20%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D1%81%D0%BB%D1%96%D1%88%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F_compressed.pdf [in Ukrainian].
7. Khaustova, O. (2009). *Metabolichnyi syndrom Kh (psykhosomatychnyi aspekt) [Metabolic syndrome X (psychosomatic aspect)]*. Kyiv : Medknyha [in Ukrainian].
8. Chykhantsova, O.A. (2016). Deiaki aspekty vyvchennia problemy zhyttiestikosti osobystosti [Some aspects of studying the problem of personality resilience]. *Aktualni problemy psykholohii – Current problems of psychology*, 2(6), 227–234 [in Ukrainian].
9. Chykhantsova, O.A. (2018). Osoblyvosti proiavu komponentiv zhyttiestikosti osobystosti [Peculiarities of manifestation of components of personality resilience]. *Aktualni problemy psykholohii. Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy – Current problems of psychology. Collection of scientific works of the Institute of Psychology named after G.S. Kostyuk of the National Academy of Sciences of Ukraine*, 5, 267–273. Retrieved from <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v6/i14/32.pdf> [in Ukrainian].
10. Bonanno, G.A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events. *American Psychological Association. American Psychologist*, 59, 20–28. Retrieved from https://scholar.google.com.ua/citations?view_op=view_citation&hl=uk&user=biNsmj8AAAAJ&citation_for_view=biNsmj8AAAAJ:hWqix75wD0QC
11. Creed, P.A., Conlon, E.G., & Dhaliwal, K. (2013). Revisiting the academic hardiness scale: revision and revalidation. J. Career (Ed.) *Journal of Career Assessment*, 21, 537–554. Retrieved from <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1069072712475285?icid=int.sj-full-text.similar-articles.6>
12. Maddi, S.R. (1987). Hardiness Training at Illinois Bell Telephone. J.R. Opatz (Ed.). *Health promotion evaluation*. (pp.101–115). Stevens Point (WI) : National Wellness Institute.
13. Maddi, S., & Khoshaba, D. (1994). Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*, 63(2), 265–274.

ANALYSIS OF THE PHENOMENON OF HARDINESS IN THE PARADIGM OF MODERN SCIENCE

Lyubov Spivak

Doctor of Psychological Sciences, Professor

Professor of the Department of Psychology

Berdiansk State Pedagogical University

4, Shmidta Str., Berdiansk, Ukraine, 471100

(Temporary address – 66, Zhukovsky Str., Zaporizhzhia, Ukraine, 69063)

l.m.spivak@npu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-3653-5432>

Abstract

The article is dedicated to the study of the phenomenon of hardiness within the paradigm of modern science. The concept of hardiness has been clarified, as it serves as a fundamental lever for the realization of personal potential in various life circumstances. The psychological content of the key components of hardiness has been revealed: Commitment (interest and active participation in life events), Control (belief in the ability to influence situations), and Risk acceptance (willingness to act in uncertain conditions). These components are crucial in the study of the phenomenon of hardiness. Emphasis is placed on the issues of hardiness that are being studied both abroad and in Ukraine, as well as on the perspectives of scientists who have recently implemented training programs aimed at enhancing the hardiness of youth and specific population groups. Based on the analysis of theories and viewpoints of contemporary Ukrainian and foreign scholars, the conditions that contribute to the development of personal hardiness have been identified and substantiated. The conditions for personality development under the influence of challenging life situations have been examined. The impact of increased hardiness on the physical and mental health of young people, as well as their successful adaptation to stressful situations, has been analyzed. One such situation is the war and military actions in Ukraine. The phenomenon of hardiness has been considered in terms of overcoming difficulties and neutralizing negative experiences throughout a person's life, as individuals constantly face various challenges of different levels. Similarities in the patterns of reasoning among modern Ukrainian and foreign scientists regarding the phenomenon of hardiness and the prospects for further research on this issue have been identified. The psychological content of the mechanisms that enable individuals to withstand stress through factors affecting personal hardiness has been analyzed. Based on the studied material, a personal view on the phenomenon of hardiness, personal hardiness, and the associated mechanisms shaping their interaction has been formed. The author proposes a comprehensive vision of this issue, taking into account the ongoing war events in Ukraine.

Keywords: the phenomenon of hardiness, hardiness, modern science, war, psychological resilience, personality, Ukraine.

Подано 07.10.2024

Рекомендовано до друку 14.10.2024

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ЛОКУСУ КОНТРОЛЮ ТА НАВЧАЛЬНОЇ МОТИВАЦІЇ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

Світлана Ставицька

доктор психологічних наук, професор кафедри педагогіки і психології
Київський національний економічний університет імені Вадима Гетьмана
03057, Україна, м. Київ, Берестейський проспект, 54/1
stavytska.svitlana@kneu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0003-0800-0876>

Валентина Кутішенко

кандидат психологічних наук, доцент
Київський столичний університет імені Бориса Грінченка
04053, Україна, м. Київ, вул. Бульварно-Кудрявська, 18/2
v.kutishenko@kubg.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-5597-705X>

Анотація

Статтю присвячено теоретичному й емпіричному аналізу взаємозв'язку локусу контролю та мотивації навчальної діяльності студентів-психологів. Для проведення дослідження було застосовано комплекс теоретичних (аналіз і узагальнення літератури з проблеми дослідження) та психодіагностичних методик, «Діагностика навчальної мотивації студентів» (А.О. Реан і В.А. Якунін, модифікація Н. Ц. Бадмасвої), «Визначення рівня суб'єктивного контролю» (Є.Ф. Бажин, Є.А. Голинкіна, Л.М. Еткінд). Взаємозв'язок отриманих показників визначався за допомогою кореляційного аналізу (r-Спірмена). Загальну вибірку дослідження склали 90 осіб – студенти 3-4 курсів КНЕУ імені Вадима Гетьмана, КСУ імені Бориса Грінченка та УДУ імені Михайла Драгоманова. Вік та стать респондентів у дослідженні не враховувалися. За результатами дослідження визначено, що найбільш вираженими (у порядку спадання) у студентів є комунікативні мотиви, мотиви престижу та професійні мотиви, мотиви уникання неприємностей і нарікань. Також, значна кількість студентів навчається у ЗВО лише задля отримання диплому про вищу освіту та тому, що подобається соціальна роль студента. У більшості студентів переважає зовнішня мотивація й екстернальний локус контролю. Встановлено, що рівень суб'єктивного контролю студентів-психологів впливає на мотивацію їх навчальної діяльності. Студенти з інтернальним локусом контролю мають переважаючу внутрішню мотивацію і навчаються у ЗВО, насамперед, задля здобуття знань та майбутньої успішної професійної діяльності. Здобувачі вищої освіти з екстернальним локусом контролю мають, переважно, зовнішню навчальну мотивацію і їх метою, передусім, є отримання хорошої оцінки, диплому, стипендії, схвалення викладача та одногрупників, а не оволодіння змістом навчальних предметів чи здобуття глибоких фахових знань. Отже, за результатами кореляційного аналізу емпірично доведено існування достатньо вираженого взаємозв'язку між рівнем суб'єктивного контролю студентів-психологів та мотивацією їх навчальної діяльності.

Ключові слова: навчальна діяльність, зовнішня мотивація учіння, внутрішня мотивація учіння, інтернальний локус контролю, екстернальний локус контролю.

Вступ

У наш час проблема взаємозв'язку мотивації і локусу контролю в освітньому процесі не є широко розгорнутим науковим питанням, яке безпосередньо розглядається і вивчається. Проте, сформованість цих психічних феноменів у студентів є безпосередньо пов'язаною з успішністю навчання. А отже, процес формування мотивації в освітньому процесі – це необхідна умова побудови ефективної педагогічної системи.

Всі психологічні установки студентів пов'язані з зовнішніми і внутрішніми факторами, тобто з локусом контролю, який, відповідно, може призводити до позитивних досягнень або невдач в отриманні знань. Мотивацію учіння можна розглянути з двох сторін: певна частина студентів не проявляє інтересу до навчання і не прагне підвищити якість успішності, а для іншої – навчання є можливістю в забезпеченні своєї професійної діяльності, прагненням отримати стійкі знання, чітко сформувані подальші цілі і плани. Тому важливим є формування саме мотивації учіння.

Дослідження особливостей мотивації учіння студентів з різним рівнем локусу контролю має важливе значення для розуміння особливостей розвитку успішності навчання та особистісних факторів. Такими факторами є активність, ініціативність і відповідальність за події власного життя, рівень зусиль, спрямованих на виконання навчальної діяльності.

Процес формування мотивації в освітньому процесі – це необхідна умова побудови ефективної освітньої системи. Дослідження особливостей мотивації учіння студентів з різним рівнем локусу контролю має важливе значення для розуміння особливостей розвитку їхньої успішності навчання.

Аналіз психологічної літератури дозволяє визначити локус контролю як схильність особистості приписувати свої успіхи або невдачі внутрішнім (інтернальний локус контролю) або зовнішнім (екстернальний локус контролю) чинникам. Для більшості людей, переважно, властивим є поєднання інтернальності та екстернальності у різних сферах життя. Локус контролю впливає й на успішність навчальної діяльності. Оскільки від нього залежить якою мірою студент буде перекладати відповідальність за отримані результати на зовнішні ресурси чи внутрішні якості і стани, як власні, так і оточуючих. Специфіка мотивації учіння студентів визначається різними чинниками та особистісними властивостями студента, зокрема, й локусом контролю.

Насьогодні проблематика мотивації учіння та локусу контролю активно досліджується як зарубіжними, так і українськими вченими. Зокрема, закордонні дослідники розглядають такі питання як: ресурси долаючої поведінки особистості (Terry, 1991); узагальнені підходи до зовнішнього й внутрішнього контролю підкріплення (Rotter, 1966); теоретичні проблеми самовизначення та сприяння внутрішньої мотивації, соціального розвитку та благополуччя (Ryan R. & Deci, 2000); атрибуційний аналіз мотивації досягнення (Weiner & Kukla, 1970); розгляд проблематики локусу контролю в диференціальній психології (Krampen, 1982).

В роботах вітчизняних вчених актуалізуються питання структури й особливостей формування навчальної мотивації студентів (Тимошук & Третяк, 2015); висвітлюються проблеми підготовки та розвитку навчальної мотивації кваліфікованих фахівців у закладах вищої освіти (Бондар & Литвинчук, 2020); досліджуються питання ролі локусу контролю у становленні особистісних якостей захисників своєї країни (Хижняк, 2008); аналізується роль локусу контролю в структурі Я-концепції особистості, як когнітивної детермінанти вибору копінг-стратегій (Демчук, 2016); визначається місце локусу контролю у спортивних досягненнях у взаємозв'язку зі стратегіями подолання стресу (Федорчук, Петровська,

Арнаутова, Ганага & Хмельницька, 2023); встановлюється взаємозв'язок локусу контролю з рефлексивністю особистості (Мирошник, 2023) та ін.

Також є ряд досліджень близьких до зазначеної проблематики. Зокрема, науковці дотично вивчають такі питання як: зв'язок локусу контролю з дезадаптацією підлітків (Gomez, 1998); взаєзв'язок між локусом контролю та досвідом особистості (Thayer, Gorman, Wessman, Schmeidler & Mannucci, 1975); теоретичні підходи до проблеми взаємозв'язку різних видів мотивації та локусу контролю особистості (Шмідзен & Юхименко, 2021); загальні питання психологічних особливостей розвитку локусу контролю у студентському віці (Стахова & Галіцька, 2018); дослідження впливу локусу контролю на навчальну мотивацію студентів-агрономів (Скворчевська, 2021); особливості врахування навчальної мотивації та локусу контролю при підготовці практичних психологів (Бондар, 2017) та ін.

Також, у проведеному дослідженні, ми орієнтувалися й на роботи спрямовані на підбір адаптованих методик для проведення емпіричного етапу дослідження. Зокрема, доцільними до застосування є методи і методики вивчення навчальної мотивації студентів у закладах вищої освіти (Реун, 2015); методи дослідження рівня суб'єктивного контролю (Бажин, Голинкіна & Еткінд, 1984); запропонована авторська методика діагностики тілесного локусу контролю (Хомуленко, Крамченкова, Туркова, Лесніченко & Миронович) та ін.

Мета дослідження: виявлення взаємозв'язку мотивації навчання та суб'єктивного контролю майбутніх психологів.

Завдання дослідження: 1) емпірично дослідити особливості мотивації навчання та локусу контролю майбутніх психологів; 2) виявити взаємозв'язок суб'єктивного контролю і навчальної мотивації студентів-психологів.

Методи дослідження.

Для вивчення психології особливостей мотивації учіння було дібрано такі методики «Діагностика навчальної мотивації студентів» (А.О. Реан і В.А. Якунін, модифікація Н.Ц. Бадмаєвої), «Визначення рівня суб'єктивного контролю» (РСК) (Є.Ф. Бажин, Є.А. Голинкіна та Л.М. Еткінда). Взаємозв'язок отриманих показників визначався за допомогою кореляційного аналізу (r -Спірмена), шляхом використання програмного забезпечення SPSS v.24.0 (IBM Corp. Released 2016). Загальну вибірку дослідження склали 90 осіб – студенти 3-4 курсів КНЕУ імені Вадима Гетьмана, КСУ імені Бориса Грінченка та УДУ імені

М. П. Драгоманова.

Результати та дискусії

За результатами проведених методик можна зробити певні висновки, щодо показників навчальної мотивації студентів і рівня розвитку та спрямованості їх локусу контролю. Спочатку узагальнено проаналізуємо показники, які стосуються учбової мотивації. Так, у досліджуваних, загалом, переважає зовнішня мотивація (у 76,4%), тобто мотиви таких студентів не пов'язані з самим процесом учіння, відповідно, внутрішня мотивація є низько вираженою. Значно менший відсоток респондентів (23,6%) зорієнтований на широкі навчальні мотиви закладені у самому процесі учіння.

Також у студентів за змістом домінують комунікативні мотиви (90%) і мотиви престижу (82,5%). У них виявляється спрямованість до заведення нових знайомств і прагнення бути кращим серед інших. Мотиви уникання неприємностей та нарікань притаманні 75,2%

студентів; далі за значущістю йдуть професійні мотиви (71,2%), мотиви власної творчої реалізації (64,2%), у поєднанні з і соціальними мотивами (62%), що може слугувати чинником, який полегшує виконання творчих завдань. Навчально-пізнавальні мотиви виявились найменш вираженими (58%).

Яскравим прикладом наданих відповідей є такі: «Заради отримання диплому» (72%), «Хочу стати хорошим психологом» (75,3%), «Подобається бути студентом (78,9%), «Просто цікаво» (86,7%). Менш вираженими є такі відповіді як: «Не хочу бути гіршим у групі» (23,7%) і «Цього хотіли батьки» (45,8%).

Щодо суб'єктивного контролю, то у більшості респондентів переважає екстернальний локус контролю (57,3%), а показник інтернального, відповідно, становить (42,7%). Тобто, більшість студентів можуть бути невпевненими у своїх здібностях, неврівноваженими, прагнуть відкласти реалізацію своїх прагнень на невизначений термін, тривожні та конфліктні. Відповідно, інтернали є більш впевненими у собі, послідовними та наполегливими у досягненні поставлених цілей, врівноваженими й комунікабельними. Таким чином, серед досліджуваних переважають особи з екстернальним локусом контролю та зовнішніми мотивами учіння.

Для перевірки взаємовпливу рівня суб'єктивного контролю та мотивації учіння студентів-психологів на основі застосування обраних методик, був проведений аналіз отриманих даних за допомогою кореляційного аналізу (r-Спірмена).

Результати дослідження особливостей взаємозв'язку локусу контролю та мотивації учіння студентів-психологів засвідчили, що чим вищий у студентів рівень локусу контролю, тим вища у них внутрішня навчальна мотивація. Тобто, якщо студент бере відповідальність на себе за все, що відбувається у його житті – тим вірогідніше його навчально-пізнавальні мотиви будуть закладені у самому процесі учіння: інтерес до навчання, прагнення отримувати глибокі знання, бажання успішно вчитись ($r=0,356$, при $p<0,005$).

Також дослідження засвідчило, що чим вища внутрішня мотивації у студента, тим вищою буде загальна інтернальність ($r=0,393$, при $p<0,002$), що вказує на прийняття студентами відповідальності за події власного життя. За результатами кореляційного аналізу зафіксовано прямий вплив високих показників внутрішньої мотивації студентів на зростання інтернальності особистості у сфері досягнень ($r=0,334$ при $p<0,009$). Такі студенти вважають, що самі досягли багато хорошого у своєму житті, і прагнуть успішно слідувати своїй меті у майбутньому. Разом з тим, зростання внутрішньої інтернальності детермінує підвищення особистої відповідальності у сферах, де студент відчуває неуспішність ($r=0,342$ при $p<0,009$). Отримані показники означають, що у досліджуваних є висока ймовірність звинувачувати саме себе в невдачах, які можуть відбуватись у житті.

Водночас, зафіксовано прямий взаємозв'язок внутрішньої інтернальності та інтернальності у сфері професійних стосунків ($r=0,400$ при $p<0,002$). Тобто, такі студенти розглядають свою участь, як важливий чинник в організації власної навчально-професійної діяльності та у сфері міжособистісних стосунків ($r=0,468$ при $p<0$). Вони усвідомлюють власну відповідальність за успішність та конструктивність взаємодії з батьками, викладачами, одногрупниками.

Аналіз впливу внутрішньої інтернальності на автономність у сфері сімейних відносин ($r=0,356$ при $p<0,005$) та у ставленні до власного здоров'я ($r=0,381$ при $p<0,003$) також показав вагомі прямі зв'язки. Такі результати свідчать про вміння студента брати на себе

відповідальність у випадку сімейних конфліктів, хвороби та усвідомлювати, що безконфліктне спілкування та одужання залежатиме саме від його дій.

Результати дослідження також довели, що чим вищий екстернальний локус контролю у студентів, тим нижчою є внутрішня навчальна мотивація ($r=-0,356$, при $p<0,005$). Тобто, якщо студенти вважають, що більшість подій, які відбуваються в їх житті залежать від впливу інших чи випадку, відповідно, у й навчальній діяльності їх мотиви будуть знаходитися поза процесом учіння. За нашим уявленням, них буде низьким інтерес до професії та відсутнє прагнення отримати глибокі знання, прагнення до самовдосконалення.

Також було виявлено зворотні кореляційні зв'язки зниженої зовнішньої навчальної мотивації з вираженою загальною інтернальністю ($r=-0,371$ при $p<0,004$) та високими показниками інтернальності у сфері досягнень ($r=-0,341$ $p<0,008$). А отже, чим більше навчальні мотиви пов'язані з самим процесом учіння, тим більша вірогідність, що студент братиме відповідальність за всі події, які відбуваються в його житті. Такі респонденти вважають, що самі досягли всього позитивного у власному житті та прагнутимуть з успіхом слідувати їх меті у майбутньому.

У той же час доведено, що чим менше вираженою є зовнішня мотивація студентів, тим більш вираженою буде інтернальність в сфері навчально-професійних відносин ($r=-0,353$ при $p<0,006$). Такі студенти вважають себе відповідальними за організованість і успішність учбових дій та взаємини, які складатимуться з одногрупниками й викладачами.

Висновки

Згідно мети та завдань дослідження було виявлено психологічні особливості мотивації учіння і локусу контролю майбутніх психологів та означено специфіку взаємозв'язку між ними.

За результатами проведеного дослідження визначено, що у переважної кількості студентів яскраво вираженою є зовнішня мотивація і екстернальний локус контролю, а менш явною є внутрішня мотивація та інтернальний локус контролю. Результати діагностики навчальної мотивації студентів свідчать, що найбільш значимими є комунікативні мотиви, мотиви престижу та професійні. Досить вагомими є мотив уникання неприємностей та нарікань. Також, отримані показники вказують, що значна кількість студентів навчається у закладі вищої освіти лише задля отримання диплому про вищу освіту та через привабливість соціальної ролі студента.

Відповідно до результатів проведеного кореляційного аналізу можна зазначити, що рівень суб'єктивного контролю студентів-психологів впливає на мотивацію їх учіння. Зокрема, студенти з інтернальним локусом контролю мають внутрішню мотивацію і навчаються у ЗВО, переважно, задля здобуття знань та майбутньої успішної професійної діяльності. Відповідно, студенти з екстернальним локусом контролю мають, переважно, зовнішню навчальну мотивацію. Основна мета їх навчання не оволодіння змістом навчальних предметів і здобуття глибоких знань, а отримання хорошої оцінки, диплому, стипендії, схвалення викладача.

Отже, за результатами кореляційного аналізу емпірично доведено існування досить вираженого взаємозв'язку між рівнем суб'єктивного контролю студентів-психологів та мотивацією їх учбової діяльності.

Перспективою подальших досліджень ми вбачаємо у створенні авторського курсу з розвитку мотивації учіння студентів-психологів з різним рівнем суб'єктивного контролю.

Література

1. Боснюк, В. (2020). *Математичні методи в психології: курс лекцій*. Харків : НУЦЗУ.
2. Бондар, Л. (2017). *Features of motivation of educational activity of students – future practical psychologists*. *Вісник Національного авіаційного університету. Збірник наукових праць: педагогіка, психологія*, 10, 23–27. <https://doi.org/10.18372/2411-264X.10.12459>.
3. Бондар, Л., & Литвинчук, Н. (2020). Мотивація навчальної діяльності студентів як провідний чинник підготовки майбутніх фахівців. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»: науковий журнал*, 11, 67–71. Режим доступу: <https://journals.oa.edu.ua/Psychology/article/view/2970>
4. Демчук, О. (2016). Локус контролю в структурі Я-концепції особистості як когнітивна детермінанта вибору копінг-стратегій. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія: Психологічні науки*, 2(1), 53–58. Режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_2\(1\)_11](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_2(1)_11).
5. Скворчевська, Є. (2021). Особливості локусу контролю у студентів-агрономів. *Zeszyty naukowe wyższej szkoły technicznej w katowicach*, 13, 145–158. Режим доступу: http://www.wydawnictwo.wst.pl/uploads/files/14_Skvorchevska.pdf
6. Хомуленко, Т., Крамченкова, В., Туркова, Д., Лесніченко, Н., & Миронович, Б. (2019). Методика діагностики тілесного локусу контролю. *Вісник Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди. Психологія*, 62, 293–316. Режим доступу: <http://journals.hnpu.edu.ua/index.php/psychology/article/view/3115>
7. Мирошник, О. (2023). Локус контролю та рефлексивність. *Науковий журнал з соціології та психології «Габітус»*, 45, 238–242. Режим доступу: <http://habitus.od.ua/journals/2023/45-2023/39.pdf>
8. Рекун, Г., & Прус, Ю. (2015). Діагностика навчальної мотивації студентів ВНЗ. *Актуальні проблеми економіки*, 5, 386–394. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/ape_2015_5_48.
9. Федорчук, С., Петровська, Т., Арнаутова, Л., Ганага, О., & Хмельницька, І. (2023). Локус контролю як особистісний ресурс подолання стресу кваліфікованих спортсменок. *Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія*, 1, 28–34. <https://doi.org/10.32652/spmed.2023.1.28-34>
10. Стахова, О., & Галіцька, І. (2018). *Психологічні особливості розвитку локус-контролю в студентському віці*. О.О. Стахова (Ред.). *Актуальні питання теорії та практики психолого-педагогічної підготовки майбутніх фахівців: збірник науково-методичних праць*. (с. 21-25). Режим доступу: <http://eprints.zu.edu.ua/28765/1/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%85%D0%BE%D0%B2%D0%B04.pdf>
11. Тимошук, С., & Третяк, О. (2015). Особливості формування навчальної мотивації студентів. *Вісник Житомирського державного університету. Педагогічні науки*, 2(80), 64–68. Режим доступу: <https://visnyk.zu.edu.ua/Articles/80/14.pdf>
12. Хижняк, О. (2009). Локус контролю у становленні особистості захисника країни. *Наука і освіта*, 1(2), 135–138. Режим доступу: <http://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/13998/1/Khyzhniak%20Iryna%20Anatolii%202009.pdf>
13. Шмідзен, І., & Юхименко, І. (2021). Теоретичні аспекти дослідження взаємозв'язку мотивації та локусу контролю особистості. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: Психологія*, 1, 36–39. Ужгород : Видавничий дім «Гельветика».

14. Gomez, R. (1998). Locus of control and avoidant coping: Direct, interactional and mediational effects on maladjustment in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 24(3), 325–334.
15. Krampen, G. (1982). *Differentialpsychologie der Kontrollüberzeugungen (Locus of control)*. Göttingen, Toronto, Zurich : Hogrefe
16. Thayer, S., Gorman, B., Wessman, A., Schmeidler, G., & Mannucci E. (1975). The Relationship between Locus of Control and Temporal Experience. *The Journal of Genetic Psychology*, 126(2), 275–279. <https://doi.org/10.1080/00221325.1975.10532342>
17. Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1–28. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
18. Ryan, R., & Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
19. Weiner, B., & Kukla, A. (1970). An attributional analysis of achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 15,1–20.

References

1. Bosniuk, V. (2020). *Matematychni metody v psykhologii: kurs leksii [Mathematical methods in psychology: a course of lectures]*. Kharkiv : NUTsZU [in Ukrainian].
2. Bondar, L. (2017). Features of motivation of educational activity of students – future practical psychologists [Features of motivation of educational activity of students – future practical psychologists]. *Visnyk Natsionalnoho aviatsiinoho universytetu. Zbirnyk naukovykh prats: pedahohika, psykhologhiia – Bulletin of the National Aviation University. Collection of scientific works: pedagogy, psychology*, 10, 23–27. <https://doi.org/10.18372/2411-264X.10.12459> [in Ukrainian].
3. Bondar, L., & Lytvynchuk, N. (2020). Motyvatsiia navchalnoi diialnosti studentiv yak providnyi chynnnyk pidgotovky maibutnikh fakhivtsiv [Motivation of students' educational activity as a leading factor in the training of future specialists]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu «Ostrozka akademiia». Seriiia «Psykhologhiia»: naukovyi zhurnal – Scientific notes of the National University "Ostroh Academy". Series "Psychology": scientific journal*, 11, 67–71. Retrieved from <https://journals.oa.edu.ua/Psychology/article/view/2970> [in Ukrainian].
4. Demchuk, O. (2016). Lokus kontroliu v strukturi Ya-kontseptsii osobystosti yak kohnityvna determinanta vyboru kopinh-stratehii [Locus of control in the structure of the self-concept of the individual as a cognitive determinant of the choice of coping strategies]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriiia: Psykhologhichni nauky – Scientific Bulletin of the Kherson State University. Series: Psychological Sciences*, 2(1), 53–58. Retrieved from [http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_2\(1\)_11](http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhp_2016_2(1)_11) [in Ukrainian].
5. Skvorchevska, Ye. (2021). Osoblyvosti liukusu kontroliu u studentiv-ahronomiv [Peculiarities of locus of control in agronomist students]. *Zeszyty naukowe wyzszej szkoly technicznej w katowicach*, 13, 145–158. Retrieved from http://www.wydawnictwo.wst.pl/uploads/files/14_Skvorchevska.pdf [in Ukrainian].
6. Khomulenko, T., Kramchenkova, V., Turkova, D., Lesnichenko, N., & Myronovych, B. (2019). Metodyka diahnostryky tilesnoho lokusu kontroliu [Methodology for diagnosing the bodily locus of control]. *Visnyk Kharkivskiyi natsionalnyi pedahohichnyi universytet imeni H.S. Skovorody. Psykhologhiia – Bulletin of the Kharkiv G.S. Skovoroda National Pedagogical University. Psychology*, 62, 293–316. Retrieved from <http://journals.hnpu.edu.ua/index.php/psychology/article/view/3115> [in Ukrainian].
7. Myroshnyk, O. (2023). Lokus kontroliu ta reflektivnist [Locus of control and reflexivity]. *Naukovyi zhurnal z sotsiologii ta psykhologii «Habitus» – Scientific Journal of Sociology and Psychology "Habitus"*, 45, 238–242. Retrieved from <http://habitus.od.ua/journals/2023/45-2023/39.pdf> [in Ukrainian].

8. Rekun, H., & Prus, Yu. (2015). Diahnostyka navchalnoi motyvatsii studentiv VNZ [Diagnostics of educational motivation of university students]. *Aktualni problemy ekonomiky – Current problems of economics*, 5, 386–394. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/ape_2015_5_48 [in Ukrainian].
9. Fedorchuk, S., Petrovska, T., Arnautova, L., Hanaha, O., & Khmelnytska, I. (2023). Lokus kontroliu yak osobystisnyi resurs podolannia stresu kvalifikovanykh sportsmenok [Locus of control as a personal resource for overcoming stress of qualified sportswomen]. *Sportyvna medytsyna, fizychna terapiia ta erhoterapiia – Sports Medicine, Physical Therapy and Occupational Therapy*, 1, 28–34. <https://doi.org/10.32652/spmed.2023.1.28-34> [in Ukrainian].
10. Stakhova, O., & Halitska, I. (2018). Psykholohichni osoblyvosti rozvytku lokus-kontroliu v studentskomu vitsi [Psychological features of the development of locus control in student age]. O.O. Stakhova (Ed.). *Aktualni pytannia teorii ta praktyky psykholoho-pedahohichnoi pidhotovky maibutnikh fakhivtsiv: zbirnyk naukovo-metodychnykh prats – Current issues of the theory and practice of psychological and pedagogical training of future specialists: a collection of scientific and methodological works* (pp. 21-25). Retrieved from <http://eprints.zu.edu.ua/28765/1/%D0%A1%D1%82%D0%B0%D1%85%D0%BE%D0%B2%D0%B04.pdf> [in Ukrainian].
11. Tymoshuk, S., & Tretiak, O. (2015). Osoblyvosti formuvannia navchalnoi motyvatsii studentiv [Features of formation of educational motivation of students]. *Visnyk Zhytomyrskoho derzhavnoho universytetu. Pedahohichni nauky – Bulletin of Zhytomyr State University. Pedagogical Sciences*, 2(80), 64–68. Retrieved from <https://visnyk.zu.edu.ua/Articles/80/14.pdf> [in Ukrainian].
12. Khyzhniak, O. (2009). Lokus kontroliu u stanovlenni osobystosti zakhysnyka krainy [The locus of control in the formation of the personality of the defender of the country]. *Nauka i osvita – Science and education*, 1(2), 135–138. Rezhym dostupu: <http://dspace.pdpu.edu.ua/jspui/bitstream/123456789/13998/1/Khyzhniak%20Iryna%20Anatoliivna%202009.pdf> [in Ukrainian].
13. Shmidzen, I., & Yukhymenko, I. (2021). Teoretychni aspekty doslidzhennia vzaiemozviazku motyvatsii ta lokusu kontroliu osobystosti [Theoretical aspects of the study of the relationship between motivation and locus of control of the individual]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho universytetu. Serii: Psykholohiia – Scientific Bulletin of Uzhhorod University. Series: Psychology*, 1, 36–39. Uzhhorod : Vydavnychiy dim «Helvetyka» [in Ukrainian].
14. Gomez, R. (1998). Locus of control and avoidant coping: Direct, interactional and mediational effects on maladjustment in adolescents. *Personality and Individual Differences*, 24(3), 325–334.
15. Krampen, G. (1982). *Differentialpsychologie der Kontrolluberzeugungen (Locus of control)*. Gottingen, Toronto, Zurich : Hogrefe
16. Thayer, S., Gorman, B., Wessman, A., Schmeidler, G., & Mannucci E. (1975). The Relationship between Locus of Control and Temporal Experience. *The Journal of Genetic Psychology*, 126(2), 275–279. <https://doi.org/10.1080/00221325.1975.10532342>
17. Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1–28. <https://doi.org/10.1037/h0092976>
18. Ryan, R., & Deci, E. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American psychologist*, 55(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
19. Weiner, B., & Kukla, A. (1970). An attributional analysis of achievement motivation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 15, 1–20.

**RELATIONSHIP OF LOCUS OF CONTROL AND EDUCATIONAL
MOTIVATION OF PSYCHOLOGY STUDENTS**

Svitlana Stavvytska

**Doctor of Psychological Sciences, Professor of the Department of Pedagogy
and Psychology**

Kyiv Vadym Hetman National University of Economics

54/1, Beresteyskyi prospect, Kyiv, Ukraine, 03057

stavvytska.svitlana@kneu.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0003-0800-0876>

Valentyna Kutishenko

PhD in Psychology, Associate Professor

Kyiv Boris Grinchenko Metropolitan University

18/2, Bulvarno-Kudryavska Str., Kyiv, Ukraine, 04053

v.kutishenko@kubg.edu.ua, <https://orcid.org/0000-0002-5597-705X>

Abstract

The article is focused on the theoretical and empirical analysis of the relationship between the locus of control and motivation of educational activities of psychology students. To conduct the study, a series of theoretical (analysis and synthesis of literature on the research problem) and psychodiagnostic methods was used, such as “Diagnostics of students’ educational motivation” (A.O. Rean and V.A. Yakunin, modified by N. Ts. Badmaeva), “Determination of the level of subjective control” (E.F. Bazhyn, E.A. Golyunkina, L.M. Etkind). The relationship between the indicators obtained was determined by correlation analysis (r-Spearman). The total sample of the study consisted of 90 people - third- and fourth-year students of Vadym Getman KNEU, Borys Grinchenko KSU and Mykhailo Dragomanov USU. The age and gender of the respondents were not taken into account in the study. According to the study results, the most pronounced (in descending order) motives among the students are communication motives, prestige and professional motives, motives to avoid troubles and complaints. In addition, a significant number of students study at higher education institutions only to obtain a higher education diploma, and because they like the social role of the student. Most students are dominated by extrinsic motivation and an external locus of control. It has been established that the level of subjective control of psychology students affects the motivation of their educational activities. Students with an internal locus of control have a predominant internal motivation and study at higher education institutions, primarily for the purpose of gaining knowledge and future successful professional activities. Higher education students with an external locus of control have mainly external learning motivation and their goal is primarily to obtain a good grade, diploma, scholarship, teacher and classmates’ approval, rather than mastering the content of academic subjects or gaining deep professional knowledge. Thus, the results of the correlation analysis have empirically proven the existence of a sufficiently pronounced relationship between the level of subjective control of psychology students and the motivation of their learning activities.

Keywords: learning activity, extrinsic learning motivation, intrinsic learning motivation, internal locus of control, external locus of control.

Подано 07.10.2024

Рекомендовано до друку 14.10.2024

УДК159.922.6.-057

[https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25\(70\).09](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series12.2024.25(70).09)

АГРЕСІЯ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ В УМОВАХ ВІЙНИ

Лариса Журавльова

доктор психологічних наук, професор,

професор кафедри психології

Поліський національний університет

10008, Україна, м. Житомир, вул. Старий Бульвар, 7

lpz2008@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0003-4020-7279>

Web of Science ResearcherID: Q-6664-2018

<https://publons.com/researcher/1866935/larysa-zhuravlova/>

Scopus Author ID: 57221460394

<http://www.scopus.com/inward/authorDetails.url?authorID=57221460394&partner>

Вікторія Заруднева

магістрантка ОПП «Практична психологія»

Поліський національний університет

10008, Україна, м. Житомир, вул. Старий Бульвар, 7

v.zarydneva@gmail.com

Анотація

У статті розглядаються теоретичні підходи та аналізуються результати емпіричного дослідження проявів агресії та її чинників в міжособистісній взаємодії молодих українців в умовах повномасштабного вторгнення Росії в Україну. Здійснено ієрархічну систематизацію показників агресивної спрямованості юнацтва на різні соціальні суб'єкти (в порядку спадання показників): керівництво, поведінка однолітки, поведінка сторонніх людей, поведінка батьків, власне Я, формальний зовнішній соціум. Доведено, що існують статеві відмінності в спрямованості агресії молоді: хлопці більш толерантні до власного Я і поведінки сторонніх людей та менш толерантні до поведінки однолітків і формального зовнішнього соціуму, порівняно з дівчатами. Виявлено позитивну динаміку інтегральної емпатії особистості юнацького віку та домінування просоціальної поведінки в міжособистісній взаємодії. Ієрархічна систематизація частоти проявів форм емпатії особистості юнацького віку має наступну послідовність (в порядку спадання показників): реальне сприяння не на шкоду собі, альтруїзм, пасивна емпатія, співчуття, антиемпатія, співпереживання, індиферентність. Статева диференціація проявів форм інтегральної емпатії виявила наявність більш високих показників емпатії у юнаків, їх більшу готовність до прояву дієвих форм емпатії, порівняно з дівчатами. Показано, що більшість осіб юнацького віку в умовах війни мають високий рівень ситуативної та особистісної тривожності, констатовано їх статеві відмінності, зокрема, у хлопців відсутні показники низької ситуативної тривожності (проявляють лише помірну та високу), у дівчат вони розподілені за всіма рівнями. Отримано достовірні позитивні кореляційні взаємозв'язки між показниками агресії, спрямованої на керівництво, та індиферентності й ситуативної тривожності; поведінкою сторонніх людей та ситуативною й особистісною тривожністю; поведінкою однолітків та внутрішнім сприянням; власним Я та антиемпатією, ситуативною й особистісною тривожністю.

Ключові слова: спрямованість агресії, чинники агресії, інтегральна емпатія, форми емпатії, тривожність, юнацький вік.

Вступ

Війна впливає на психічний стан людей, які опинилися в зоні конфлікту. Агресія та насильство, на жаль, стали частиною нашого повсякденного життя. Оскільки агресія є еволюційною функцією психіки, вона виконує різні адаптивні функції в складних для виживання умовах: самозахист, досягнення домінування та захист території (Sapolsky, 2018). Даний феномен також може функціонувати як відповідь на розчарування чи передбачувані загрози, може служити засобом вивільнення емоційної напруги (Дроздов & Скок, 2000). Причиною агресивної поведінки в юнацькому віці може бути комплекс психологічних і соціальних факторів, які прямо чи опосередковано впливають на появу та особливості форм проявів агресії.

Агресія – це прояв індивідуальної чи колективної поведінки, спрямованої на нанесення психічної чи фізичної шкоди іншим (Дроздов & Скок, 2000). З початком повномасштабного вторгнення Росії в Україну, українці кожного дня відчувають і переживають наслідки найрізноманітніших форм російської агресії: підвищення рівня напруженості, роздратування, страху, гніву тощо (Журавльова & Хільченко, 2023). Перелічені стани можуть стати чинниками агресивної поведінки, виникнення конфліктних ситуацій в сім'ї, конфронтацій на робочому місці та в соціальному оточенні.

Очевидно, що на третьому році повномасштабної війни все населення України знаходиться в хронічному стресі. Особливо негативно це позначається на особах юнацького віку, оскільки цей вік є сензитивним для якісного переосмислення системи життєвих цінностей, пошуку сенсу життя, особистісної та професійної самореалізації, усвідомлення власної суб'єктності, особистісної ідентичності (Его-ідентичності). Умови війни породжують ситуації фрустрації та позбавляють їх вільного життєвого вибору, відчуття власної автономності, окремих життєвих сенсів. А як відомо фрустрація, кризи та стрес є умовами зростання тривожності, актуалізації непродуктивних форм емпатії, агресивності та агресивної поведінки (Zhuravlova & Chebykin, 2021).

Дослідження взаємозв'язків між рівнем агресії, емпатії та тривожності має особливу актуальність в умовах війни, оскільки дає змогу краще зрозуміти психологічні механізми, які впливають на поведінку юнацтва в кризових ситуаціях. Аналіз проявів агресії та її спрямованості створює базу для розвитку програм підтримки юнацтва, що має жити в умовах війни, з метою покращення їх емоційної регуляції та вирішення особистісних проблем. Спостерігаючи за травматичними подіями сьогодення, молодь може відчувати сильну тривогу стосовно власної безпеки та майбутнього, а здатність до емпатії зазнає деформацій внаслідок зміщення пріоритетів з міжособистісної взаємодії, особистісного розвитку на виживання в умовах війни.

Розрізняють декілька підходів в поясненні природи агресії. Р. Берон і Д. Ричардсон (за: Дроздов & Скок, 2020) вважають, що агресія в будь-якій формі прояву – це поведінка, спрямована на заподіяння шкоди живій істоті. Психологи гуманістичного напрямку вважали, що людині не властиві природжені інстинкти жорстокості й агресії, а з погляду психоаналітиків агресивність трактується як вроджена, інстинктивна властивість людини. В рамках фрустраційної теорії агресія описується як поведінкова реакція на фрустрацію (труднощі на шляху до досягнення мети), а фрустрація завжди тягне за собою агресію. З точки

зору теорії соціального навчання агресивна поведінка є складною системою навичок, що вимагає тривалого та всебічного навчання: щоб засвоїти способи агресивних дій, людина повинна спостерігати їх соціальні приклади, отримувати заохочення у разі їх проявів.

Дослідники розділяють комплекс індивідуально-психологічних та соціально-психологічних факторів, які впливають на появу та особливості проявів агресії. Домінуючими серед цих факторів є насильство в сім'ї, вплив асоціальних субкультур однолітків, стан емоційного напруження тощо.

На процес розподілу ролей в ситуації агресії впливають наступні чинники: а) самооцінка власної поведінки в таких ситуаціях; б) соціальне прийняття чи неприйняття відповідної ролі; в) соціальний статус (Дроздов & Скок, 2000). Також було виявлено, що існують гендерні відмінності у розподілі ролей: хлопці частіше виступають у ролі агресора, вони більш схильні до проявів агресії фізичного типу, а дівчата – до вербальних і соціальних її виявів (Товт, 2021).

Зважаючи на сказане вище, визначено мету дослідницької роботи: емпірично дослідити психологічні особливості та чинники проявів агресії особистістю юнацького віку в умовах війни.

Основними завданнями дослідження є наступні: 1) диференціювати прояви агресії в юнацькому віці щодо різних соціальних об'єктів (керівництва; поведінки батьків, сторонніх людей та однолітків; формального зовнішнього соціуму; власного Я); 2) виявити особливості проявів інтегральної емпатії та її форм в юнацькому віці; 3) проаналізувати особливості проявів тривожності в юнацькому віці; 4) встановити взаємозв'язки між показниками агресії, емпатії та тривожності юнаків та юнок в умовах війни.

Методи дослідження

Емпіричне дослідження проводилось серед студентів вищих навчальних закладів України. Загальна кількість респондентів становила 46 осіб, зокрема 28 юнок та 18 юнаків. Для виконання завдань емпіричного дослідження було використано три психодіагностичні методики та математично-статистичні методи: визначення середніх арифметичних показників і відсоткових співвідношень, знаходження лінійної кореляції Пірсона.

1. Для дослідження особливостей проявів агресії в юнацькому віці щодо різних соціальних суб'єктів використано тест на виявлення спрямованості агресивної поведінки Е.К. Агеєнкової та М.В. Тарасова (Ларіонов & Буніс, 2020). Тест складається з шести блоків запитань. В кожному блоці від восьми до двадцяти двох запитань. Запитання визначають рівень агресії, спрямованої на керівництво, поведінку батьків, поведінку сторонніх людей, поведінку однолітків, формальний зовнішній соціум, власне Я.

2. З метою визначення впливу розвитку емпатії на рівень агресивної поведінки у юнацькому віці застосовувався «Тест на емпатію для підлітків та юнаків» Л.П. Журавльової (Журавльова, 2010; Zhuravlova & Chebykin, 2021). З його допомогою визначалися п'ять рівнів розвитку інтегральної емпатії особистості: дуже високий, високий, середній, низький, дуже низький. Методика складається з 15 ситуацій морального вибору, де респонденту пропонуються різні емпатогенні ситуації. Для розв'язання ситуації надається сім варіантів відповідей. Запропоновано також власний варіант відповіді, який у відповідності до його змісту відноситься експериментатором до одного з наданих шляхів вирішення ситуації. Кожен із запропонованих варіантів відповідей репрезентує одну з форм емпатії: антиемпатію, індіферентність, співчуття, внутрішнє сприяння (пасивна емпатія), реальне сприяння не на

шкоду собі (просоціальна поведінка), реальне сприяння на шкоду собі (альтруїзм). Визначається також показник інтегральної емпатії – сума показників антиемпатії та всіх форм емпатії.

3. За допомогою опитувальника Ч.Д. Спілбергера-Ханіна (Агаєв та ін., 2016) визначалися рівні ситуативної та особистісної тривожності. Шкала ситуативної (реактивної) тривожності оцінює поточний стан тривоги. Вона вимірює, що респонденти відчувають «тут і тепер»: страх, напруження, нервозність, неспокій. Друга, шкала (особистісна тривожність) оцінює відносно стабільні аспекти особистості, її схильність до занепокоєння, показники відчуття спокою, впевненості та безпеки.

Результати та дискусії

Результати емпіричного дослідження проявів агресії в юнацькому віці та особливості її спрямованості на різні соціальні суб'єкти подано в таблиці 1.

Таблиця 1

Спрямованість агресії особистості в юнацькому віці (середньоарифметичні значення)

Спрямова- ність агресії (на)	Рівень агресії								
	Низький		Середній		Високий		Загалом		
	дівча- та	хлоп- ці	дівча- та	хлоп- ці	дівча- та	хлоп- ці	дівча- та	хлоп- ці	загаль-на вибірка
Керівництво	0,00	13,00	61,56	62,80	88,20	89,86	71,07	70,56	70,87
Поведінка батьків	13,00	9,00	36,32	32,25	55,33	59,00	35,86	32,44	34,52
Поведінка сторонніх людей	13,00	0,00	38,48	35,76	56,00	54,00	38,19	36,78	37,62
Поведінка однолітків	17,00	20,00	40,20	38,94	0,00	0,00	37,71	37,89	37,78
Формальний зовнішній соціум	9,50	8,00	28,25	22,20	0,00	0,00	17,54	19,83	18,43
Власне Я	7,25	8,00	19,82	18,67	34,00	33,50	21,57	19,72	20,85

Ієрархічна систематизація показників агресивної спрямованості молоді на різні соціальні суб'єкти виявила, що загалом переважає показник рівня агресії, спрямованої на керівництво. Це може бути спричинено комбінацією складних почуттів: недовіри, розчарування, незадоволення, втрати почуття соціальної безпеки, порушенням особистих кордонів. Особливо цей показник високий у хлопців. Одним із чинників такої поведінки може бути, зважаючи на вік, відсутність досвіду та не сформованість адекватних реакцій на неправомірні (за думкою респондентів) дії керівництва.

Найнижчі показники має агресія, яка спрямована на формальний зовнішній соціум, тобто на релігійні вподобання, окремі субкультури, музичні напрямки, сексуальні меншини,

символіку та графіті відповідних груп, соціального статусу, стилів одягу, до людей з тілесними та розумовими вадами, раси та національності людини.

При цьому дівчата мають тенденцію бути більш байдужими до цих аспектів, порівняно з хлопцями. Також констатуємо низький показник агресії, спрямованої на власне Я. Не відслідковується тенденція до деструктивної поведінки, в основі якої лежить самоприниження, самозвинувачення, визначення себе як негідної людини. Цей показник у хлопців нижчий, ніж у дівчат.

Майже однакові помірні показники агресії спостерігаються у юнаків та юнок при спілкуванні з однолітками, взаєминах з батьками та до сторонніх осіб в оточуючому середовищі. Статева відмінність виражається в тому, що дівчата налаштовані агресивніше, порівняно з хлопцями. Відсутність високих показників спрямованої агресії на однолітків в умовах військового стану може свідчити не лише про вікові особливості юнацтва щодо потреби в конструктивній взаємодії з однолітками, наявності у них високого рівня самоусвідомлення, взаєморозуміння та взаємопідтримки, а й про збільшення відчуття безпеки у молодих людей в групі однолітків. Домінантні реакції лідерів не викликають у юнацтва агресивних реакцій. Очевидно, що представники сучасної молоді не піддавались тиску з боку батьків та виховувались в домашньому середовищі, яке не спричиняло наслідування агресивної поведінки.

Середній діапазон вияву агресії, спрямованої на сторонніх людей, може бути пов'язаний з успішною інтеріоризацією сучасних цінностей людської цивілізації: максимальна толерантність до будь-яких груп та меншин, їх цінностей та культури.

Для дослідження рівня емпатії та форм її прояву в юнацькому віці була використана методика Л. П. Журавльової «Тест на визначення емпатії у підлітків та юнаків». З її допомогою визначено середньоарифметичні показники інтегральної емпатії та кожної з її форм: антиемпатії, індиферентності, співпереживання, співчуття, внутрішнього сприяння (пасивна емпатія), реального сприяння не на шкоду собі (просоціальна поведінка), альтруїзму особистості юнацького віку (таблиця 2).

Таблиця 2

**Особливості проявів інтегральної емпатії та її форм
(середньоарифметичні значення)**

Форми емпатії	Дівчата	Хлопці	Загальна вибірка
Антиемпатія	2,64	2,44	2,57
Індиферентність	2,11	2,28	2,17
Співпереживання	1,11	1,44	1,24
Співчуття	5,00	2,67	4,09
Внутрішнє сприяння	7,18	7,50	7,30
Реальне сприяння не на шкоду собі	15,86	16,00	15,91
Альтруїзм	8,04	11,11	9,24
Інтегральна емпатія	32,43	34,00	33,04

За результатами емпіричного аналізу прослідковується наступна ієрархічна послідовність показників частоти форм емпатійного реагування юних українців: реальне сприяння не на шкоду собі; альтруїзм; внутрішнє сприяння; співчуття; антиемпатія;

співпереживання; індивідуальність. Отже, у юнацтва в умовах війни найчастіше проявляються просоціальна поведінка та альтруїзм, а найрідше – співпереживання та байдужість. Емоційна «замороженість» співпереживання, очевидно, спричинена екстремальною ситуацією в нашій країні. В умовах війни спрацьовує захисний механізм замирання, а також, розвивається небайдужість, чуйність, людяність і терпимість. Можна припустити, що в умовах війни у молодих людей відбувається зростання ціннісних настанов на емпатійне спілкування та толерантну поведінку. Наше припущення підтверджується тим, що в умовах війни середній показник інтегральної емпатії молодих людей зріс від довоєнних з 26,08 балів (Журавльова, 2024) до 33,04 та став наближатися до рівня емпатії в юнацькому віці на початку третього тисячоліття (Журавльова, 2024). Таким чином, проживання української молоді в умовах війни зумовило порушення негативної еволюційної динаміки емпатії (Konrath, 2013).

В розрізі статевого аналізу показників розвитку інтегральної емпатії констатуємо наявність вищих показників у хлопців, порівняно з дівчатами. Однак, для дівчат доволі характерним є прояв такої когнітивно-емоційної форми емпатії, як співчуття, яку вони проявляють майже в два рази частіше, порівняно з хлопцями. Також дівчата частіше проявляють внутрішнє сприяння, порівняно з хлопцями. Водночас, юнакам притаманні вищі показники таких поведінкових форм емпатії як альтруїзм і реальне сприяння не на шкоду собі. Що ж стосується дисонансних форм емпатії, то у дівчат більш вираженою виявилась антиемпатія, а у хлопців – індивідуальність.

На наступному етапі дослідження визначалися ситуативна та особистісна тривожність за опитувальником Спілбергера-Ханіна. В таблиці 3 подано показники проявів ситуативної тривожності та її статева диференціація.

Таблиця 3

Особливості виявів ситуативної тривожності у осіб юнацького віку

Ситуативна (реактивна) тривожність	Дівчата		Хлопці		Загальна вибірка	
	μ	%	μ	%	μ	%
Низький рівень	26,67	10,71	0,00	0,00	26,67	6,52
Помірний рівень	37,60	35,72	35,00	38,89	36,53	36,96
Високий рівень	55,73	53,57	57,36	61,11	56,42	56,52

Примітка: μ – середньоарифметичні значення

Отримані результати діагностики засвідчили високі показники ситуативної тривожності молодих українців в умовах війни. Зокрема, у хлопців він більший, порівняно з дівчатами. Такий стан може свідчити про емоційну реакцію юнацтва на стресову ситуацію в Україні. Особистості, що відносяться до категорії високотривожних, схильні відчувати загрозу своєму життю та очікувати небезпеку для своїх рідних. Це свідчить про те, що юнацтво орієнтується на зовнішні фактори та події, які відбуваються сьогодні, вони надають їм великого значення. Жоден з респондентів чоловічої статі не проявив низького рівня тривожності, більша половина з них (61,11%) має високі показники реактивної тривожності, решта – помірні. У дівчат ці показники розподілилися між усіма рівнями тривожності (див. табл. 3).

Дещо інші результати показав аналіз особливостей особистісної тривожності юнацтва та її статевої диференціації (таблиця 4). Більшість представників юнацького віку мають

високий рівень особистісної тривожності. Проте, статеву диференціацію виявила дещо іншою, порівняно з відповідними показниками ситуативної тривожності та відповідає довоєнним дослідженням (Дробот, 2022).

Таблиця 4

Дослідження особливостей вияву особистісної тривожності юнаками та юнками

Особистісна тривожність	Дівчата		Хлопці		Загальна вибірка	
	μ	%	μ	%	μ	%
Низький рівень	29,33	10,71	30,00	5,56	29,50	8,70
Помірний рівень	40,50	14,29	39,22	50,00	39,62	28,26
Високий рівень	61,24	75,00	59,63	44,44	60,79	63,04

Примітка: μ – середньоарифметичні значення

Середньоарифметичне значення тривожності у дівчат на кожному з її рівні достовірно не є вищим, порівняно з хлопцями. Але серед дівчат дещо більша кількість досліджуваних показала високий рівень особистісної тривожності, порівняно з хлопцями (відповідно, 75,00% та 44,44%). Висока особистісна тривожність дівчат може бути пов'язана з тривалим (майже три роки) перебуванням в умовах війни, які спричиняють втрату впевненості, розфокусування уваги на зовнішні обставини та вимоги, а також, сприяють виникненню невротичних реакцій та розвитку психосоматичних захворювань. Натомість у дівчат з низьким рівнем тривожності може бути слабка активність та мотиваційна складова діяльності, втрата інтересу та почуття відповідальності при вирішенні завдань. Помірний і низький показники особистісної тривожності в хлопців вказує на їх здатність сприймати загрозу в широкому діапазоні. Загалом, наявність у хлопців більш низьких показників особистісної тривожності, порівняно з дівчатами, відповідає маскулітним характеристикам чоловічої статі.

За допомогою підрахунку коефіцієнтів лінійної кореляції Пірсона (таблиця 5) визначено особливості взаємозв'язку показників агресії, емпатії та тривожності юнацтва в умовах війни.

Таблиця 5

Визначення взаємозв'язку між показниками агресивності, емпатії та тривожності, n=46

Спрямованість агресії (на)	Емпатія та її форми							Тривожність		
	Антиемпатія	Індиферентність	Співпереживання	Співчуття	Внутрішнє сприяння	Сприяння не на шкоду собі	Альтруїзм	Інтегральна емпатія	Ситуативна	Особистісна
Керівництво	0,141	0,357 ²	0,184	0,167	0,189	0,057	-0,025	0,223	0,342 ²	0,227
Поведінка батьків	-0,061	0,185	0,105	0,112	-0,068	0,006	0,025	0,050	0,052	0,186

Спрямованість агресії (на)	Емпатія та її форми							Тривожність		
	Антиемпатія	Індиферентність	Співпереживання	Співчуття	Внутрішнє сприяння	Сприяння не на шкоду собі	Альтруїзм	Інтегральна емпатія	Ситуативна	Особистісна
Поведінка сторонніх людей	0,121	-0,067	0,131	0,208	-0,066	-0,155	-0,067	-	0,256 ¹	0,318 ²
Поведінка однолітків	0,188	0,070	-	-	0,250 ¹	0,172	-0,017	0,191	0,174	0,037
Формальний зовнішній соціум	0,001	-0,082	-	0,226	0,019	-0,256 ¹	0,049	-	-0,013	-0,059
Власне Я	0,291 ²	0,035	0,087	-	0,237	0,051	-0,053	0,142	0,512 ³	0,458 ³

Примітка: ¹ – рівень достовірності $p \leq 0,1$; ² – рівень достовірності $p \leq 0,05$; ³ – рівень достовірності $p \leq 0,001$

Кореляційний аналіз виявив наявність позитивного взаємозв'язку між агресією спрямованою на керівництво та індиферентністю (0,357 при $p \leq 0,05$). Отримані дані вказують, що чим більш байдужою є людина, тим більшою мірою вона здатна до агресії щодо керівництва та представників влади. Також прослідковується позитивний взаємозв'язок між агресією, спрямованою на керівництво та тривожністю (0,342 при $p \leq 0,05$).

Встановлено прямо пропорційний напрямок кореляційного зв'язку між агресією, спрямованою на сторонніх людей та ситуативною тривожністю (0,256 при $p \leq 0,1$) й особистісною тривожністю (0,318 при $p \leq 0,05$). Прямо пропорційний кореляційний зв'язок між агресією, спрямованою на сторонніх людей, та тривожністю говорить про розуміння пріоритетності власної безпеки та важливості особистісних меж над потребами інших людей. Це може бути спричинено соціальною та емоційною нестабільністю, зокрема в час війни.

Простежується позитивний зв'язок між внутрішнім сприянням (пасивною емпатією) та агресією, спрямованою на поведінку однолітків (0,250 при $p \leq 0,1$). Наявність такого взаємозв'язку, очевидно, можна пояснити тим, що чим більше молоді люди не втілюють свої наміри в життя, нехтують своїми потенційними можливостями, тим більше вони почуваються незадоволеними собою. Це може спричинити більш критичне та менш толерантне ставлення їх до поведінки однолітків, задрість до активних молодих людей, що, в свою чергу, може призвести до збільшення проявів у них агресивних реакцій.

При емпатії, яка виявляється у формі сприяння не на шкоду собі, простежується обернений кореляційний зв'язок з агресією, спрямованою на зовнішній соціум (-0,256 при $p \leq 0,1$). Отже, чим частіше особистість готова сприяти іншим та проявляти просоціальну поведінку, тим гуманніше та емпатійно вона взаємодіє з іншими людьми.

Отримано кореляційні коефіцієнти позитивного зв'язку агресії, спрямованої на власне Я з антипатією (0,291 при $p \leq 0,05$) та з тривожністю (0,512 та 0,458 при $p \leq 0,001$). Позитивний зв'язок між антипатією та агресією, спрямованою на власне Я може означати, що

завищена критичність до себе, не прийняття себе як особистість детермінує зростання агресивності до навколишнього світу. Також війна в Україні підсилює стан тривожності у сучасного юнацтва. Звідси страх втрати контролю над своїм життям, відчуття безпорадності та гнів. Все це спричиняє агресію на себе, завдаючи шкоди власним життям та здоров'ю. Емпатія гальмує й регулює агресивні переживання, а агресія, у свою чергу, блокує емпатійні прояви, зокрема здатність і бажання передбачати емоційні та поведінкові реакції інших.

Висновки

1. Ієрархічна систематизація показників агресивної спрямованості особистості юнацького віку на різні соціальні суб'єкти в умовах повномасштабного вторгнення росії в Україну має наступну послідовність (в порядку спадання показників): керівництво, поведінка однолітків, поведінка сторонніх людей, поведінка батьків, власне Я, формальний зовнішній соціум. Існують статеві відмінності в спрямованості агресії молоді: хлопці більш толерантні до власного Я і поведінки сторонніх людей та менш толерантні до поведінки однолітків і формального зовнішнього соціуму, порівняно з дівчатами.

2. В умовах війни спостерігаємо позитивну динаміку інтегральної емпатії особистості юнацького віку та домінування просоціальної форми емпатії (реальне сприяння не на шкоду собі). Ієрархічна систематизація частоти проявів форм емпатії особистості юнацького віку має наступну послідовність (в порядку спадання показників): реальне сприяння не на шкоду собі, альтруїзм, пасивна емпатія (внутрішнє сприяння), співчуття, антиемпатія, співпереживання, індиферентність. Статева диференціація проявів форм інтегральної емпатії виявила наявність більш високих показників емпатії у юнаків, їх більшу готовність до прояву дієвих форм емпатії (внутрішнього сприяння, просоціальної поведінки, альтруїзму), порівняно з дівчатами.

3. Більшість осіб юнацького віку в умовах війни мають високий рівень ситуативної та особистісної тривожності. Існують статеві відмінності в показниках реактивної та особистісної тривожності, зокрема, у хлопців відсутні показники низької ситуативної тривожності (проявляють лише помірну та високу), у дівчат вони розподілені за всіма рівнями. Статева диференціація показників особистісної тривожності репрезентувала гендерні відмінності юнацтва. Переважна більшість юнок (75,00%) продемонструвала високий рівень особистісної тривожності, а серед юнаків таких лише 44,44%. Наявність у хлопців більш низьких показників особистісної тривожності, порівняно з дівчатами, відповідає маскуліним характеристикам чоловічої статі.

4. Встановлено кореляційні взаємозв'язки між показниками агресії, спрямованої на керівництво та індиферентністю й ситуативною тривожністю; поведінкою сторонніх людей та ситуативною й особистісною тривожністю; поведінкою однолітків та внутрішнім сприянням; формальним зовнішнім соціум та сприянням не на шкоду собі; власним Я та антиемпатією, ситуативною й особистісною тривожністю. Отримані дані дали можливість означити, що чинниками агресивної спрямованості особистості юнацького віку на окремі соціальні суб'єкти є високий рівень реактивної й особистісної тривожності та окремі форми інтегральної емпатії: антиемпатія, індиферентність, внутрішнє сприяння. В той час як сприяння не на шкоду собі (просоціальна поведінка) є стримуючим чинником агресивності молодих українців.

Перспективи дослідження вбачаємо в дослідженні більш широкої системи особистих чинників проявів агресії українською молоддю в умовах війни та післявоєнної відбудови країни.

Література

1. Агаєв, Н.А., Кокун, О.М., Пішко, І.О., Лозінська, Н.С., Остапчук, В.В., & Ткаченко, В.В. (2016). *Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців*. Київ : НДЦ ГП ЗСУ.
2. Дробот, О.В. (2022). Особистісна тривожність в юнацькому віці: Специфіка гендерних проявів. *Вчені записки Таврійський національний університет імені В.І. Вернадського*, 3, 59–64. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.3/10>.
3. Дроздов, О.Ю., & Скок, М.А. (2000). *Проблеми агресивної поведінки особистості*. Чернігів : ЧДПУ імені Т.Г. Шевченка.
4. Журавльова, Л.П. (2010). Діагностика емпатії та її форм у підлітковому та юнацькому віці. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*, 31(55), 154–161.
5. Журавльова, Л.П., & Хильченко, Л. (2023). Статевая диференціація ознак стресу в умовах війни. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки*, 21(66), 17–25. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2023.21\(66\).02](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2023.21(66).02).
6. Ларіонов, П.М., & Буніс, А.А. (2020). Оцінка валідності анкети «Направленість агресії у підлітків». *Теорія і практика сучасної психології*, 1, 63 – 67. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2020.1-3.11>.
7. Товт, В.В. (2021). Психологічні особливості проявів агресивності в юнацькому віці. *Науковий вісник Ужгородського університету*, 2, 28–32. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.2.6>.
8. Konrath, S. (2013). The Empathy Paradox: Increasing Disconnection in the Age of Increasing Connection. *Handbook of research on technoself: Identity in a technological society*. In Rocci Luppincini (Ed.). IGI Global (pp. 204–228). Зужим доступу: <https://scholarworks.iupui.edu/server/api/core/bitstreams/7fcfe6d1-f275-4495-84ab-86762d620162/content>.
9. Sapolsky, R. (2017). *Behave: The Biology of Humans at Our Best and Worst*. New York.
10. Zhuravlova, L. & Chebykin, O. (2021). *The Development of Empathy: Phenomenology, Structure and Human Nature*. Abingdon, Oxon, New York : Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003145370>.

References

1. Ahaiev, N.A., Kokun, O.M., Pishko, I.O., Lozinska, N.S., Ostapchuk, V.V., & Tkachenko, V.V. (2016). *Zbirnyk metodyk dlia diahnostryky nehatyvnykh psykhychnykh staniv viiskovosluzhbovtziv [Collection of methods for diagnosing negative mental states of military personnel]*. Kyiv : Research Center of the Armed Forces of the Ukrainian SSR [in Ukrainian].
2. Drobot, O.V. (2022). Osobystisna tryvozhnist v yunatskomu vitsi: Spetsyfyka hendernykh proiaviv [Personality anxiety in adolescence: Specificity of gender manifestations]. *Vcheni zapysky Tavriiskyi natsionalnyi universytet imeni V. I. Vernadskoho – Scientific notes of the V. I. Vernadsky Tavrichesky National University*, 3, 59–64. <https://doi.org/10.32838/2709-3093/2022.3/10>. [in Ukrainian].
3. Drozdov, O.Iu., & Skok, M.A. (2000). *Problemy ahresyvnoi povedinky osobystosti [Problems of aggressive personality behavior]*. Chernihiv : ChDPU imeni T. H. Shevchenka [in Ukrainian].
4. Zhuravlova, L.P. (2010). Diahnostryka empatii ta yii form u pidlitkovomu ta yunatskomu vitsi [Diagnostics of empathy and its forms in adolescence and youth]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M.P. Drahomanova – Scientific Journal of the M.P. Dragomanov National Pedagogical University*, 31(55), 154–161 [in Ukrainian].
5. Zhuravlova, L., & Khylychenko, L. (2023). Stateva dyferentsiatsiia oznak stresu v umovakh viiny [Gender differentiation of stress symptoms in war conditions]. *Naukovyi chasopys Natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni M. P. Drahomanova. Seriiia 12. Psykholohichni nauky – Scientific Journal of the National Pedagogical University named after M.P. Dragomanov. Series 12. Psychological Sciences*, 21(66), 17–25. [https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2023.21\(66\).02](https://doi.org/10.31392/NPU-nc.series12.2023.21(66).02). [in Ukrainian].
6. Larionov, P.M., & Bunis, A.A. (2020). Otsinka validnosti ankety «Napravlenist ahresii u pidlitkiv» [Assessment of the validity of the questionnaire «Direction of aggression in adolescents»]. *Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii – Theory and practice of modern psychology*, 1, 63–67. <https://doi.org/10.32840/2663-6026.2020.1-3.11>. [in Ukrainian].

7. Tovt, V.V. (2021). Psykholohichni osoblyvosti proiaviv ahresyvnosti v yunatskomu vitsi [Psychological features of manifestations of aggression in adolescence]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho universytetu – Scientific Bulletin of Uzhgorod University*, 2, 28–32. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2021.2.6>. [in Ukrainian].
8. Konrath, S. (2013). The Empathy Paradox: Increasing Disconnection in the Age of Increasing Connection. *Handbook of research on technoself: Identity in a technological society*. In Rocci Luppardini (Ed.), IGI Global (pp. 204–228). Retrieved from <https://scholarworks.iupui.edu/server/api/core/bitstreams/7fcfe6d1-f275-4495-84ab-86762d620162/content>.
9. Sapolsky, R. (2017). *Behave: The Biology of Humans at Our Best and Worst*: New York.
10. Zhuravlova, L. & Chebykin, O. (2021). *The Development of Empathy: Phenomenology, Structure and Human Nature*. Abingdon, Oxon, New York : Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003145370>.

AGGRESSION OF ADOLESCENT PERSONALITY IN THE CONDITIONS OF WAR

Larysa Zhuravlova

**Doctor of Psychology Sciences (Doctor hab. of Psychology), Professor, Professor of the
Department of Psychology**

Polissia National University

7, Blvd Staryi Str., Zhytomyr, Ukraine, 10008

lpz2008@ukr.net, <https://orcid.org/0000-0003-4020-7279>

Web of Science ResearcherID: [Q-6664-2018](https://orcid.org/0000-0003-4020-7279)

[Scopus Author ID: 57221460394](https://orcid.org/0000-0003-4020-7279);

<http://www.scopus.com/inward/authorDetails.url?authorID=57221460394&partner>

Viktoriiia Zarudnieva

Master of the Educational and Professional Program "Practical Psychology"

Polissia National University

7, Blvd Staryi Str., Zhytomyr, Ukraine, 10008

v.zarydneva@gmail.com

Abstract

The article discusses theoretical approaches and analyzes the results of an empirical study of aggression and its factors in the interpersonal interaction of young Ukrainians in the context of Russia's full-scale invasion of Ukraine. A hierarchical systematization of indicators of aggressive orientation of young people towards different social subjects (in descending order of indicators) is carried out: leadership, peer behavior, behavior of strangers, parental behavior, self, formal external society. It is proved that there are gender differences in the direction of youth aggression: boys are more tolerant of their own self and the behavior of strangers and less tolerant of the behavior of peers and formal external society, compared to girls. The positive dynamics of integral empathy of adolescent personality and the dominance of prosocial behavior in interpersonal interaction are revealed. The hierarchical systematization of the frequency of manifestations of the forms of empathy of adolescent personality has the following sequence (in descending order of indicators): real assistance not to the detriment of oneself, altruism, passive empathy, compassion, anti-empathy, empathy, indifference. The gender differentiation of the manifestations of forms of integral empathy revealed the presence of higher empathy indicators in young men, their greater readiness to manifest effective forms of empathy, compared to girls. It is revealed that most adolescents in wartime have a high level of situational and personal anxiety, and their gender differences are found, in particular, boys have no indicators of low situational anxiety (they show only moderate and high levels of it), while girls have them at all levels. There are significant positive correlations between the indicators of aggression directed at leadership and indifference and situational anxiety; behavior of strangers and situational and personal anxiety; peer behavior and internal assistance; self and anti-empathy, situational and personal anxiety, as well as a negative correlation between the indicators of aggression towards formal external society and assistance not to the detriment of oneself.

Keywords: direction of aggression, factors of aggression, integral empathy, forms of empathy, anxiety, adolescence.

Подано 07.10.2024

Рекомендовано до друку 14.10.2024

ЗМІСТ

1.	Андрущенко Тетяна. Психологічні особливості життєстійкості і благополуччя осіб підліткового віку.....	5
2.	Клименко Іван. Психологічні наслідки війни для дітей з нейропсихічними порушеннями: діагностика та реабілітація.....	15
3.	Казанцев Володимир, Малигін Олександр. Вплив здорової сексуальності особистості на інтерпретацію інформації про власне «Я».....	25
4.	Попелюшко Роман, Вовнянко Юлія. Дослідження психологічного благополуччя української молоді в умовах невизначеності.....	35
5.	Попелюшко Роман, Грицаненко Крістіна. Психологічні особливості схильності до емоційної залежності особистості дорослого віку.....	45
6.	Романовська Людмила, Олійник Катерина. Методи ефективної психологічної допомоги постраждалим під час війни в Україні.....	54
7.	Співак Любов. Аналіз феномену життєстійкості в парадигмі сучасної науки.....	62
8.	Ставицька Світлана, Кутішенко Валентина. Взаємозв'язок локусу контролю та навчальної мотивації студентів-психологів	72
9.	Журавльова Лариса, Заруднєва Вікторія. Агресія особистості юнацького віку в умовах війни.....	81

CONTENTS

1.	Andrushchenko, Tatiana. Psychological characteristics of hardiness and well-being of adolescents.....	5
2.	Klymenko, Ivan. Psychological consequences of war for children with neuropsychiatric disorders: diagnosis and rehabilitation.....	15
3.	Kazantsev, Volodymyr & Malygin Oleksandr. The impact of healthy sexuality on the interpretation of information about the self.....	25
4.	Popeliushko, Roman & Vovnyanko, Julia. Psychological well-being of ukrainian youth in conditions of uncertainty	35
5.	Popeliushko, Roman & Grytsanenko, Kristina. Psychological characteristics of adult personality propensity to emotional dependence.....	45
6.	Romanovska, Lyudmyla & Oliynyk, Kateryna. Psychological assistance for the injured during the war in Ukraine.....	54
7.	Spivak, Liubov. Analysis of the phenomenon of hardiness in the paradigm of modern science.....	62
8.	Stavytska, Svitlana & Kutishenko, Valentyna. Relationship of locus of control and educational motivation of psychology students.....	72
9.	Zhuravlova, Larysa & Zarudnieva, Viktoriia. Aggression of adolescent personality in the conditions of war	81

Наукове видання

НАУКОВИЙ ЧАСОПИС

УКРАЇНСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА

Серія 12. Психологічні науки

Випуск 25 (70)

Шеф-редактор – В. П. Андрущенко
Головний редактор серії – І. С. Булах
Заступник головного редактора – Т. І. Ханецька
Відповідальний секретар – А. Ф. Федоренко
Технічні редактори – І. В. Мальцева, О. К. Праченко, О. І. Якимчук

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



Підписано до друку 31 жовтня 2024 р.
Формат 60x84/8. Папір офісний. Гарнітура Таймс. Друк офсетний.
Умовн. друк. аркушів 11,16. Облік видав арк. 7,20.
Наклад 300 прим. Зам. 143.
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

SCIENTIFIC JOURNAL

MYKHAILO DRAGOMANOV UKRAINIAN STATE UNIVERSITY

Series 12. Psychological sciences

Issue 25 (70)

Chief-Editor – V. P. Andrushchenko
Editor-in-Chief – I. S. Bulakh
Managing Editor – T. I. Khanetska
Responsible Secretary – A. F. Fedorenko
Technical Editor – I. V. Maltseva, O. K. Prachenko, O. I. Yakymchuk

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 *October 31, 2024*.
Format 60x84/8. Offset paper. Headset Times. Offset.
Probation print sheet 11,16. Accounting issued ff. 7,20.
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!