

УДК 028.01/02:159.946.4:028.2-053.6(045)
DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2025.1\(21\).2](https://doi.org/10.17721/BPSY.2025.1(21).2)

Оксана ГОЛОВЧУК, канд. політ. наук
ORCID ID: 0009-0001-7747-0137
e-mail: ggksana@gmail.com
Мукачівський державний університет, Мукачево, Україна

Ангеліна ГОЛЬЧА, здобувачка
ORCID ID: 0009-0009-9844-0314
e-mail: holchaangelinka@gmail.com
Мукачівський державний університет, Мукачево, Україна

БІБЛІОПСИХОЛОГІЧНИЙ ОГЛЯД ТЕНДЕНЦІЙ ЧИТАННЯ Й ВИБОРУ КНИЖОК ЧИТАЧАМИ У МОЛОДОМУ ВІЦІ

Вступ. Передумовою публікації став диспут щодо впливу книжок на стан емоційного інтелекту та загальну ефективність розумової діяльності людини. Для осіб віком 17–25 років у багатьох життєвих ситуаціях характерним є ефект відчуття унікальності особистих труднощів. Молода людина схильна перебільшувати реальну небезпеку, а тому доцільно проаналізувати, чи є книжка, яка описує подібну ситуацію, "рятувальним колом" для неї. Чи є джерелом енергії і психологічної стійкості? Чи усвідомлюють читачі ефект читання?

Методи. Для збору первинної інформації сформовано авторську анкету й використано метод опосередкованого опитування. Частина інформації здобуто методом безпосереднього опитування – інтерв'юванням. Менш як третину інформації отримано за допомогою електронної пошти, методом комп'ютерного опитування. Проаналізовано соціологічні дослідження за визначеною тематикою та вторинні дані.

Результати. Виявлено закономірності у сфері масових комунікацій та читання, які вирішуються посередництвом методики бібліопсихології. Йдеться про нормалізацію внутрішнього стану після стресу, отримання негативних усних чи письмових повідомлень. Досліджено особливості сприйняття прочитаного молодими людьми з певним рівнем мрійливості та чутливості. Читання підвищує емоційну стійкість та емоційний інтелект. В Україні можливості бібліопсихології відкрили для себе багато респондентів: якщо у 2020 р. щодня читали літературу 8 % українців, то у 2023 р. – 19 %. Найбільший попит має історична література та психологічні книжки про самодопомогу, подолання тривожності. Орієнтовно за рік після вторгнення ворога українці відчули потребу осмислити реальність, знайти інформацію про подібні події в інших суспільствах, в іншому часі. Про це свідчить інтерес до автобіографічних та історичних книжок, в основу сюжету яких покладено пошук сенсу життя.

Висновки. Звичка регулярного читання впливає на визначення цінностей людини, формує свідомість і бачення реальності, посилює незалежність від думки оточення. Йдеться про здатність залишатися усвідомленим й критично мислити попри загальну паніку й песимізм. В сучасній Україні читання є ментальною зброєю проти зневіри і депресії. Воно сприяє формуванню у молоді оптимістичного бачення світу, що дуже важливо у час домінування депресивних інформаційних повідомлень.

Ключові слова: бібліопсихологія, психологія читання, психологія читача, емоційний інтелект, психологія вибору книги, вплив читання.

Вступ

Зв'язок між психікою людини і книжками, які вона прочитала, вивчається вже понад століття. Наприкінці 19 ст. розпочалося накопичення дослідниками знань про бібліологічну психологію. У 1916 році у Женевському педагогічному інституті було відкрито секцію бібліопсихології. Відтоді відбувається формування її теорії і методології, виокремлення принципів. До сьогоднішнього дня триває процес становлення стійких тенденцій розвитку бібліопсихології на основі вивчення психотерапевтичної дії друкованого слова. Особливо вартісними є дослідження, які сприяють вивченню факторів відновлення і збереження психологічної цілісності та адекватності особистості за допомогою спеціально підібраної літератури, що є надзвичайно актуальним для України сьогодні. Тому доцільно обґрунтувати тенденції читання й вибору книжок сучасними українцями.

Метою цієї статті є виявлення закономірностей читання та впливу прочитаних книжок; вивчення принципів вибору літератури та особливостей сприйняття прочитаного, а отже, дослідження інформаційних потреб, які можна вирішувати, вдаючись до посередництва бібліопсихології.

Огляд літератури. У багатьох бібліотеках світу представлені публікації про вплив читання на свідомість і психологію поведінки людей. Особливий інтерес науковці виявляють до впливу прочитаного на емоційний інтелект молодих людей. У цьому дослідженні критерієм для

визначення-вікової категорії "молодь" оберемо для дівчат та юнаків життєвий період у діапазоні 17–25 років. Хоча їх можна вважати юнацтвом, а їхній вік – юністю, адже, відповідно до вікової класифікації Всесвітньої організації охорони здоров'я, молодим віком вважається вік від 25 до 44 років (Визначення віку, з якого особа може вважатися особою похилого віку: огляд міжнародного досвіду та національні практики, 2018.).

Розглянемо, які саме психологічні особливості характеризують особистість у життєвому періоді 17–25 років? Зазвичай цей вік співпадає зі здобуттям молоддю людиною середньої освіти і спробами визначення її-подальших пріоритетів: вибору роботи чи продовження навчання у зв'язку з потребою здобуття майбутньої професії. Теоретичний аналіз проблеми становлення і розвитку індивідуально-особистісних характеристик в юнацькому віці здійснила Ставицька С. О. "У психологічному плані, – зазначає дослідниця, – юність вирішує завдання завершального самовизначення й інтеграції у спільність дорослих людей" (Кутішенко, & Ставицька, 2009). У числі ментальних задач є також пошук сенсу життя, можливостей самореалізації, зростання сили "Я" та здатності проявляти свою індивідуальність в умовах групової діяльності. Пошуки підтримки молоддю власної сили "Я" вивчають багато сучасних дослідників. Так, за науковими поглядами Л. Кольберга, юність вважається першим періодом дорослого самостійного життя та моральної самосвідомості (Осика, 2015). Разом із тим, нижню і верхню вікову межу юності, а також її вікові

підгрупи, оцінюють по-різному, як антропологи, так і психологи та вчені-фізіологи.

Юнацький вік для хлопців охоплює два періоди, які слідує один за одним. Перший період обмежений роками від 17 до 20, а другий – від 20 до 25. При цьому юнацький вік дівчат науковець не поділяє на два періоди, натомість розглядає лише вік від 17 до 20 років, зважаючи на те, що за ознаками дорослішання дівчата значно випереджають хлопців. Йдеться саме про психологічні ознаки: зміна цінностей, уваги і прагнень молодих людей.

З'ясовуючи читацькі тенденції у визначених періодах юнацького віку, як для хлопців, так і для дівчат, дослідники припускають думки, що тут смаки збігаються. Очолює список уподобань літературний жанр *"Young Adult"* (перекладається як "молоді дорослі"). Зважаючи на те, що головні герої цих творів – молоді люди, напрошується висновок, що видання були створені для підліткової аудиторії. Назва більше пов'язана з віком, ніж із літературним жанром. Термін *Young Adult* зараз вживаний і популярний на видавничому ринку України і світу. І хоча, не зважаючи на існуючу думку про те, що цією літературою цікавляться особи молодші, аніж ті, що підпадають під категорію "юнацький вік" (а саме 12–18 років), результати соціологічних досліджень свідчать про зворотне: 46 % опитаних на замовлення британсько-американського видавництва Harper Collins читають *Young Adult*. Це люди від 23 років, крім того, 16 % взагалі припадає на аудиторію читачів віком зверх 35 років (Круглов, 2023). Варто порушити два питання: по-перше, у чому ж причини популярності книжок для молодих людей, а по-друге, чому ці книжки користуються попитом серед тих читачів, вік яких значно солідніший. Серед відповідей на обидва питання домінує припущення, що література для молоді містить інформацію про актуальні проблеми сьогодення, зокрема стосунки з оточенням.

Адже ні для кого не секрет, що живемо ми у вік підвищеного щоденного стресу, на який організм людини реагує емоційною та фізичною напругою, спричиненою впливом небажаних негативних факторів. Фізичними ознаками стресу є м'язова напруга, висока тривожність, швидка втомлюваність, занепад сил, поганий настрій. Також можуть бути наявні ознаки перезбудження, сильна дратівливість, нездатність працювати. Погіршення сну і пам'яті, а також значна втрата зосередженості й усвідомленості – концентрації уваги – це також складні і небажані наслідки дії стресової ситуації. Сучасні науки пропонують велику кількість методик подолання стресу, серед яких синхронізація, активізація уваги, релаксація м'язів, діалог із напруженою частиною тіла, фокусне дихання, вправа зі східної терапії су-джок та багато інших. Усі ці методи, як і багато інших, спрямовані на корекцію фізичних відчуттів. Звісно, похідними реакціями є покращення емоційного стану. Але завжди варто говорити не лише про лікування наслідків, але й про їхнє-попередження, а саме про емоційну стабільність людини, яка запобігає дії стресу і на фізичному рівні також. Наразі йдеться про емоційний інтелект – (EI) англійською *emotional intelligence* – складну групу ментальних здібностей, які беруть участь в усвідомленні та розумінні людиною власних емоцій та емоцій людей, з якими вона спілкується, працює, співмешкає. Як відомо, наслідки стресу особливо проявляються у разі відсутності у людини відповідного рівня емоційного інтелекту. Адже саме тоді вона не розуміє своїх емоцій, не здатна розпізнати реакції і почуття інших людей, а тому не готова контролювати й керувати своєю емоційною сферою. Спільнота людей з низьким емоційним інтелектом

вирізняється серед інших негативною взаємодією з оточенням та слабко адаптивною поведінкою з явною відсутністю субкомпонентів у структурі емоційного елементу за теорією Р. Бар-Она, а саме: комунікативного потенціалу, адаптаційних здібностей, оптимістичності, саморозуміння та антистресового потенціалу (Austin, 2005, p. 547–558).

Саме підвищенню рівня емоційного інтелекту великою мірою сприяє процес читання відповідної літератури. Читаючи історії героїв, які потерпають від подібних ситуацій, але змогли подолати труднощі, перемогли тривогу, стрес, відчай, люди отримують необхідну енергію й змінюють ставлення до власних життєвих ситуацій.

Серед причин, які спричиняють стрес, називають велику кількість факторів, які доцільно класифікувати, наприклад, залежно від віку особи. Найбільш поширеними факторами розвитку психоемоційного стресу у молоді є достатньо високий рівень особистої тривожності. Причини цього дуже поширені в сучасному суспільстві через особливості системи освіти. Мається на увазі невідповідність розкладу навчальних занять гігієнічним вимогам; нервово-психічні напруження під час складання іспитів; неврахування педагогами типологічних особливостей вищої нервової діяльності молоді. На жаль, сучасна освіта змушує забути про духовний розвиток: постійний поспіх, прагнення наздогнати інших. Поспіх – це завжди прагнення бути не гіршим за інших, порівняння себе з іншими. Потрібні неабияка сила волі й саморозуміння для того, щоб усвідомити безрезультатність цієї гонитви й бути здатним зупинитися та обрати свій шлях. Йдеться про самооцінку – ставлення молоді до людини до себе й оцінку своїх можливостей та особистих якостей і місця серед інших людей.

Спеціалізована мотивуюча література сприяє підвищенню обох компонентів самооцінки – і когнітивного, як знань людини про себе, і емоційного, як її ставлення до себе. Знання про себе майже на 80 % набуваються через спілкування з іншими людьми. Або у разі, коли ми говоримо про бібліопсихологічний фактор – через прочитання книжок, з яких людина черпає знання про подібних до себе. Ці знання у книжці збагачені емоціями, сила і напруженість яких залежить від того, наскільки значуща отримана інформація для конкретної особи.

З іншого боку, велика кількість емоційно напружених конфліктів розгортається у межах функціонування конкретної родини. Особливо багато стресових ситуацій ґрунтуються на темі нерозуміння батьками дітей, і навпаки, що провокує чвари і непорозуміння. Вагоме місце посідає і тема відповідальності за власну бездіяльність, за невисловлені почуття, жаль за вчинок, на який людина не спромоглася тощо.

Отже, намагаючись дати відповідь на питання щодо вподобань книжок молодим поколінням, спробуємо визначити, які завдання ставить перед собою бібліопсихологія. Насамперед, стикаємося з такою функцією, як визначення ролі автора книжки. Йдеться про те, що можливим поясненням мотиву написання певного твору є біографічність сюжету. Тобто біографія письменника, його особистий досвід і нагальна потреба отримати відповіді на певні питання у молодому віці стає ключем до сердець читачів. У творі вони отримують відповідь на питання, які хвилюють їх і якими свого часу, вочевидь, переймався автор. І саме автор, будучи молододою людиною, вирішив їх для себе, а причиною написання його книжки стало прагнення поділитися досвідом з читачами, у яких, можливо, виникли подібні проблеми.

Другим важливим аспектом бібліопсихології є те, що сюжет твору і людина, яка його читає, становлять дві нероздільні ланки комунікації, результатом якої є отримання читачем гарних вражень, а також добрих порад і, відповідно, підвищення його емоційного інтелекту. Людина отримує доказ того, що її проблема – не поодиноким, але типовим, і є ще хтось, хто стикався з подібними станом речей. Для молодого віку характерним є підвищення ступеня важливості, так би мовити "ексклюзивності", винятковості проблеми. У такій ситуації людина схильна перебільшувати реальну небезпеку чи безнадійність, а тому книжка, яка описує подібну ситуацію і, наприклад, після певних пригод, позитивний фінал, стає для людини рятувальним колом. Вона відчуває, що ще хтось все це пережив, переборов, вистояв. Це дає додаткову віру у позитивний результат, і певну близькість з героями книжки, таку собі таємну дружбу, яку "не зрозуміють" реальні люди, які перебувають поруч. Певний ступінь романтизму й таємничості може стати додатковим джерелом енергії, витримки і психологічної стійкості.

Третій ключовий аспект бібліопсихологічної науки – особисте сприйняття книжки індивідуумом. Тобто індивідуальні особливості сприйняття конкретного людського твору залежно від внутрішніх її характеристик і якостей. Найперше, маємо на увазі життєві цінності людини, ступінь її духовної зрілості, емоційний інтелект, тип темпераменту; життєвий досвід, особливості біологічних ознак, особливості соціально-побутових та психологічних ознак; особливості її виховного середовища, професії, освіти, життєвого етапу, віку тощо.

Людина молодого віку значною мірою схильна зважати на чужу думку, будь то думка реального співбесідника або книжки. З віком залежність від чужої думки слабшає, з'являється власна позиція, яка визначає реакцію і відносини зі світом. Коло досліджень бібліопсихології значно перевершує обсяг питань, які порушує книжкознавство, чи то психологія читання або психологія читача, чи твору. Фактично бібліопсихологія охоплює питання всіх цих галузей, синтезуючи глибше сприйняття

ролі читання у психологічному, соціальному і фізичному здоров'ї людини. Тому залежно від конкретної мети будемо розглядати окремі аспекти цієї широкої наукової ниви – наприклад, вивчатимемо її практичний або теоретичний бік, індивідуальний чи соціальний вплив і конкретну галузь: педагогічна чи бібліотечна бібліопсихологія, бібліопсихологічна географія чи історія, чи соціологія, чи психопатологія.

Методи

Для збору первинної інформації було сформовано авторську анкету та використано метод опитування. Загалом проведено опитування серед 100 молодих осіб віком від 18 до 21 року, студентів, які навчаються у вищому навчальному закладі (Мукачівський державний університет). Для цього використано просту випадкову вибірку (найпростіший вид ймовірнісної вибірки). Було обрано підмножину студентської спільноти з усієї сукупності студентів гуманітарного факультету таким чином, щоб кожен, незалежно від курсу навчання (від першого до четвертого), мав рівні шанси увійти до вибірки. Методом опосередкованого опитування через заповнення авторської анкети отримано інформацію від 76 осіб – 38 юнаків та 38 дівчат. Інформацію від інших 14 осіб, а саме сімох юнаків та сімох дівчат, здобуто методом безпосереднього опитування – інтерв'юванням. Інформацію від решти 10 осіб, п'ятих юнаків та п'ятих дівчат, отримано електронною поштою або методом комп'ютерного опитування.

Результати

На запитання "Чим Ви любите займатися у вільний час?" 22 % опитаних студентів (22 особи) відповіли "Читати" (рис. 1). Натомість 30 % опитаних у вільний час гуляють, 20 % грають у комп'ютерні ігри, 16 % проводять час перед телевізором, а решта 12 % давали свої відповіді, серед яких повторювалися такі: "допомагаю з домашніми справами батькам, спілкуюся телефоном, просто дивлюся у вікно, відпочиваю".

На запитання "Чи є у Вас домашня бібліотека?" 70 % опитаних (70 осіб) відповіли "Так", а 30 осіб зі ста опитаних не мають вдома бібліотеки (рис. 2).

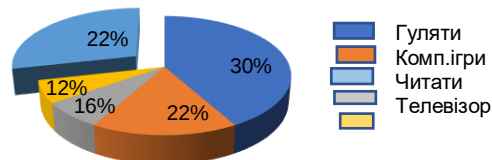


Рис. 1. Розподіл відповідей на запитання "Чим Ви любите займатися у вільний час?"

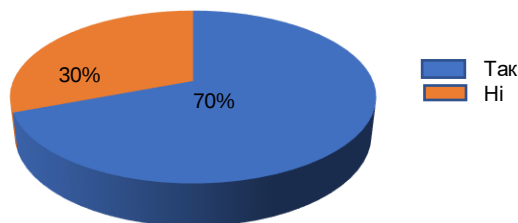


Рис. 2. Розподіл відповідей на запитання "Чи є у Вас домашня бібліотека?"

Вивчаючи книжкові вподобання читацької аудиторії молодого віку, у контексті індивідуального чи соціального впливу, можемо зазначити, що згідно з результатами нашого опитування, близько 60 % опитаних зважають на поради знайомих людей і читають те, що рекомендують інші. Тобто йдеться про значний рівень соціального впливу. Що ж до індивідуального впливу, то

можемо його характеризувати, беручи до уваги показник 40 % аудиторії, яка робить вибір виключно із власних міркувань. Тобто вони обирають нову книжку улюбленого автора або орієнтуються на свої естетичні вподобання дизайну обкладинки незнайомої книжки невідомого автора, або роблять спонтанний вибір під впливом назви,

яка підсвідомо обіцяє вирішення їхніх власних, актуальних на цей час проблем.

Саме пошук допомоги у вирішенні проблем – предмет вивчення педагогічної бібліопсихології. Ми обираємо книжки, які описують наші страхи. Таким чином, вчимося долати власні труднощі за допомогою прикладу іншої особи – героя роману, автора тренінгу, психолога-дослідника, який виступає в ролі аналітика й автора. Чи визнають читачі цей вплив? Опитування показує, що 55 % людей свідомо прагнуть знайти час для того, щоб відшукати таку книжку у друзів або в бібліотеці, а майже кожен 10-й з опитаних, а це близько 10 %, одразу ухвалює рішення знайти і придбати її у книгарні. Далі вважаємо доцільним навести розгорнену відповідь учасниці опитування, студентки третього курсу, яка навчається за спеціальністю "Інформаційна та бібліотечна справа" у Мукачівському державному університеті, Гольчі А.: "Насамперед, книжка – це не тільки про передачу інформації, це про емоційний зв'язок між людиною і книжкою, це переживання за головного героя, це – досвід, котрий ми з роками потім несемо все життя, передаючи його з покоління у покоління. Яке ж цікаве наше життя: хтось читає книжки тому, що йому сумно, і він шукає там розраду, хтось шукає відповіді на питання, які переслідують його все життя, а хтось болюче сприймає розставання тієї пари, на яку так надіявся в сюжеті історії. Так, книжка – це невід'ємний, на мою думку, інструмент для інформаційного та емоційного задоволення. Книжка була, є і буде скарбом людства, незважаючи на те, наскільки наше суспільство стало інформаційно розвинутим".

Про психологічні особливості сприйняття прочитаного говорить ще один учасник опитування, Власенко В., студент третього курсу, що навчається за спеціальністю "Інформаційна та бібліотечна справа" у Мукачівському державному університеті: "У сучасному світі, де кожен день приносить нові випробування та стреси, книжки стали для мене свого роду ліками для душі. Щоразу, коли я відчуваю себе втомленим чи розгубленим, я звертаюсь до своєї особистої аптеки – полиці з книжками. Читання для мене – це не просто активність, а справжнє занурення в інші реалістичні світи або уявні, створені авторами. Кожна книга, яку я обираю, стає запрошенням до нового світу, де я можу пережити пригоди, відчути емоції та зустріти цікавих персонажів. Читаючи, я відчуваю, як моє серце б'ється в такт подіям книжки, а думки мої і персонажів переплітаються, створюючи унікальний досвід.

Читання – це не лише розвага, але й справжня сила, яка може впливати на мою психіку. Якщо я відчуваю стрес чи занепокоєність, книжки допомагають мені зосередитися на моменті, забути про проблеми і відновити внутрішню гармонію. Кожна сторінка книги – це можливість відпочити від повсякденної турботи та зануритися у світ фантазії і мрій. І ще один фактор особистого розвитку – самовдосконалення: книжки є вірними порадиниками на шляху самовдосконалення. Вони вчать мене бути кращою версією себе, надихають на досягнення нових цілей та розкривають неznані горизонти. Кожна прочитана книжка розширює креативність та допомагає зрозуміти себе і світ".

Ще один аспект нашого дослідження – вплив репутації автора на зацікавленість його творами. Свідчення фахівців книжкового ринку підтверджують цей вплив.

Дискусія і висновки

Тенденції читання й вибір книжок читачами молодого віку – важливі питання сьогодення, які відіграють вирішальну роль у формуванні особистості, сприяють підвищенню емоційного інтелекту, розвивають критичне

мислення, стабілізують загальну самооцінку. Говорити про створення культурно розвиненої та усвідомленої спільноти можемо, віддаючи належне читанню, яке є фундаментом прогресу і розвитку щасливого суспільства. У сучасній Україні читання є особливою ментальною зброєю проти зневіри і депресії. Воно сприяє формуванню у молоді власного оптимістичного бачення світу, що дуже важливо у час домінування депресивних інформаційних повідомлень. Як відомо, інформація керує настроями у некритично налаштованому суспільстві. А читання якісної літератури сприяє критичному мисленню та розвитку мислення.

Соціологічне дослідження, проведене Українським інститутом книги, свідчить, що багато респондентів відкрили для себе можливість бібліопсихології: якщо у 2020 році щодня читали літературу 8 % українців, то у 2023 році – це вже 19 %. Дослідники говорять і про інтерес до джерел, у яких задокументовані злочини проти культурної спадщини України. Натомість, наприклад у Німеччині вплив бібліопсихології визнають і використовують для себе 46 % населення (Круглов, 2023; Матіос, 2024). По-друге, доцільно з'ясувати, що саме обирають сучасні українці у книгарнях. За результатами опитування видавців, проведеного у 2022 році, найбільшим попитом користуються книжки двох напрямів: оригінальні українські видання історичної тематики та перекладна література з психології та самопомоги, зокрема про те, як подолати стрес і пережити складні часи. І саме такі результати дослідження переконливо свідчать на користь бібліопсихологічного впливу і можливостей книжок. У числі найбільш затребуваних називають навіть конкретні видання психологічної тематики: "Тіло веде лік. Як лишити психотравми в минулому" Бесселя ван дер Колка, а також нонфікшн про пам'ять, блокування мозком травматичних досвідів, роботу з фальшивими спогадами – "Углиб за морським коником. Книжка про пам'ять, яка запам'ятається" Гільде та Ульви Естбю (Романцова, 2023).

Орієнтовно через рік після російського воєнного вторгнення українці відчули потребу осмислити реальність, знайти інформацію про подібні події в інших суспільствах. Про це свідчить інтерес до автобіографічних книжок, сюжет яких стосується пошуку сенсу життя автором навіть у дуже складних обставинах, а також психологічної літератури на тему феномену жорстокого поводження. Основна думка подібних книжок – про те, що кожна людина може переконати саму себе в тому, що вона не є жертвою, адже щоб не трапилося, вона може обрати ставлення до цих обставин.

Третина українських читачів у 2023 році звернулася до літератури, написаної у стилі "фентезі" – це очевидний доказ прагнення втекти від реальності, допомогти собі повірити у кращі часи, у нові можливості. Більш реалістична аудиторія читачів прагне не лише насолоджуватися фантастичними історіями, але і дещо втілювати у життя, обираючи літературу про креативність. Попит на книжки про кохання і шлюб не втрачає своїх позицій, що свідчить про сталий інтерес аудиторії почерпнути натхнення на створення і зміцнення власної родини.

Якщо говорити про вплив репутації автора на зацікавленість читачів його книжками, то в багатьох випадках є пряма залежність, але буває, що ім'я автора не впливає на сприйняття його текстів. Наприклад, падіння продажів книжок про матір Ілона Маска, зокрема автобіографічного твору Мей Маск "Жінка, яка має план", було пов'язане з тим періодом, коли репутація Ілона Маска дещо похитнулася. (Круглов, 2023).

Розповсюджена думка про те, що молодь не читає, спростовується: значна частина молоді читає, бере участь у книговидавничих форумах і конференціях, усвідомлює роль книжки у своєму житті, а отже сповна використовує реанімувальний та зміцнювальний вплив бібліопсихології. Попитом користується як художнє читання, так і література про саморозвиток і самодопомогу. Молоді люди перебувають у пошуку книжок, які можуть змінити їхнє ставлення до цінностей, пріоритетів і самого життя. Вони усвідомлюють, що читання – це розвиток, навчання, отримання знань, успішність в роботі, самоствердження, пробудження інтересу до життя – таким є результат опрацювання соціологічного опитування-анкетування та інтерв'ю, а також аналіз написаних есе.

Сучасним суспільством необхідно пропагувати розвиток читання, особливо, серед молоді, адже у зрілих суспільствах, де розвинута культура читання, люди значно щасливіші, за порівняннями показників індексу щастя. Звичка читати визначає цінності людини, формує свідомість і здатність бути незалежним в оцінюваннях, усвідомленим, критично мислити. У цьому плані завважуємо позитивний зміст ініціативи щодо заохочення придбання українцями книжок за рахунок державної фінансової допомоги. Вважаємо доцільним впровадження соціальної реклами про користь читання всією родиною. Сімейне читання, створення особистих, родинних бібліотек сприяє розвитку читацького інтересу. Відповідно, молоді люди, виховані у родині, де поширене щоденне спілкування з книжками, практикують читання впродовж життя, привносячи цю звичку у власні родини.

Отже, провівши дослідження ми відповіли на запитання, які ставили перед собою на його початку.

Книжка відіграє важливу роль у житті людей. Для одних – це джерело знань, для інших – відпочинок, енергетичне підживлення, ефективний засіб зняти стрес і напругу – всі ці складові у своїй сукупності становлять очікуваний читачем бібліопсихологічний та бібліотерапевтичний вплив читання. Під час дослідження було з'ясовано, що перше місце вподобань читачів у сучасній Україні посіли два напрями: це історична література та книжки із саморозвитку, а також автобіографічні твори з психологічним контекстом, до яких звертаються молоді люди у пошуках гармонії і розуміння дорослого світу.

Внесок авторів: Оксана Головчук – концептуалізація, методологія, аналіз та підготовка огляду джерел, написання (перегляд і редагування). Ангеліна Гольча – організація емпіричного дослідження.

Oksana HOLOVCHUK, PhD (Polit.)
ORCID ID: 0009-0001-7747-0137
e-mail: ggksana@gmail.com
Mukachevo State University, Mukachevo, Ukraine

Angelina GOLCHA, Applicant
ORCID ID: 0009-0009-9844-0314
e-mail: holchaangelinka@gmail.com
Mukachevo State University, Mukachevo, Kyiv, Ukraine

Список використаних джерел

Визначення віку, з якого особа може вважатися особою похилого віку: огляд міжнародного досвіду та національні практики (2018, 1 грудня). *Громадський Простір. Усе для третього сектора в одному порталі*. <https://www.prostir.ua/wp-content/uploads/2018/12/Огляд-міжнародного-досвіду.pdf>

Круглов, В. (2024). *Читацькі тенденції: як (і чому) Young Adult завоює книжковий ринок?* https://lb.ua/blog/victor_kruglov/646916_chitatski_tendentsii_yak_i_chomu_young.html

Круглов, В. (2023). *Чому під час війни важливо читати: Книга – засіб боротьби проти ракет та ворожого ІПСО. Дорослий погляд на світ*. https://lb.ua/blog/victor_kruglov/580406_chomu_pid_chas_viyini_vazhливо_chitati.html

Кутішенко, В. П., & Ставицька, С. О. (2009). *Психологія розвитку та вікова психологія. Практикум*. Каравела.

Матіос, В. (2024). Документування злочинів проти культурної спадщини України: основні проекти та ініціативи за підтримки громадськості. *Вісник Книжкової палати*, 7, 12–18. [https://doi.org/10.36273/2076-9555.2024.7\(336\).12-18](https://doi.org/10.36273/2076-9555.2024.7(336).12-18)

Осика, О. В. (2015). Теорія морального розвитку дитини Л. Колберга в сучасній психології. *Збірник наукових праць "Проблеми сучасної психології"*, 27, 359–368. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2015-27.%25p>

Романцова, Б. (2023). Історія, мемуари і любовні романи: Які переклади читають українці під час війни. *Lb.ua*. https://lb.ua/culture/2023/08/05/568265_istoriya_memuari_i_lyubovni_romani.html

Austin, E. J., Saklofske, D. H., & Egan, V. (2005). Personality, well-being and health correlates of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 38(3), 547–558. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.05.009>

References

Austin, E. J., Saklofske, D. H., & Egan, V. (2005). Personality, well-being and health correlates of trait emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 38(3), 547–558. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.05.009>

Determining the age at which a person can be considered elderly: an overview of international experience and national practices (2018, December 1). *Public Space. Everything for the third sector in one portal* [in Ukrainian]. <https://www.prostir.ua/wp-content/uploads/2018/12/Огляд-міжнародного-досвіду.pdf>

Kruglov, V. (2024). Reading trends: how (and why) is Young Adult conquering the book market? [in Ukrainian]. https://lb.ua/blog/victor_kruglov/646916_chitatski_tendentsii_yak_i_chomu_young.html

Kruglov, V. (2023). *Why it is important to read during wartime: Books as a means of fighting missiles and enemy IPSO. An adult view of the world*. [in Ukrainian]. https://lb.ua/blog/victor_kruglov/580406_chomu_pid_chas_viyini_vazhливо_chitati.html

Kutishenko, V. P., & Stavytska, S. O. (2009). *Developmental psychology and age psychology. Practical exercises*. Karavela [in Ukrainian].

Matios, V. (2024). Documenting crimes against Ukraine's cultural heritage: major projects and initiatives supported by the public. *Bulletin of the Book Chamber*, 7, 12–18 [in Ukrainian]. [https://doi.org/10.36273/2076-9555.2024.7\(336\).12-18](https://doi.org/10.36273/2076-9555.2024.7(336).12-18)

Osyka, O. V. (2015). L. Kohlberg's theory of moral development in children in contemporary psychology. *Collection of scientific works "Problems of modern psychology"*, 27, 359–368 [in Ukrainian]. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2015-27.%25p>

Romantsova, B. (2023). History, memoirs, and romance novels: What translations do Ukrainians read during the war? *Lb.ua* [in Ukrainian]. https://lb.ua/culture/2023/08/05/568265_istoriya_memuari_i_lyubovni_romani.html

Отримано редакцією журналу / Received: 20.02.25

Прорецензовано / Revised: 22.05.25

Схвалено до друку / Accepted: 15.06.25

BIBLIOPSYCHOLOGICAL REVIEW OF READING TRENDS AND BOOK SELECTION BY YOUNG READERS

Background. The publication is based on a debate about how books influence emotional intelligence and overall effectiveness. For people aged 17-25, feeling the uniqueness of personal challenges is common in many life situations. Young individuals tend to exaggerate real dangers, so it is helpful to analyze whether a book that describes a similar situation acts as a "lifeline" for them. Does it serve as a source of energy and psychological stability? Are readers aware of the impact reading has on them?

Methods. To gather primary data, an author's questionnaire was developed, and an indirect survey method was used. Part of the data was collected through direct surveys, such as interviews. Less than a third of the data came from emails and online surveys. We also analyzed sociological research on this topic, along with secondary data.

Results. Patterns in mass communication and reading were identified and examined through bibliographic psychology methods. These include normalizing internal states after stress and receiving negative oral or written messages. The unique perceptions of reading among young people with a certain level of dreaminess and sensitivity were studied. Reading enhances emotional stability and emotional intelligence. In Ukraine,

many respondents discovered the potential of bibliopsychology: in 2020, 8% of Ukrainians read literature daily, and by 2023, that number increased to 19%. The most popular genres are historical literature and psychological self-help books focused on overcoming anxiety. About a year after the enemy invasion, Ukrainians felt the need to understand reality and seek information about similar events in other societies and eras. This interest is reflected in autobiographical and historical works that explore the meaning of life.

C o n c l u s i o n s . *Developing a habit of regular reading influences human values, shapes consciousness and perceptions of reality, and strengthens independence from others' opinions. It involves the ability to stay aware and think critically despite widespread panic and pessimism. In modern Ukraine, reading acts as a mental weapon against despair and depression. It fosters an optimistic outlook on the world among young people, especially amid a flood of depressive media messages.*

K e y w o r d s : *bibliopsychology, psychology of reading, reader psychology, emotional intelligence, book selection psychology.*

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів. Спонсори не брали участі в розробленні дослідження; у зборі, аналізі чи інтерпретації даних; у написанні рукопису; в рішенні про публікацію результатів.

The authors declare no conflicts of interest. The funders had no role in the design of the study; in the collection, analyses or interpretation of data; in the writing of the manuscript; or in the decision to publish the results.