

УДК 159.9

Наведено результати теоретичних, прикладних і науково-експериментальних досліджень з актуальних питань психології.

Для науковців, викладачів, практичних психологів, студентів.

The Bulletin highlights the results of theoretical, scientific, applied and scientific-experimental researches on the current issues of Psychology.

For scientists, researchers, lecturers, applied psychologists and students.

Приведены результаты теоретических, прикладных и научно-экспериментальных исследований по актуальным вопросам психологии.

Для ученых, преподавателей, практических психологов, студентов.

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР	І. В. Данилюк, д-р психол. наук, проф., чл.-кор. НАПН України
РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ	Т. М. Траверсе, д-р психол. наук, проф. (заст. гол. ред.); М. Шабус, д-р психол. наук, проф., м. Зальцбург (Австрія), (заст. гол. ред.); Д. О. Александров, д-р психол. наук, доц.; Л. Л. Ді Стазі, д-р психол. наук, проф., м. Гранада (Іспанія); А. Б. Коваленко, д-р психол. наук, проф.; Л. Ф. Крупельницька, д-р психол. наук, доц.; К. Л. Мілютіна, д-р психол. наук, проф.; С. Ю. Пащенко, канд. пед. наук, доц.; Л. Радзевичене, д-р соціал. наук, проф., м. Шяуляй (Литва); А. Ю. Трофімов, канд. психол. наук, доц.; Т. М. Яблонська, д-р психол. наук, проф.; І. І. Ягіяєв, канд. психол. наук (відп. секр.); Д. Є. Предко, канд. філос. наук (техн. ред.)
Адреса редколегії	факультет психології; просп. Академіка Глушкова, 2а, м. Київ, 03680, Україна; ☎ (38044) 521 35 09; (38044) 522 16 48; (38044) 526 05 31
Затверджено	вченою радою факультету психології 25 листопада 2021 року (протокол № 6)
Зареєстровано	Державною реєстраційною службою України. Свідоцтво про державну реєстрацію КВ № 24371-14211 ПР від 24.02.2020
Засновник та видавець	Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет" Свідоцтво внесено до Державного реєстру ДК № 1103 від 31.10.02
Адреса видавця	6-р Тараса Шевченка, 14, м. Київ, 01601, Україна; ☎ (38044) 239 32 22, 239 31 72; факс 239 31 28
Журнал входить	до переліку наукових фахових видань України (категорія Б), в яких можуть публікуватися результати дисертаційних робіт на здобуття наукових ступенів кандидата і доктора наук у галузі психології. Наказ МОН України № 886 від 02.07.2020

BULLETIN of

TARAS SHEVCHENKO NATIONAL UNIVERSITY OF KYIV

ISSN 2708-6038 (Online), ISSN 2518-1378 (Print)

PSYCHOLOGY

2(14)/2021

Established in 2014 року

УДК 159.9

The Bulletin highlights the results of theoretical, scientific, applied and scientific-experimental researches on the current issues of Psychology.

For scientists, researchers, lecturers, applied psychologists and students.

Наведено результати теоретичних, прикладних і науково-експериментальних досліджень з актуальних питань психології.

Для науковців, викладачів, практичних психологів, студентів.

Приведены результаты теоретических, прикладных и научно-экспериментальных исследований по актуальным вопросам психологии.

Для ученых, преподавателей, практических психологов, студентов.

EDITOR-IN-CHIEF	Ivan Danyliuk, Dr. Sc. (Psychology), Prof., Corresponding member in the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine
EDITORIAL BOARD	Tetyana Traverse, Dr of Sci. (Psychology), Prof. (Deputy Editor-in-Chief); Manuel Schabus, PhD in Psychology, Prof., (Salzburg, Austria), (Deputy Editor-in-Chief); Leandro Luigi Di Stasi, PhD (Psychology), Assist. Prof. (Granada, Spain); Denys Aleksandrov, Dr of Sci. (Psychology), Associate Prof.; Alla Kovalenko, Dr of Sci. (Psychology), Prof.; Liudmyla Krupelnyska, Dr of Sci. (Psychology), Associate Prof.; Kateryna Miliutina, Dr of Sci. (Psychology), Prof.; Svitlana Paschenko, PhD (Education), Associate Prof.; Liudmila Radzeviciene, PhD (Social Sciences), Prof. (Šiauliai, Lithuania); Andrii Trofimov, PhD (Psychology), Associate Prof.; Tetyana Yablonska, Dr of Sci. (Psychology), Prof.; Illia Yahiiiaiev, PhD (Psychology), Associate Prof. (Executive Editor); Denys Predko, PhD (Philosophy), Assist. Prof. (Technical editor)
Address	the Faculty of Psychology; 2a, Hlushkov ave., Kyiv, 03680, Ukraine; ☎ (38044) 521 35 09; (38044) 522 16 48; (38044) 526 05 31
Approved by the	Academic Council of the Faculty of Psychology 25 November 2021 (Protocol № 6)
Certified by the	Ministry of Justice of Ukraine State Certificate # KB 24371-14211 ПП issued on 24.02.2020
Founded and published by	Taras Shevchenko National University of Kyiv, Publishing and Polygraphic Center "Kyiv University" State Certificate # 1103 issued on 31.10.2002
Address:	14, Taras Shevchenka blvd., Kiev, 01601, Ukraine ☎ (38044) 239 32 22, 239 31 72; Fax 239 31 28
The Jurnal is included	in the list of scientific professional editions of Ukraine (Category B) were the results of Ph.D. and Dr. Sc. dissertations of academic degree seekers in the field of Psychology can be published. Decree of Ministry of Education and Science of Ukraine # 886 issued on 02.07.2020

Бояршинова К.	
Трансформація емоційного насилля в контексті онлайн-спілкування в соціальних мережах	5
Васютинський В.	
Провини і вибачення в оцінках українсько-польського конфлікту 1943–1944 років мешканцями Волині та Галичини	10
Вашека Т., Долгова О., Власова-Чмерук О.	
Особистісні чинники комунікативної компетентності майбутніх пілотів	15
Малишева К., Димова Д.	
Психологічні чинники суб'єктивного благополуччя артистів балету	21
Курапов А., Курапова І., Шокота В., Балашевич О.	
Специфіка психофізіологічної реакції та змін у когнітивних процесах як результат використання ефірних олій	27
Пінчук К., Заліпська К.	
Програма-інтервенція для створення рівноправних класів	31
Предко Д.	
Молитва: особистісні форми презентації	36
Сватенкова Т.	
Ціннісний потенціал підлітка	42

CONTENTS

Boiarshynova K. Transformation of Emotional Violence in the Context of Online Communication in Social Networks.....	5
Vasiutynskyi V. Guilt and Apology in the Volyn and Galicia Residents' Assessments of 1943–1944 Ukrainian-Polish Conflict	10
Vasheka T., Dolgova O., Vlasova-Chmeruk O. Personal Factors of Communicative Competence of Future Pilots.....	15
Malysheva K., Dymova D. Psychological Factors of Subjective Well-Being of Ballet Dancers	21
Kurapov A., Kurapova I., Shokota V., Balashevych A. Essential Oils: Psychophysiological Reaction and Changes in Cognitive Processes	27
Pinchuk K., Zalipska K. Intervention for Creating Equal Classrooms	31
Predko D. Prayer: Personality Forms of Presentation	36
Svatenkova T. Value Potential of Adolescent	42

ТРАНСФОРМАЦІЯ ЕМОЦІЙНОГО НАСИЛЛЯ В КОНТЕКСТІ ОНЛАЙН-СПІЛКУВАННЯ В СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖАХ

Висвітлено проблеми емоційного насилля в соціальних мережах. Розглянуто наукові підходи до визначення емоційного насилля та проведено порівняння із психологічним насиллям, віктимізацією, психологічно жорстокою поведінкою. Показано особливості емоційного насилля онлайн, обумовлені специфікою інтернет-спілкування. Проаналізовано негативні наслідки емоційного насилля.

Ключові слова: емоційне насилля, кібербулінг, психологічне насилля, соціальні мережі.

Актуальність дослідження. Останні роки все більше уваги дослідників привертає проблема цькування в соціальних мережах серед дітей та молоді. Починаючи з 2010-х років, з'являються публікації, присвячені жорсткому поводженню, приниженню, образам, переслідуванням у мережі "Інтернет" [23], вводиться поняття кібербулінгу. У 2015 році Міжнародна асоціація дитячих телефонних ліній [8] зареєструвала 16000 повідомлень про випадки кібербулінгу серед дітей. Китайські дослідники Дж. Ху, К. Юн, С. Жу та А. Белмор зазначають, що кібербулінг уже став національною проблемою системи охорони здоров'я через різке зростання онлайн спілкування і все більше поширення смартфонів та комп'ютерів серед дітей [29]. Як показує дослідження Дж. Патчін, відсоток осіб, що пережили кіберзнуущання, збільшився з 2007 по 2019 рік майже вдвічі [25].

Виокремлення поняття емоційного насилля (emotional abuse) у самостійну наукову категорію відбулося відносно недавно. Аналіз наукових праць із цієї проблеми за останні десятиріччя показав, що переважна більшість досліджень емоційного насилля орієнтована на взаємостосунки подружжя, жорстоке поводження з дітьми, негативні наслідки пережитого емоційного насилля в дитинстві для дорослої людини. Проте у XXI ст., у період становлення та розвитку інформаційного мережевого суспільства, емоційне насилля все частіше фіксується в онлайн спілкуванні в соціальних мережах та медіа. Вільний доступ до інтернету має позитивні та негативні аспекти: з одного боку, це можливість спілкуватись із необмеженою кількістю співрозмовників, ділитись своїми думками, установлювати стосунки на відстані, а з іншого – поширення виявів агресії та емоційного насилля стосовно інших користувачів, що найчастіше залишаються безкарними.

Актуальність дослідження виявів емоційного насилля в соціальних мережах підкреслює незначна кількість праць, присвячених саме емоційному чи психологічному насиллю, порівняно з публікаціями щодо фізичного, сексуального та домашнього насильства. На відміну від побиття чи з'валтування, емоційне насилля не заподіює фізичної та матеріальної шкоди, проте його наслідки можуть бути більш серйозними та тривалими. Також мала кількість наукових досліджень, присвячених не систематичному цькуванню, а окремим, епізодичним виявам емоційного насилля, таким як глузування, прізвиська, кепкування, приниження, необ'єктивне оцінювання, ігнорування, ізоляція, анонімні телефонні дзвінки та повідомлення, розміщення фотографій, розпускання пліток.

З огляду на вищесказане, **метою дослідження** є вивчення особливостей і виявів емоційного насилля в соціальних мережах, а також виокремлення і дослідження їхніх психологічних чинників та способів подолання як одне з нагальних завдань психологічної науки і практики.

Огляд наукових праць. Зараз у науковій літературі відсутнє єдине загальноприйняте визначення емоційного насилля. Іноді воно ототожнюється із психологічним насильством, а за спостереженнями багатьох дослідників, супроводжує інші види насильства: фізичне, сексуальне, домашнє. У публікаціях, присвячених психологічному насильству, часто застосовують такі терміни, як емоційне насилля, психологічна жорстокість, психологічна агресія тощо.

Якщо порівняти дефініції психологічного та емоційного насилля, а також їх вияви, то знаходимо багато спільного в обох поняттях. Д. Фолінгстад та Д. Де Харт описують психологічне насильство як системне знищення самооцінки та/або почуття безпеки, яке виникає у стосунках із різним розподілом влади та контролю [13]. За визначенням Є. П. Ільїна, психологічне насилля – це періодичний тривалий або постійний психічний вплив на людину, що викликає психічну травму або призводить до формування в неї патологічних властивостей характеру або ж гальмує розвиток особистості [4]. Воно може включати ігнорування (бойкот), відторгнення, ізоляцію, залякування, погрози, ображення, приниження, висміювання, брутальні слова, обзивання, вказівки на неповноцінність, підкреслювання недоліків тощо. Також до його виявів відносять образи, переконань, що мають цінність для людини, її вірувань, національної чи расової приналежності, соціального статусу; переслідування; підбурювання до самогубства; примус до незаконних дій; погрози відібрати дітей, вбити чи скалічити; постійна критика чи насмішки; формування вини; обмеження у самореалізації, контактах із друзями чи рідними, виборі кола спілкування [3].

Схожим за визначенням та виявами на психологічне насильство є поняття "психологічно жорстока поведінка", описане канадськими вченими Д. Дохерті та Д. Берлунг [9] як умисне заподіяння психічної чи емоційної шкоди. Автори вважають, що є два види психологічно жорстокої поведінки. Перший – це недбала поведінка, за якої індивід просто не звертає уваги на шкоду, що завдає іншому. Її причиною може бути нерозвинена емпатія, алекситимія, невихованість, неухважність, нерозуміння наслідків своїх дій чи слів для іншої людини. Серед виявів недбалої поведінки автори за-

значають відстороненість, небажання допомагати та співчувати, недовіру до думки іншої людини, заперечення її почуттів, ігнорування, забування своїх обіцянок. Також кривдник може заперечувати свою жорстоку поведінку та шкоду, нанесену жертві: стверджувати, що це все їй здалося, їй ніхто не повірить, натякати на те, що з людиною щось не так, підкреслювати її неповноцінність (що зараз визначають як газлайтинг).

Другий вид психологічно жорстокої поведінки автори характеризують як навмисну психологічну жорстокість і відносять до неї такі форми, як звинувачення, засудження, контроль, ревності, критику та висміювання, приниження, переслідування, ізоляцію, розбещення та залякування. Усі ці форми є усвідомленими й умисними та мають серйозні наслідки як для емоційного, так і для психічного стану жертви [9].

Ще одне поняття, введене І. А. Фурмановим, співвідноситься з емоційним насиллям – це віктимізація, яку автор описує як дії, що скоює людина чи кілька людей з наміром дискримінувати, завдати фізичної шкоди або психічного болю іншій людині. Якщо пряма віктимізація ближча до фізичного насилля, оскільки виявляється через вербальну та фізичну агресію, спрямовану на іншу людину, то непряма віктимізація перекликається з емоційним та психологічним насиллям. Згідно з визначенням І. Фурманова, непряма або соціальна віктимізація – це прихована маніпуляція, що заподіює шкоду соціальній взаємодії та статусу особистості. Серед засобів соціальної віктимізації описано умисні спроби принизити іншу людину, зруйнувати близькі стосунки, поширити плітки, ізолювати чи обмежити у спілкуванні. Наслідком може бути руйнування дружніх стосунків, неможливість задовольнити афіліативну потребу, відсутність підтримки та друзів серед однолітків [7].

У законодавстві України офіційно закріплено чотири види домашнього насильства: фізичне, сексуальне, психологічне та економічне, що вказує на прирівнювання емоційного насилля до психологічного. Часто при визначенні психологічного насильства його об'єднують в одну категорію з емоційним, адже результатом психологічного насильства є погіршення настрою, виникнення негативних емоційних реакцій у постраждалого та можливі тривалі емоційні розлади на зразок депресії, страху та тривоги. Іноді емоційне насилля ототожнюють із психологічним, щоб відмежувати його від фізичного. За визначенням Б. Енджел, емоційне насилля – це будь-яка нефізична поведінка чи ставлення, призначене для контролю, підкорення, покарання чи ізоляції іншої людини за допомогою приниження чи страху [10].

На думку індійського дослідника проблеми емоційного насилля Б. Срівастав, психологічне насилля є "навмисним актом серйозного порушення психологічної цілісності людини шляхом залякування або загрози" [28, с. 4]. А емоційне насилля – це модель поведінки, яка загрожує, лякає, стигматизує або тонко підриває самооцінку людини. До форм емоційного насилля автор відносить погрози, ізоляцію, публічне приниження, безжальну критику, самоприниження, примус, ігнорування та газлайтинг. Можна простежити схожість визначення емоційного насилля із психологічно жорстокою поведінкою.

Серед виявів емоційного насилля Д. Фолінгстанд, Р. Койн та Л. Гамбон виокремлюють словесний напад, домінування, контроль, ізоляцію, насмішки або використання особистої інформації для знущань. На їхню думку, стосунки можна розглядати як емоційно жорстокі, коли образливі висловлювання та залякування знижують

ють самооцінку особистості та ставлять під загрозу її психічне здоров'я [12].

Г. Каракурт та К. Сілвер відносять до емоційного насильства деякі види фізичної поведінки: метання предметів, удари ногою в стіну, погрози пальцем або кулаком жертві, необдумане керування автомобілем, поки жертва перебуває в машині, погрозу знищення предметів, які жертва цінує [19]. До психологічного насильства також відносять майнову шкоду та шкоду домашнім тваринам, яких жертва любить та цінує [11].

Як одну з форм емоційного насилля виокремлюють вербальний булінг (знущання, цькування). Якщо фізична форма булінгу наочна і виявляється як різні види фізичної агресії (побиття, поштовхи тощо), то його вербальна форма менш наочна, так само як і шкода, яку він заподіює жертві. Вербальний булінг вважається формою емоційного насилля і завдає не фізичної, а психічної травми шляхом погроз, вербальних образ, залякування чи переслідування. Він може виявлятися в образливих прізвиськах, поширенні пліток, дражнилках, а іноді в умисній ізоляції людини від колективу, її ігноруванні, оголошенні бойкоту [20].

Як можна побачити з вищенаведеної інформації, немає чіткого розмежування емоційного та психологічного насилля. Автори сходяться на думці, що обидва види насилля торкаються емоційної сфери особистості та здійснюють негативний вплив на емоції і почуття жертви.

Метою нашого теоретичного дослідження є вивчення особливостей та виявів емоційного насилля в соціальних мережах, тому розглянемо детальніше, що ж відбувається з емоційним насиллям після поширення інформаційних технологій та переформатування спілкування в онлайн.

На наш погляд, емоційне насилля онлайн має свої особливості, обумовлені передусім властивостями інтернет-спілкування: анонімністю, цілодобовим доступом, наявністю широкої аудиторії. Дж. Несі, С. Чукас-Бредлі та М.Прінстен описують такі відмінності інтернет-спілкування: асинхронність, тобто часові проміжки між репліками співрозмовників; перманентність (доступність змісту спілкування тривалий час); відсутність географічних бар'єрів; анонімність; квантифікованість (вимірювання якості спілкування "лайками" чи "твітами"); візуальність – важливість саме візуального контенту [22].

Інтернет дозволяє експериментувати із саморозкриттям, бути гранично відвертим, чи навпаки, приховувати реальну інформацію про себе, замінюючи її вигаданою, з метою предстати у вигідному світлі, маніпулювати іншими користувачами, управляти думкою про себе. Описано явище деперсоніфікації – підміни власної особистості сконструйованою, коли користувач заходить в інтернет із різних акаунтів, створюючи на кожному з них іншу особистість, експериментуючи з образами іншого віку, статі, національності. Цікаво, що інші користувачі знають, що ім'я, вік та навіть стать можуть бути сфальсифікованими, а інформація – повністю вигаданою.

Анонімність і можливість вибирати іншу роль, образ для спілкування сприяє поширенню емоційного насилля онлайн. Використання різних нікнеймів знімає психологічні бар'єри, формує відчуття безпеки, людина почувається більш впевненою та сміливою, говорить та пише такі речі, які в реальному житті собі ніколи б не дозволила. За висловом С. Ласара, "соціальна взаємодія у віртуальному світі практично позбавлена відповідальності та самозвітності" [21, с. 85].

Через анонімність онлайн-спілкування кривдники часто переходять межі дозволеного та здійснюють такі вчинки, які б у реальному спілкуванні для них були неприйнятними. У. Палукайте та К. Задержайте-Матулаїтієне називають це станом розгальмованості, який виникає через відсутність загрози покарання [24]. Бочавер та К. Д. Хломов указують, що анонімність у соціальних мережах значно знижує рівень відповідальності за свою поведінку [2]. Як зазначають С. Хіндужа та Дж. Патчін, коли кіберзалякування здійснюється на відстані, агресору легше бути жорстоким, адже він не бачить реакцію жертви і може не усвідомлювати, наскільки боляче їй зробив [17].

Серед досліджень виявив онлайн-насилля чільне місце посіли кібербулінг і його нові форми: кіберсталкінг, тролінг, аутінг, фрейпінг, кетфішинг. На наш погляд, емоційне насилля в соціальних мережах можна вважати різновидом кібербулінгу, якщо воно має систематичний характер. Проте часто вияви емоційного насилля є епізодичними, несистематичними, тоді його не можна віднести до булінгу.

Кібербулінг визначають як індивідуальне чи групове переслідування особи з використанням інформаційних технологій з метою її приниження, залякування або нанесення морального збитку, при цьому переслідування має публічний характер [5]. Він може здійснюватися за допомогою відправлення образливих висловлювань через месенджери чи на електронну пошту, розміщення в загальнодоступних соціальних мережах невдалих фотографій, відео чи брутальних копіляцій, інформації у блогах чи на форумах, що ображає, принижує чи дискредитує жертву, тощо. Р. Ковальські та С. Лімбер перераховують варіанти застосування кібербулінгу: використання електронної пошти, миттєвих повідомлень, веб-сторінок, форумів, чатів, блогів, MMS- та SMS-повідомлень, онлайн-ігор тощо. [20]. Деякі автори вважають, що термін "кібербулінг" можна застосовувати лише до дітей та підлітків, а для дорослих доречним буде використання поняття *кіберхарасмент* (cyberharassment) або *кіберсталкінг* (cyberstalking) [2].

На відміну від булінгу, цькування онлайн має свої особливості. По-перше, це неможливість заховатися від переслідування, адже сучасна людина постійно використовує різноманітні гаджети та цілодобово має доступ до інтернету. Якщо жертві булінгу достатньо залишити колектив, у якому її цькують, то при кібербулінгу практично неможливо обмежити спілкування онлайн, адже для цього необхідно припинити користування засобами зв'язку. Жертва користується великою кількістю месенджерів та соціальних мереж, до яких може мати доступ переслідувач. Наприклад, образливі висловлювання та знущання, розміщені у фейсбуці, стають доступними всім соціальним контактам. Також важко ігнорувати постійну хвилю повідомлень у вайбері чи телеграмі, розміщення глумливих фотографій в інстаграмі тощо. Окрім того, кіберхулігани часто залишаються анонімними, через що без допомоги кіберполіції їх складно ідентифікувати та покарати.

Завдяки залученню великої кількості людей через соціальні мережі за короткий проміжок часу наслідки онлайн-цькування можуть бути дуже руйнівними: доступ до образливої інформації отримує широка аудиторія, яка стає свідками насилля. Жертва кібербулінгу переживає страх і тривогу, що підсилюються через анонімність кривдника та нерозуміння, хто і за що на неї нападає [16].

Описані ситуації, коли кривдник отримує доступ до акаунту жертви та від її імені розсилає брудні чи непра-

вдиві повідомлення, що можуть зганьбити людину, підірвати її репутацію та взагалі призвести до втрати друзів. Або агресор публікує від імені жертви оголошення про пошук сексуальних партнерів, при цьому може вказувати її контакти та місце проживання, що створює реальну небезпеку для людини, яка про це не підозрює [2].

Хоча від емоційного насилля немає фізичних чи матеріальних збитків, його негативні наслідки можуть бути дуже серйозними. Дослідження Б. Бхану показало, що тривале емоційне насилля знижує самооцінку та почуття власної гідності, формує переживання незахищеності, проблеми у стосунках та може призводити до суїцидальної поведінки [28]. Жертви емоційного насилля страждають від депресивних розладів, розладів харчової поведінки, зловживання алкоголем. Діти, які були жертвами булінгу в школі, можуть зберігати уявлення про себе як про жертву в дорослому віці.

Окрім цього, емоційне насилля часто є передвісником фізичного насилля. Е. Гондольф, Д. Хекерт та С. Кімел установили значущий зв'язок між фізичним та емоційним насиллям [15], а вербальне насилля воно на початку стосунків може передбачати подальше фізичне насилля у подружжі [27]. За оприлюдненими спостереженнями, три форми виявів емоційного насилля, а саме погрози, контроль жертви та майнові збитки, найчастіше є передумовами фізичного насилля [28]. Доведено, що такі вияви емоційного насилля, як обзивання та приниження, а також контроль поведінки партнера є одним із найбільш вагомих предикторів подальшого насилля [26].

Як показало дослідження Є. А. Макарової та співавторів, кібербулінг негативно впливає на різні сфери життя студентів. У 76 % опитуваних знизилася самооцінка; 63 % студентів визнали погіршення якості соціального життя; 59 % зазначили зниження рівня оптимізму; 48 % відчували зменшення задоволення від навчання; 47 % студентів, що брали участь у дослідженні, негативно оцінили вплив кібербулінгу на життя вдома; 37 % вважали, що кібербулінг негативно впливає на майбутню кар'єру [6]. Дж. Патчін наводить дані щодо зниження здатності навчатися та почуватися в безпеці у 60 % студентів, а 10 % повідомили про пропуски занять через кібербулінг [25].

Можемо спостерігати масштабний вплив кібербулінгу на теперішнє та майбутнє його жертв. Також серед жертв кібербулінгу спостерігається вдвічі більше спроб самогубств [18]. Описане таке нове поняття як *булліцизм* – спроби скінчити життя самогубством унаслідок цькування [1].

Труднощі діагностики та надання психологічної допомоги при емоційному насиллі полягають у небажанні як насильників, так і жертв визнавати його як насилля, викривленому сприйманні та оцінюванні виявів емоційного насилля жертвами, які вважають погрози, приниження та образи нормою спілкування [28]. Схожі результати отримали Р. Голдсміт та Дж. Фрейд, які проводили дослідження серед студентів коледжів. Автори зазначають, що багато зі студентів, які зазнали емоційного насилля, не оцінюють жорстоке ставлення до себе в термінах насилля. У деяких із них було діагностовано високий рівень алекситимії, що могло стати на заваді при оцінюванні моральної шкоди [14].

Отже, з одного боку, емоційне насилля не оцінюється як таке через його меншу наочну шкоду порівняно із фізичним чи сексуальним, а з іншого боку, таке заперечення може бути викликане дією захисних механізмів, щоб зменшити стрес або уникнути конфлікту.

Висновки. Аналіз сучасних наукових досліджень, які висвітлюють проблеми емоційного та психологічного насилля, показав, що в наукових колах чітко виокремлення змістовних відмінностей між дефініціями психологічного та емоційного насилля відсутнє. Наразі існує ототожнення цих визначень і збільшення суб'єктивного фактора у прийнятті правових рішень.

При описі психологічного насилля мова йде про більш широкий деструктивний вплив на особистість, у той час як емоційне насильство торкається переважно сфери емоцій та почуттів.

З поширенням інформаційних технологій і активізацією життя в соціальних мережах емоційне насилля отримало розповсюдження в онлайн-форматі та набуло нових специфічних ознак, обумовлених особливостями віртуального простору: анонімності, цілодобового доступу, широкої аудиторії. Ці фактори значно ускладнюють роботу із превенції кіберзлочинів та потребують залучення широкого кола фахівців, які будуть обізнані з питань кібербезпеки та особливостей психології кіберкористувача.

Нагальною стає необхідність ознайомлення дітей та молоді з правилами безпечного користування інформаційними технологіями, а педагогічних працівників та психологів – зі способами профілактики, виявлення та протидії онлайн-насиллю. За сучасними дослідженнями, інтервенціональні превентивні втручання в інформаційний простір мають більш ефективний вплив на спостережачих насилля.

Раннє виявлення емоційного насилля в соціальних мережах має надзвичайно важливе значення для зменшення його негативних наслідків. Воно дозволить вчасно викрити агресора і надати допомогу та підтримку постраждалим і свідкам насилля.

Список використаних джерел

- Бенгина Е. А., Гришаева С. А. Кибербуллинг как новая форма угрозы психологическому здоровью личности подростка. *Вестник университета*. 2018. № 2. С. 153-157.
- Бочавер А. А., Хломов К. Д. Кибербуллинг: травля в пространстве современных технологий. *Психология. Журнал высшей школы экономики*. 2014. Т. 11. № 3. С. 177-191.
- Запобігання та протидія насильству : метод. рекомендації. Київ, 2018.
- Ильин Е. П. Насилие как психологический феномен. *Universum: Вестник Герценовского университета*. 2013. № 1. С. 167-174.
- Кобец П. Н. Противодействие угрозам киберсталкинга – важнейшей проблеме, исследуемой в рамках совершенствования аспектов информационной безопасности регионов в условиях глобализации информационного пространства. *Вестник Прикамского социального института*. 2017. № 1 (76). С. 27-35.
- Макарова Е. А., Макарова Е. Л., Махрина Е. А. Психологические особенности кибербуллинга как формы интернет-преступления. *Российский психологический журнал*. 2016. Т. 13. № 3. С. 293-311.
- Фурманов И. А. Викимизация школьников со стороны одноклассников. *Вестник Белорусского государственного университета*. Сер. 3. Психология. Философия. Психология. Палитология. Сацология. Экономика. Права. 2011. № 3. С. 50-54.
- Child Helpline International. Voices of children and young people: heard and unheard. 2015 Data from Child Helplines in Europe. Amsterdam, 2016. URL : http://orgchi-tukhnakal.savviihq.com/wpcontent/uploads/2017/05/voices_of_children_and_young_people_europe.pdf (accessed: 03.07.2021).
- Doherty D., Berglund D. Psychological abuse: A discussion paper. *National Clearinghouse on Family Violence*. Ottawa: Public Health Agency of Canada, 2008. URL: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/health-promotion/stop-family-violence/preventionresource-centre/family-violence/psychological-abusediscussion-paper.html> (дата звернення: 29.08.2021).
- Engel, B. (2003). The emotionally abusive relationship: How to stop being abused and how to stop abusing. New jersey: John Wiley & Sons. 265 p.
- Faver C. A., Strand E. B. Fear, guilt, and grief: Harm to pets and the emotional abuse of women. *Journal of Emotional Abuse*. 2007. V. 7. № 1. P. 51-70.
- Follingstad D. R., Coyne S., Gambone L. A representative measure of psychological aggression and its severity. *Violence and victims*. 2005. V. 20. № 1. P. 25-38.
- Follingstad D. R., Dehart D. D. Defining psychological abuse of husbands toward wives: Contexts, behaviors, and typologies. *Journal of interpersonal violence*. 2000. V. 15. № 9. P. 891-920.

- Goldsmith R. E., Freyd J. J. Awareness for emotional abuse. *Journal of Emotional Abuse*. 2005. V. 5. № 1. P. 95-123.
- Gondolf E. W., Heckert D. A., Kimmel C. M. Nonphysical abuse among batterer program participants. *Journal of Family Violence*. 2002. V. 17. – № 4. – P. 293-314.
- Heirman W., Walrave M. Assessing concerns and issues about the mediation of technology in cyberbullying. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 2008. V. 2. № 2. P. 1-18.
- Hinduja S., Patchin J. W. Bullying, cyberbullying, and suicide. *Archives of suicide research*. 2010. V. 14. № 3. P. 206-221.
- Hinduja S., Patchin J. W. Cyberbullying research center. 2010. V. 3.
- Karakurt G., Silver K. E. Emotional abuse in intimate relationships: The role of gender and age. *Violence and victims*. 2013. V. 28. № 5. P. 804-821.
- Kowalski R. M., Limber S. P. Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying. *Journal of adolescent health*. 2013. V. 53. № 1. P. S13-S20.
- Lasala C. B., Galigao R. P., Boquecosa J. F. Psychological impact of social networking sites: A psychological theory. *UV Journal of research*. 2013. V. 7. P. 81-86.
- Nesi J., Choukas-Bradley S., Prinstein M. J. Transformation of adolescent peer relations in the social media context. Part 1. A theoretical framework and application to dyadic peer relationships. *Clinical child and family psychology review*. 2018. V. 21. № 3. P. 267-294.
- O'Keeffe G. S. et al. The impact of social media on children, adolescents, and families. *Pediatrics*. 2011. V. 127. № 4. – P. 800-804.
- Paluckaitė U., Zardeckaitė-Matulaitienė K. Adolescents' intention and willingness to engage in risky photo disclosure on social networking sites: Testing the prototype willingness model. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 2021. V. 15. № 2.
- Patchin J. W. Summary of our cyberbullying research. URL : <https://cyberbullying.org/summary-of-our-cyberbullyingresearch>
- Pottie-Bunge V. Spousal violence. *Family Violence in Canada: A Statistical Profile*. V. Pottie Bunge and D. Locke. URL : <http://www.statcan.ca/english/freepub/85-224-XIE/0000085-224-XIE.pdf>
- Schumacher J. A., Leonard K. E. Husbands' and wives' marital adjustment, verbal aggression, and physical aggression as longitudinal predictors of physical aggression in early marriage. *Journal of consulting and clinical psychology*. 2005. V. 73. – № 1. – P. 28-37.
- Srivastav B. Emotional abuse forms, process, patterns and ways to overcome. *Science Open Preprints*. 2021. URL : <https://www.scienceopen.com/hosted-document?doi=10.14293/S2199-1006.1.SOR.PPOZ81O.v1>
- Xu J. M., Jun K. S., Zhu X., Bellmore A. Learning from bullying traces in social media. *Proceedings of the 2012 conference of the North American chapter of the association for computational linguistics: Human language technologies*. 2012. P. 656-666.

References

- Bengina, E.A., Grishaeva, S.A. (2018). Kiberbulling kak novaja forma угрозы psihologicheskomu zdorov'ju lichnosti podrostka. *Vestnik universiteta*, 2, 153-157.
- Bochaver, A.A., Hlomov, K.D. (2014). Kiberbulling: travlja v prostanstve sovremennyh tehnologii. *Psihologija. Zhurnal Vysšej shkoly jekonomiki*, 11(3), 177-191.
- Zapobigannja ta protidija nasil'stvu. Metodichni rekomendacii. (2018).
- Il'in, E.P. (2013) Nasilie kak psihologicheskij fenomen. *Vestnik gercenovskogo universiteta*, 1, 167-173.
- Kobec, P. N. (2017) Protivodejstvie ugrozam kiberstalkinga – vazhnejšej probleme, issledueмой v ramkah sovershenstvovanija aspektov informacionnoj bezopasnosti regionov v uslovijah globalizacii informacionnogo prostanstva. *Vestnik Priamskogo social'nogo instituta*, 1(76), 27-35.
- Makarova, E.A., Makarova, E.L., Mahrina, E.A. (2016). Psihologicheskie osobennosti kiberbulinga kak formy internet prestuplenija. *Rossijskij psihologicheskij zhurnal*, 13(3), 293-311.
- Furmanov, I. A. (2011) Viktimizacija shkol'nikov so storony odnoklassnikov. *Vesnik BDU. Ser. 3*, 3, 50-54.
- Child Helpline International. Voices of children and young people: heard and unheard. 2015 Data from Child Helplines in Europe. Amsterdam, 2016. URL: http://orgchi-tukhnakal.savviihq.com/wpcontent/uploads/2017/05/voices_of_children_and_young_people_europe.pdf (accessed: 03.07.2021).
- Doherty D., Berglund D. Psychological abuse: A discussion paper. // National Clearinghouse on Family Violence. Ottawa: Public Health Agency of Canada, 2008. URL: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/health-promotion/stop-family-violence/preventionresource-centre/family-violence/psychological-abusediscussion-paper.html> (дата звернення: 29.08.2021).
- Engel, B. (2003). The emotionally abusive relationship: How to stop being abused and how to stop abusing. New jersey: John Wiley & Sons. 265 p.
- Faver C. A., Strand E. B. Fear, guilt, and grief: Harm to pets and the emotional abuse of women //Journal of Emotional Abuse. 2007. T. 7. № 1. C. 51-70.
- Follingstad D. R., Coyne S., Gambone L. A representative measure of psychological aggression and its severity // Violence and victims. 2005. T. 20. № 1. C. 25-38.
- Follingstad D. R., Dehart D. D. Defining psychological abuse of husbands toward wives: Contexts, behaviors, and typologies //Journal of interpersonal violence. 2000. T. 15. № 9. C. 891-920.

14. Goldsmith R. E., Freyd J. J. Awareness for emotional abuse // *Journal of Emotional Abuse*. 2005. T. 5. № 1. P. 95-123.
15. Gondolf E. W., Heckert D. A., Kimmel C. M. Nonphysical abuse among batterer program participants // *Journal of Family Violence*. – 2002. – T. 17. – № 4. – С. 293-314.
16. Heirman W., Walrave M. Assessing concerns and issues about the mediation of technology in cyberbullying // *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 2008. T. 2. № 2. P. 1-18.
17. Hinduja S., Patchin J. W. Bullying, cyberbullying, and suicide // *Archives of suicide research*. 2010. T. 14. № 3. C. 206-221.
18. Hinduja S., Patchin J. W. Cyberbullying research center. 2010. T. 3.
19. Karakurt G., Silver K. E. Emotional abuse in intimate relationships: The role of gender and age // *Violence and victims*. 2013. T. 28. № 5. C. 804-821.
20. Kowalski R. M., Limber S. P. Psychological, physical, and academic correlates of cyberbullying and traditional bullying // *Journal of adolescent health*. 2013. T. 53. № 1. C. S13-S20.
21. Lasala C. B., Galigao R. P., Boquecosa J. F. Psychological impact of social networking sites: A psychological theory // *UV journal of research*. 2013. T. 7. C. 81-86.
22. Nesi J., Choukas-Bradley S., Prinstein M. J. Transformation of adolescent peer relations in the social media context: Part 1—A theoretical framework and application to dyadic peer relationships // *Clinical child and family psychology review*. 2018. T. 21. № 3. C. 267-294.
23. O'Keeffe G. S. et al. The impact of social media on children, adolescents, and families // *Pediatrics*. – 2011. – T. 127. – № 4. – С. 800-804.
24. Paluckaitė U., Žardeckaitė-Matulaitienė K. Adolescents' intention and willingness to engage in risky photo disclosure on social networking sites: Testing the prototype willingness model // *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 2021. T. 15. № 2.
25. Patchin J.W. Summary of our cyberbullying research. URL: <https://cyberbullying.org/summary-of-our-cyberbullyingresearch>
26. Pottie-Bunge V. Spousal violence. // *Family Violence in Canada: A Statistical Profile*. / V. Pottie Bunge and D. Locke. URL: <http://www.statcan.ca/english/freepub/85-224-XIE/0000085-224-XIE.pdf>
27. Schumacher J. A., Leonard K. E. Husbands' and wives' marital adjustment, verbal aggression, and physical aggression as longitudinal predictors of physical aggression in early marriage // *Journal of consulting and clinical psychology*. – 2005. – T. 73. – № 1. – С. 28-37.
28. Srivastav B. Emotional abuse forms, process, patterns and ways to overcome // *ScienceOpen Preprints*. 2021. URL: <https://www.scienceopen.com/hosted-document?doi=10.14293/S2199-1006.1.SOR-PPOZ81O.v1>
29. Xu J. M., Jun K. S., Zhu X., Bellmore A. Learning from bullying traces in social media. // *Proceedings of the 2012 conference of the North American chapter of the association for computational linguistics: Human language technologies*. 2012. pp. 656-666.

Надійшла до редколегії 13.06.21
Рекомендована до друку 01.12.21

Kateryna Boiarshynova,
ORCID ID: 0000-0001-7829-8730
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

TRANSFORMATION OF EMOTIONAL VIOLENCE IN THE CONTEXT OF ONLINE COMMUNICATION IN SOCIAL NETWORKS

The article provides a theoretical overview of the main scientific approaches to the concept of "emotional violence", a comparison with similar concepts. Peculiarities of forms and manifestations of emotional violence in social networks are analyzed. The concept of cyberbullying and its modern types are considered.

It has been established that difficulties in diagnosing and providing psychological assistance in emotional violence are associated with a distorted perception of modern formalized norms of social relations, which perceive and define threats, humiliation and insults as the norm of communication.

To increase the effectiveness of combating cyberbullying requires a comprehensive solution: the inevitability of punishment for the crime, the definition of criteria for assessing the presence of signs of crime, which requires the formation of tools for assessing the consequences of harm. Therefore, there is an urgent need to identify and describe the definition of "psychological violence", to determine the psychological signs of emotional violence, to create tools to assess the harm done to the victim.

An influential factor in combating cyberbullying is a collaborative approach: involving a wide range of professionals in the design and implementation of cyberbullying prevention programs, cyberbullying victim support programs, and zero tolerance programs for bullying, educating children and youth on media security and media literacy.

Keywords: emotional violence, cyberbullying, psychological violence, social networks.

ПРОВИНИ І ВИБАЧЕННЯ В ОЦІНКАХ УКРАЇНСЬКО-ПОЛЬСЬКОГО КОНФЛІКТУ 1943–1944 РОКІВ МЕШКАНЦЯМИ ВОЛИНІ ТА ГАЛИЧИНИ

Досліджено психологічний зміст оцінок українсько-польського конфлікту 1943–1944 рр. мешканцями Волині та Галичини. Опитано 100 осіб за напівстандартизованим інтерв'ю. Застосовано контент-аналіз, критерій χ^2 , кластерний аналіз. В оцінках домінують незнання і невизначеність; конкурують політичний, гуманістичний та пізнавальний змісти. Основні позиції: унікально-захисна, компромісно-захисна, заперечно-захисна, гуманістично-співчутлива, політично-звинувачувальна, самозвинувачувальна.

Ключові слова: вибачення, захисна позиція, звинувачення, історична пам'ять, колективна провина, оцінка подій, почуття провини.

Актуальність теми. Дослідження закономірностей переживання українцями колективних провин спонукало звернути увагу на психологічний зміст пояснень причин і наслідків українсько-польського конфлікту 1943–1944 рр. на західноукраїнських землях. Протягом багатьох десятиріч їх принципово по-різному тлумачено в українських і польських історичних джерелах та колективній пам'яті українців і поляків.

Основні незгоди стосуються визначення загального характеру конфлікту, причин взаємного поборювання, кількості жертв з одної та іншої сторін, установлення ініціаторів взаємного винищення. Головна причина є доволі очевидною: ішлося про етнополітичну належність території Західної Волині та Східної Галичини. Кожна сторона обстоювала власні територіальні інтереси і знаходила для цього аргументи, які видавалися їй достатніми й переконливими.

За радянських часів майже не було інформації про українсько-польські суперечності того часу. Радянська пропаганда засуджувала й компрометувала діяльність УПА та інших українських патріотичних сил, розповідаючи про їхні справжні й вигадані дії, що могли мати характер воєнних злочинів, проте ігнорувала факт, що йшлося про боротьбу українців і поляків за територію.

Після 1991 р. було принципово змінено оцінку УПА та українського національно-визвольного руху, його учасникам надано статус героїв боротьби за волю України. Каральні акції проти польського населення не викликають особливого інтересу, а якщо про них заходить мова, то їх інтерпретують як протистояння носіям польського реваншизму, які прагнули відновлення польської держави на етнічно та історично українських землях [2; 8].

Як зазначає Н. Зубар, більша частина українського суспільства уникає цієї теми через її незнання і не розуміння конфлікту [3]. Українці здебільшого не усвідомлюють масштабів тих трагічних подій, а претензії поляків видаються їм безпідставними. Навпаки, частина українського населення на Західній Україні – нащадки тих, хто був свідками й учасниками подій, має власну історичну пам'ять – про злочини поляків проти українців.

Натомість із польського боку посилюється прагнення відновити історичну справедливість, об'єктивно (у їхньому розумінні) оцінити події 1943–1944 рр., спонукати українців до каяття. У сучасному польському суспільстві події є дражливими для великої частини громадян, переважно старшого віку, які відчувають незадоволення через те, що численні безневинні жертви залишилися незаслужено забутими, а винуватці злочинів – не покарані ні юридично, ні в моральному та історичному плані.

Українські історики визнають, що масові вбивства поляків у Східній Галичині та Волині мали місце [2; 7]. Водночас ситуація, яка склалася в Україні, з невиразною пам'яттю про ті події, є комфортною для більшості українців. Проте непам'ятання їх у сучасних умовах не приводить до остаточного забуття, а радше дає ілюзію спокою, яку легко руйнує більш-менш гучна актуалізація болісного минулого. Н. Зубар пропонує визнати конфлікт і чітко його артикулювати на всіх рівнях [3]. Передумовою визнання спільнотою колективної провини має стати її загальне усвідомлення.

Метою дослідження є не встановлення "історичної правди" з приводу українсько-польського конфлікту 1943–1944 рр., а з'ясування психологічного змісту оцінок тих трагічних подій у свідомості теперішнього українського населення Волині та Галичини.

Методи. У дослідженні було застосовано метод напівстандартизованого інтерв'ю з використанням відкритих, закритих та напівзакритих запитань. Відповіді опрацьовано за допомогою контент-аналізу. Відмінності між різними групами респондентів визначали за критерієм χ^2 , сукупність змінних структурували за допомогою кластерного аналізу.

Огляд літератури. Дослідники підкреслюють, що українсько-польський конфлікт 1943–1944 рр. продовжує впливати на українсько-польські відносини [1]. Проте якщо в міждержавних взаєминах можна простежити ознаки порозуміння, то на особистісному рівні ситуація є значно складнішою [6].

У цих питаннях, зазначає А. Боляновський, переважає емоційно забарвлена та вкрай тенденційна інформація. Хибні стереотипи вкарбувалися у свідомість учасників конфлікту і від них перейшли до дітей, що вплинуло на сприймання проблеми західними українцями та польськими "кресов'янами" і їхніми нащадками [1]. Польські історики часом підкреслюють, що "кресов'янам" ідеться про посилення одностороннього національного переказу про злочин [4]. Проте як у Польщі, так і в Україні історичну пам'ять підпорядковано сучасним політичним реаліям та потребам [6; 8, с. 287–292].

Дражливим є питання про кількість жертв з одного і другого боку. При цьому кожна сторона схильна перебільшувати кількість загиблих зі свого боку і применшувати втрати суперника. І. Патриляк називає баланс жертв однією з найскладніших і найспекулятивніших тем. І в українській, і в польській історіографії часто густо наводять фантастичні кількості загиблих, за до-

помогою яких намагаються виставити власний народ в образі "постраждалої сторони" [9].

А. Боляновський пише про міфічну мартирологію, або "еквілібристичну маніпуляцію" кількістю польських жертв. У Польщі активно роздмухують обсяг утрат серед польського населення, максимально применшуючи кількість жертв українських [1]. Така гіперболізація кількості жертв серед поляків, на думку О. Каліщук, є логічною в контексті двох тенденцій, характерних для польського суспільства: стереотипу жорстокості підрозділів УПА та українців загалом і сприймання себе як нації-жертви [5].

Попри відмінні оцінки загальне співвідношення визнають за таке, що кількість жертв із польського боку була удвічі або в кілька разів більшою, ніж з українського [8, с. 276–277; 9].

Суперечливість українсько-польських оцінок описуваних подій можна простежити в термінології. Ю. Мацієвський зазначає, що прийняте в Польщі означення польських акцій як відплатних у відповідь на напади українців є таким самим евфемізмом, як і українське формулювання "Волинська трагедія" [7], що в польській версії має назву "Волинська різанина". Польські дослідники частіше зосереджуються на визначенні масових убивств поляків як етнічної чистки або геноциду, а також роблять акцент на прихильному в той період ставленні багатьох українців до знищення польського населення та їхніх намаганнях виправдати скоєні злочини [8, с. 193–196, 279–292].

Принциповою є відмінність у баченні загального контексту подій. Погляд на міжетнічний конфлікт як ланцюг причинно-наслідкових зв'язків, який потопає в пітьмі віків і який слід простежувати в динаміці, О. Каліщук називає найумотивованішим та найоб'єктивнішим. Вона підкреслює, що українські автори наполягають на неможливості говорити про волинські події поза історичним контекстом, а основною причиною конфлікту вважають асиміляційну політику міжвоєнної Польщі щодо українців [5]. Про складне переплетіння історичних, соціальних, економічних, політичних, психологічних чинників пише Б. Гудь. Українські дослідники, зазначає він, особливої ваги надають тривалим історичним приниженням, яких зазнавали українці з боку поляків [2, с. 98–103]. На подіях 1920–1939 рр. наголошує І. Патріляк, а водночас говорить про контекст історичних взаємин між двома народами впродовж шестисот років. Він характеризує українсько-польський конфлікт як типову антиколоніальну війну українців проти імперіалістичної держави, якою була міжвоєнна Польща і яку хотіло відродити польське населення Західної України. Такі війни завжди вирізняються особливою жорстокістю та безкомпромісністю з обох боків [9].

Натомість польські дослідники зосереджуються на подіях 1942–1944 рр. [5]. Водночас частина їх визнає, що фізичне насильство зі сторони українців було реакцією на структурне й фізичне насильство з боку поляків [7].

Поширеним варіантом українських пояснень конфлікту є посилення на провокації третьої сторони: євреї, німці та росіяни завжди були тимчасовим і додатковим чинником розгортання подій у цих регіонах до 1945 р. [1], політика нацистів і радянської влади – один із головних каталізаторів конфлікту [10]. Напруження в українсько-польських відносинах штучно стимулювали СРСР і Німеччина [9], а російський чинник продовжує відігравати негативну роль у сучасному українсько-польському діалозі [4; 5]. Не відкидаючи наявності німецьких і радянських провокацій в українсько-польських відносинах,

Г. Мотика зазначає, проте, що "серед сотень нападів на польські поселення не знайдено жодного, який би можна було приписати радянським партизанам" [8, с. 108].

Дедалі гучнішими стають розмови про потребу змінити ракурс аналізу проблеми, спрямувавши погляд у майбутнє. Обміни взаємними звинуваченнями та вимірювання ваги кривд – це шлях у нікуди. Потрібно звести порахунки з минулим заради майбутнього [5]. Замість пошуку консенсусу про історію треба перейти до пошуку компромісу у сфері практичної політики, вести переговори про трансформацію конфлікту і запобігання його ескалації [3]. У такому ракурсі бачення проблеми увиразнюється значення психологічних чинників розгортання конфлікту і його сучасних інтерпретацій. І якщо дорогу до порозуміння можна будувати лише через розуміння історичних образ і трагедій [2, с. 105], то перенесення їх до теперішнього контексту неможливе без урахування актуального стану настроїв і думок у відповідних середовищах.

Методологія. Було опитано 100 осіб – мешканців чотирьох провінційних місцевостей (по 25 осіб у кожній із них): села Звіздівка і Ставок Костопільського р-ну Рівненської обл., селище Іваничі Володимир-Волинського р-ну Волинської обл., місто Белз Червоноградського р-ну Львівської обл., село Боднарів Калуського р-ну Івано-Франківської обл.

Вибір саме таких місцевостей має два пояснення. По-перше, у цих населених пунктах або поблизу них відбувалися акції, спрямовані проти польського населення, що, згідно з польськими джерелами, призвели до найбільш численних жертв. По-друге, опитували мешканців невеликих поселень із метою охопити якомога більше корінного населення, що безпосередньо пов'язане із цією територією і може бути найбільш обізнаним із колишніми подіями.

Статеві-вікова структура вибірки відповідала структурі дорослого населення України. По 50 осіб було опитано на території Західної Волині (Волинська і Рівненська обл.) та Східної Галичини (Івано-Франківська і Львівська обл.). Так само по 50 розподілилися мешканці поселень міського і сільського типу.

У процесі спілкування віч-на-віч із респондентами за методом напівстандартизованого інтерв'ю їм було поставлено низку запитань: дев'ять відкритих, одне напівзакрите та чотири закриті. Отримані відповіді на відкриті запитання було опрацьовано за процедурою контент-аналізу та узагальнено у вигляді набору семантичних одиниць. Для подальшого опрацювання відібрано одиниці, які були відображені у відповідях не менш як 5 % респондентів (в окремих випадках проаналізовано й відповіді 4 %, якщо цього вимагала логіка наповнення семантичного простору). Відмінності між окремими групами респондентів оцінювали на основі критерію χ^2 , змінні структуровані за допомогою кластерного аналізу.

Результати дослідження. На початку розмови респондента запитували про те, чи є він корінним мешканцем цієї місцевості. Респондента вважали за корінного, якщо він тут народився і виріс і хоча б один із його батьків походив звідси (таких виявився 91 %). Решта 9 % – це ті, хто переїхав сюди з віддаленої місцевості.

Наступним було запитання про те, чи знає респондент про знищення поляків, яке мало місце в цій місцевості в 1943 або 1944 р. Відповіді поділено на три категорії: не знає (22 %), знає трохи (63 %), знає багато (15 %). Обсяг наявних знань (трохи чи багато) оцінював сам респондент, його уточнювали шляхом розпитування про ті події. Якщо респондент не знав про події або

давав неточну відповідь, то йому надавали коротку інформацію про те, що тоді відбувалося, після чого остаточно оцінювали ступінь обізнаності респондента.

Відповіді на запитання про причини тих подій розподілилися таким чином (тут і далі сума відсотків може перевищувати 100, оскільки окремі відповіді містили 2 або 3 значення): 48 % опитуваних не дали відповіді; 23 % заявили, що це була боротьба за територію; 15 % назвали причиною провокації третьої сторони – радянської (частіше) або німецької чи якоїсь іншої, не названої; так само 15 % говорили про різні варіанти взаємного непорозуміння, людської природи, впливу обставин того часу; 12 % за причини визнавали негативні риси поляків – агресивність, захланність, антиукраїнськість тощо; 6 % зазначали, що йдеться про "політику" як таку собі абстрактну силу, що вплинула на поведінку людей.

На запитання, хто винен у тому, що сталося, 45 % респондентів не змогли дати відповіді; радянську або російську владу звинувачували 19 %, поляків – 13, німців – 7, разом українців і поляків – 6, владу (без зазначення її історичного чи політичного статусу) – 6 %; 4 % поклали вину на українців.

Належить зробити роз'яснення щодо оцінки влади як винуватця тих подій. Як показують наші дослідження, у свідомості частини українців має місце емоційно-когнітивна домінанта у вигляді напруженого ставлення до влади. Образ влади постає як недиференційована інстанція, на яку спрямовано інтенсивні негативні оцінки, яка виконує роль незмінного винуватця негараздів та об'єкта звинувачень навіть незалежно від історичного контексту.

Наступним було запитання про те, яке значення з погляду сьогоdnішнього дня мають ті події для мешканців села, селища, міста. Домінувала відповідь, що ті події не мають значення – 40 %; запитання залишилося без відповіді – 17 %; люди пам'ятають про ті події – 11 %; ті події впливають на сучасні українсько-польські відносини (позитивно або негативно) – 10 %; події мають значення, але не пояснено, у чому воно полягає, – 9 %; це були трагічні події – 7 %; з тих подій треба брати уроки – 7 %; це було в історії – 6 %.

Коли йшлося про особисте значення тих подій для респондентів, то 61 % відповіли, що вони не мають значення; 10 % дали їм негативну оцінку; 10 % говорили про уроки, які потрібно винести з того, що відбувалося; жаль із приводу загибелі людей висловили 8 %; 7 % заявили про потребу знати історію; 6 % не дали відповіді.

Чи мають сьогодні ті події значення для всіх українців та України? На таке запитання 26 % відповіли, що не мають, а 18 % не дали відповіді. Натомість 14 % говорили, що події певним чином вплинули на розвиток України, здебільшого негативно; 13 % говорили про вплив на українсько-польські відносини; 12 % сказали про значення подій без конкретизації; 12 % зосередилися на негативній оцінці сучасного становища в Україні; 7 % говорили про їхнє значення як історичного факту; 4 % заявили, що таке не має повторитися.

Як видно зі змісту описаних відповідей, в оцінці подій 1943–1944 рр. домінують незнання і нерозуміння. Найчастіше запитання залишалися без відповіді. У змістових відповідях конкурують політична і гуманістична оцінки. У політичній акценти зроблено на історико-політичному значенні: боротьбі за територію, за Україну, традиційній ворожнечі українців і поляків, впливах третіх сторін, здебільшого радянсько-російської. Гуманістичний аспект виявився у шкодуванні через загибель людей, у потребі пам'ятати про них, виносити уроки з

трагічних подій минулого, прагнути того, щоб вони не повторилися. Виявився також суто пізнавальний аспект: треба знати історію!

Слід зазначити ще одну характеристику масової свідомості, що відвертає громадську увагу від конкретної оцінки подій, про які йдеться. Частина респондентів у відповідях воліла говорити про своє теперішнє нелеге становище, відхиляючись від змісту поставленого запитання. Реакція на скрутні обставини життя виявилася важливішою за підтримання контексту розмови. На цьому тлі чималою одностайністю вирізнялася відповідь на запитання про те, чи треба згадувати про ті події: переважна більшість (75 %) опитуваних із цим погодилася, а 22 % заперечили таку потребу.

Відповіді про те, чому треба згадувати, розподілилися таким чином: щоб знати, пам'ятати про те, що було – 26 %; оскільки це історія – 25 %; щоб таке більше не повторилося – 13 %; оскільки загинули люди – 13 %; щоб робити висновки – 11 %; оскільки це було заради України – 4 %. Ті, хто вважав, що не треба згадувати, дали такі пояснення: це було давно, уже минуло – 18 %; треба жити мирно, не ворожити минулого – 9 %.

Переважна більшість (64 %) респондентів погодилася з тим, що треба просити вибачення за ті події, а 21 % не погодилася. Проте коли йшлося про конкретизацію змісту вибачень, то одностайності вже не було: 41 % не дали відповіді на запитання про те, хто і в кого має просити вибачення; 28 % говорили про взаємні вибачення українців і поляків; порівну – по 12 % – заявили про вибачення українців перед поляками і поляків перед українцями; 5 % наполягали на тому, що всі люди мають вибачатися одні перед одними або перед Богом.

Виразну захисну позицію щодо усвідомлення трагічності тих подій та ймовірної винуватості українців можна вбачати у відповідях на запитання про те, за що слід просити вибачення. Багато хто (42 %) не зміг відповісти, і майже стільки само (39 %) висловлювалися обережно, говорячи радше про неправильну поведінку, ніж про злочини. Респонденти визнавали провини своїх предків, але неохоче, намагаючись пом'якшити суть скоєного. І лише 19 % говорили про вибачення за вбивства, жорстокість, насильство, геноцид.

Ще одне запитання стосувалося адміністративно-територіальної ідентифікації респондентів. Їм пропонували визначитися, ким вони найбільше почуваються: мешканцем міста чи села або місцевості, жителем області, громадянином України. Отримані відповіді розподілилися в такий спосіб, що більшість (64 %) назвала себе громадянами України, менше (30 %) виявилось тих, хто виявив місцеву ідентичність, і найменше (5 %) було носіїв регіональної ідентичності. Оскільки представників останньої групи було небагато, то надалі порівняння здійснювали між двома першими групами.

Виявлено різницю між тими, хто волів називати себе місцевими мешканцями, і тими, хто насамперед визначав себе як громадянина України. Перші більшою мірою говорили про значення уроків із тих подій для міста/села (тут і далі за критерієм $\chi^2 p \leq ,02$), потребу робити висновки як підставу для того, щоб згадувати про ті події (.044), вибачення українців перед поляками (.036). Натомість інші наполягали на провині самих поляків (.044), особистому значенні знання історії (.083; з огляду на відносно невелику кількість значущих показників розглянуто й ті, де відмінності досягали лише рівня тенденції), вибаченні поляків перед українцями (.061).

Привертає увагу спрямованість очікуваних вибачень: носії локальної ідентичності виявляють більшу

схильність до вибачень перед поляками, натомість особи з переважанням загальноукраїнської ідентичності радше очікують на вибачення з боку поляків.

Далі зроблено порівняння груп респондентів за різними соціально-демографічними характеристиками. Виявилася різниця в оцінках між корінними і некорінними мешканцями, хоча надійність цих даних невисока через малу кількість некорінних. Останні частіше говорили про значення тих подій як історії для міста/села (.032), брак їхнього значення для України (.061), потребу не ворухити минулого (.03). Натомість корінні мешканці охочіше погоджувалися з потребою згадувати про ті події (.054).

Несподівано мізерними виявилися вікові відмінності. Лише у двох групах по-різному оцінено значення трагічного протистояння для місцевого населення: особи середнього зрілого віку (45–59 років) активніше, ніж представники інших груп, заперечували таке значення, а носії ранньої зрілості (30–44 роки) займали протилежну позицію (.071).

Більш виразно виявилися статеві відмінності. Чоловіки дужче заперечували значення подій для місцевого населення (.005), тоді як жінки частіше не мали відповіді на це запитання (.092) або зазначали значення їх впливу на українсько-польські відносини (.062), висловлювали негативну оцінку подій, говорячи про значення особисте (.062) або для України (.089), наполягали на тому, що така трагедія не має повторитися, як на підставі згадувати про неї (.054).

Наступний аспект порівняння було зроблено за ознакою обізнаності про оцінювані події. Зовсім не обізнані респонденти, на відміну від добре обізнаних, не мали відповіді на запитання про причини тих подій (.033) і їхнє місцеве значення (.094). Обізнані частіше причиною взаємного знищення вважали боротьбу за територію (.061) або негативні риси та дії поляків (.000), звинувачували поляків (.04), давали негативну оцінку тих подій у їхньому значенні для України (.015). Отже, інтерес до тих подій та обізнаність про них пов'язані з активною проукраїнською позицією в наданих оцінках.

Для уточнення психологічної структури оцінок, які прозвучали у відповідях респондентів, було здійснено кластерний аналіз у просторі 53 оцінних ознак за методом найближчого сусіда. Виділили шість кластерів. Три з них утворилися на основі пунктів, які відображають невизначеність позицій респондентів щодо оцінюваних питань: події не мають значення особистого або для мешканців міста/села; немає відповіді про причини або про винуватців тих подій; немає відповіді на запитання про те, хто має вибачатися і за що слід вибачатися.

Зміст іше двох кластерів відтворює психологічну проблемність оцінювання важкого минулого. До одного кластера ввійшли відповіді на запитання про те, чи треба згадувати про ті трагічні події і чи треба просити за них вибачення. Другий кластер встановила лише одна ознака – потреба вибачатися за неправильні дії (а не за вбивства) як спосіб послабити можливе почуття провини.

Усі решта ознак утворили один великий кластер.

З огляду на істотну змістову нечіткість отриманої кластерної структури оцінок було проведено ще одну кластеризацію їх після вилучення тих респондентів, які не дали відповідей на чотири та більше запитань (залишилося 69 осіб), і пунктів анкети, що відображають брак відповідей на запитання (залишилося 45 ознак). За результатами такого аналізу виділили п'ять кластерів. У першому об'єднали два показники – чи треба просити вибачення і якщо вибачатися, то за неправи-

льні дії (а не за вбивства). Другий кластер встановили обстоювання взаємних вибачень українців і поляків та відповідь "не має" на запитання про особисте значення тих подій. До третього кластера ввійшли відповіді про брак значення для мешканців села, селища або міста та всієї України. Лише одна ознака утворила четвертий кластер – історичний характер тих подій як причина того, що про них треба згадувати. Решту ознак об'єднали у п'ятий кластер.

Оскільки у просторі ознак вагоме місце посіли малозмістовні індикатори – ті, що відображають брак відповіді, відповідь про брак значення подій або про їхнє значення без пояснення його суті, то ці пункти було вилучено і виконано ще один етап кластерного аналізу в просторі 40 ознак. Утворилися чотири кластери. Перший із них був аналогічний кластерові з попереднього етапу: чи треба просити вибачення і якщо вибачатися, то за неправильні дії. Зміст другого кластера стосувався таких підстав згадувати про ті події, як їхній історичний характер та потребу знати про них і пам'ятати. У третьому кластері поєдналися такі різноманітні ознаки, як боротьба за територію – причина ворожнечі, потреба взаємних вибачень українців і поляків, убивства – предмет вибачень. Четвертий кластер об'єднав решту ознак.

У результаті проведених процедур невизначеність і психологічна проблемність, що спочатку переважали у змісті кластерів, поступово конкретизувалися за трьома напрямками: прийняття або заперечення потреби вибачатися; зосередження на історичному характері подій; акцент на боротьбі за територію як головному змісті українсько-польських суперечностей тодішнього часу.

Наукова дискусія та висновки. Узагальнення отриманих результатів показує, що в оцінках мешканцями Волині та Галичини провин і вибачень за українсько-польський конфлікт 1943–1944 рр. істотно переважають необізнаність і невизначеність позицій. Аналіз ознак, які мають більшу змістову вираженість, дає підстави описати найбільш типові позиції респондентів. За їхнім психологічним змістом ці позиції можна назвати уникливо-захисною, компромісно-захисною, заперечно-захисною, гуманістично-співчутливою, політично-звинувачувальною, самозвинувачувальною.

Домінує захисна позиція, насамперед в *уникливо-захисному* варіанті, у якому найвиразніше виявляється небажання дізнаватися про болісне й непривабливе минуле. Якщо інформація про трагічні події тим чи тим чином доходить до респондентів, то частина їх ухиляється від некомфортних роздумів. Визнаючи провини своїх, застосовують для їхньої оцінки відносно "м'яку" термінологію. Частина респондентів говорить про складнощі людської природи або обставини того часу. Звинувачують владу або "політику" як абстрактну підступну силу. Окремі особи наполягають на тотальній провині всіх перед усіма або перед Богом.

Компромісно-захисна позиція полягає в зосереженні уваги на об'єктивно-історичному змісті подій та їхніх дотеперішніх наслідків з одночасним абстрагуванням від їхньої трагічності, визнанням обопільних провин українців і поляків та потреби взаємних вибачень, пропозиціях жити мирно, не ворухити минулого.

Свідченням заперечно-захисної позиції є намагання знецінити значення тих тяжких подій через заперечення їхньої важливості в минулому та актуальності в теперішньому. Зручним і поширеним варіантом захисних пояснень стають посилення на провокації третьої сторони.

Ознаками *гуманістично-співчутливої* позиції можна вважати підкреслення трагічного характеру подій, ви-

словлення жалю за загиблими людьми, наголошування на важливості пам'ятати про них, увиразнення потреби робити правильні висновки з минулого, наполягання на тому, щоб такі трагічні події більше не повторилися.

Політично-звинувачувальну позицію втілено в негативних оцінках поляків, односторонніх звинуваченнях на їхню адресу, безапеляційному виправданні українців, використанні патріотичної риторики.

Порівняно незначними є вияви самозвинувачувальних тенденцій, коли йшлося про більшу провину українців та потребу просити вибачення в поляків.

Отже, рівень усвідомлення мешканцями Волині та Галичини змісту і ступеня провини учасників/сторін українсько-польського конфлікту 1943–1944 рр. помірно невисокий. Більшості їх бракує мотивації до пізнання причин і наслідків тих подій. Властивий частині респондентів інтерес до них звичайно корелює з проукраїнськими постановами, а відтак і зумовленими ними упередженнями.

Позаяк мешканці решти українських регіонів набагато слабше заангажовані у відповідну проблематику, то загалом можна стверджувати, що в масовій свідомості українців наразі немає соціально-психологічних передумов для посідання виваженої, асертивної позиції в оцінках трагічних подій 1943–1944 рр.

Список використаних джерел

1. Боляновський А. Проблема кількості польських жертв волинської трагедії 1943 року. *Україна – Польща: історична спадщина і суспільна свідомість*. 2013. № 6. С. 129–142. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ukrpol_2013_6_13
2. Гудь Б. Українці – поляки: хто винен? У пошуку першопричин українсько-польських конфліктів першої половини XX століття. Львів: Кальварія, 2000. 192 с.
3. Зубар Н. Волинь. Конфлікт пам'яті між Польщею і Україною. Аналіз і прогноз. *Інформаційний центр "Майдан Моніторингу"*, 01-09-2016. URL : <https://maidan.org.ua/2016/09/volyn-konflikt-pamyati-mizh-polscheyu-i-ukrajinoju-analiz-i-prohnoz/>
4. Ісаєв І. Помішалися на "ідеології необандеризму": польські історики відповідають "кресов'янам". *Наше слово*. 2021. № 5. 2021-01-31. URL : <https://nasze-slowo.pl/pomishalysya-na-ideologiyi-neobanderyzmu-polski-istoryky-vidpovidayut-kresovyanam/>
5. Калішчук О. Волинь'43: майбутнє у лабіринтах минулого. *Українська правда*. 5 липня 2021. URL : <https://www.istpravda.com.ua/articles/2021/07/5/159790/>
6. Калішчук О. Протистояння на українсько-польському пограниччі в роки Другої світової війни у політологічному вимірі. *Україна – Польща:*

історична спадщина і суспільна свідомість. 2012. № 5. С. 103–110. URL : http://www.inst-ukr.lviv.ua/files/ukr-pol_5/010-kalishchuk.pdf

7. Мацієвський Ю. Чому масові вбивства поляків на Волині некоректно називати геноцидом. *Сучасні українсько-польські відносини: погляд експертів*. Зб. аналітичних матеріалів. Упоряд. В. Бусленко. Луцьк: Вежа-Друк, 2017. С. 51–58.

8. Мотика Г. Від Волинської різанини до операції "Вісла": польсько-український конфлікт 1943–1947 рр. Київ: Дух і Літера, 2013. 360 с.

9. Патриляк І. Кривавий баланс. Скільки загинуло під час польсько-українського конфлікту? *Українська правда*. 12 липня 2018. URL : <https://www.istpravda.com.ua/articles/2018/07/12/152692/>

10. Польова З. Польсько-українські воєнні відносини: розвиток конфлікту та спроби примирення. *Україна – Польща: історична спадщина і суспільна свідомість*. 2013. № 6. С. 108–128. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ukrpol_2013_6_12

References

1. Boliyanovskiy, A. (2013). Problema kilkosti polskykh zhyrtv volynskoi trahedii 1943 roku. *Ukraina – Polshcha: istorychna spadshchyna i suspilna svidomist*, 6, 129–142. Retrived from http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ukrpol_2013_6_13
2. Hud, B. (2000). *Ukrainci – poliaky: khto vynen? U poshuku pershoprychyn ukrainsko-polskykh konfliktiv pershoi polovyny XX stolittia*. Lviv: Kalvaria. 192 s.
3. Zubar, N. (2016). Volyn. Konflikt pam'iaty mizh Polshcheiu i Ukrainoiu. Analiz i prohnoz. *Informatsiyni tsentr "Maidan Monitorynh"*, 01-09-2016. Retrived from <https://maidan.org.ua/2016/09/volyn-konflikt-pamyati-mizh-polscheyu-i-ukrajinoju-analiz-i-prohnoz/>
4. Isaiev, I. (2021). Pomishalysia na "ideologii neobanderyzmu": polski istoryky vidpovidaiut "kresov'ianam". *Nashe slovo*, 5, 2021-01-31. Retrived from <https://nasze-slowo.pl/pomishalysya-na-ideologiyi-neobanderyzmu-polski-istoryky-vidpovidayut-kresovyanam/>
5. Kalishchuk, O. (2021). Volyn'43: maibutnie u labiryntakh mynuloho. *Ukrainska pravda*. 5.07.2021. Retrived from <https://www.istpravda.com.ua/articles/2021/07/5/159790/>
6. Kalishchuk, O. (2012). Protystoiannia na ukrainsko-polskomu pohranychchi v roky Druhoi svitovoi viiny u politolohichnomu vymiri. *Ukraina – Polshcha: istorychna spadshchyna i suspilna svidomist*, 5, 103–110. Retrived from http://www.inst-ukr.lviv.ua/files/ukr-pol_5/010-kalishchuk.pdf
7. Matsiievskiy, Iu. (2017). Chomu masovi vbyvstva poliakiv na Volyni nekorrektno nazyvaty henotsydom. In V. Buslenko (Comps.), *Suchasni ukrainsko-polski vidnosyny: pohliad ekspertiv. Zb. analitychnykh materialiv* (pp. 51–58). Luts'k: Vezha-Druk.
8. Motyka, G. (2013). *Vid Volynskoi rizanyiny do operatsii "Visla": polsko-ukrainskyi konflikt 1943–1947 rr.* Dukh i Litera.
9. Patriyaliak, I. (2018). Kryvavyi balans. Skilky zahynulo pid chas polsko-ukrainskoho konfliktu? *Ukrainska pravda*. 12.07.2018. Retrived from <https://www.istpravda.com.ua/articles/2018/07/12/152692/>
10. Poliova, Z. (2013). Polsko-ukrainski voenni vidnosyny: rozvytok konfliktu ta sroby prymyrennia. *Ukraina – Polshcha: istorychna spadshchyna i suspilna svidomist*, 6, 108–128. Retrived from http://nbuv.gov.ua/UJRN/Ukrpol_2013_6_12

Надійшла до редколегії 07.08.21
Рекомендована до друку 15.11.21

Vadym Vasiutynskyi
ORCID ID: 0000-0002-9808-4550
Institute for Social and Political Psychology, NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine

GUILT AND APOLOGY IN THE VOLYN AND GALICIA RESIDENTS' ASSESSMENTS OF 1943–1944 UKRAINIAN-POLISH CONFLICT

The aim of the study was to clarify the psychological content of assessments of the Ukrainian-Polish conflict of 1943–1944 by the current Ukrainian population of Volyn and Galicia. 100 residents were surveyed using a semi-standardized interview. The answers were processed with content analysis, χ^2 criterion, and cluster analysis.

Ignorance and uncertainty dominated the events assessments. As a result of quantitative procedures, their content became more specific in such psychological positions: evasive-defensive, compromise-defensive, denial-defensive, humanistic-compassionate, political-accusatory, and self-blaming.

The evasive-defensive position was manifested in the reluctance to learn about painful events, avoidance of uncomfortable thoughts, and soft justification of Ukrainians. The compromise-defensive position was to focus on the objective content of the events, acknowledge the mutual guilt of Ukrainians and Poles, and propose not to "stir up" the past. Evidence of the denial-defensive position was denying the importance of the events or the reference to third sides' provocations. Humanistic-compassionate position included the emphasis on the tragic nature of events, the expression of pity for the dead, and the need to draw the right conclusions. The political-accusatory position meant the negative assessments and accusations of Poles, the unappealable justification of Ukrainians, and the use of patriotic rhetoric. The self-blaming position was embodied in the recognition of the greater guilt of Ukrainians and the need to apologize to Poles.

Keywords: apology, defensive position, blaming, historical memory, collective guilt, assessment of events, sense of guilt.

Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv.
Series "Psychology". № 2(14), pp. 15-20 (2021)
УДК 159.923
DOI: [https://doi.org/10.17721/BSP.2021.2\(14\).3](https://doi.org/10.17721/BSP.2021.2(14).3)

ISSN 1728-3817
© Taras Shevchenko National University of Kyiv,
Publishing and Polygraphic Center "Kyiv University", 2021

Тетяна Вашека, канд. психол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0001-5434-1677;
Олена Долгова, канд. біол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0001-9371-8203;
Оксана Власова-Чмерук,
ORCID ID: 0000-0003-4934-3349
Національний авіаційний університет, Київ, Україна

ОСОБИСТІСНІ ЧИННИКИ КОМУНІКАТИВНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПІЛОТІВ

Розглянуто проблему комунікативної компетентності майбутніх пілотів та встановлено її особистісні чинники. Актуальність обраної проблематики зумовлена значним внеском неефективної комунікації у виникнення авіаційних інцидентів. З'ясовано, що найважливішими особистісними чинниками комунікативної компетентності майбутніх пілотів є низький рівень залежності у спілкуванні та реактивної агресивності, а комунікативних здібностей – низька сором'язливість та депресивність.

Ключові слова: комунікативна компетентність, особистісні характеристики, пілоти цивільної авіації.

Вступ. Особливістю сучасного етапу розвитку суспільства є масштабне використання цивільної авіації. Пріоритетом цивільної авіації є безпека та благополуччя пасажирів і членів екіпажу. Розвиток авіаційної техніки зумовлює ускладнення професійної діяльності пілотів, а також необхідність підготовки фахівців, здатних адаптуватися до нових умов і вимог часу, що відрізняються високим рівнем сформованості комунікативних компетенцій.

У сучасних наукових публікаціях комунікативний процес у лінгвістичному аспекті, такому як радіообмін та використання офіційної мови спілкування у цивільній авіації, є достатньо дослідженим, у той час як психологічні особливості комунікативної компетенції пілотів і членів екіпажу та їхній вплив на безпеку авіації потребують подальшого вивчення [14, с. 280].

Згідно з документами Міжнародної асоціації повітряного транспорту (IATA), Міжнародної організації цивільної авіації (ICAO) для підвищення безпеки авіації при підготовці експлуатантів льотного транспорту має бути реалізований компетентнісний підхід, який включає також розвиток комунікативної компетентності та навичок роботи членів екіпажу в команді [9].

Актуальність дослідження обумовлена високою значущістю формування та розвитку комунікативної компетентності членів екіпажу для запобігання непорозумінням і конфліктам усередині екіпажу. На наш погляд, цілеспрямований розвиток комунікативних здібностей протягом періоду навчання у студентів спеціальності "Авіаційний транспорт" допоможе поліпшити їх взаємодію, підвищити рівень взаєморозуміння, що, у свою чергу, дозволить ефективно співпрацювати в умовах значних навантажень та сприятиме зростанню безпеки польотів.

Мета дослідження: установити рівень комунікативної компетентності та її особистісні чинники у студентів, що навчаються за спеціальністю "Авіаційний транспорт".

Методи: аналіз наукових джерел, психодіагностичні методики, методи математичної статистики, інтерпретація, узагальнення.

Огляд літератури. М. Прохорова та колеги пропонують цілісну модель компетенцій пілота, що включає блок когнітивних та функціональних компетенцій, серед яких значне місце відведено мета- та соціальним компетенціям, а саме здатності до навчання, адаптованості, відповідальності, старанності, стресостійкості, лідерству та роботі в команді, комунікабельності [5, с. 40].

А. Вієра та І. Сантос, детально аналізуючи проблему неефективності комунікативних навичок фахівців авіа-

ційної галузі, наводять приклади авіакатастроф, прямо пов'язаних із проблемами комунікації. Автори наголошують на необхідності формування та розвитку навичок ефективного спілкування у пілотів та персоналу авіакомпаній, який забезпечує польоти, і необхідності їх оцінювання при професійному відборі на льотні спеціальності [15, с. 362].

А. Бірюков пропонує програму формування готовності пілотів цивільної авіації до дій у надзвичайній ситуації. Центральним елементом програми є розвиток комунікативної компетентності, яка виявляється у вмінні знаходити конструктивні способи взаємодії, вести діалог, подавати інформацію та ефективно слухати, протистояти тиску з боку іншого [1].

Російські дослідники А. І. Степанова, С. М. Степанов та ін. запропонували кардинально новий підхід до розв'язання проблеми комунікації, розробивши програму сумісної тренажерної підготовки авіадиспетчерів та пілотів. Автори зазначають, що окрема підготовка диспетчерів та льотного складу екіпажу спричиняє незрозуміння специфіки роботи один одного, а от спільне розв'язання проблемних ситуацій, за умови можливості спостерігати за роботою іншого фахівця, підвищує взаєморозуміння та допомагає уникнути багатьох помилок [6, с. 40].

Окремим напрямом досліджень є вивчення способів підвищення згуртованості членів екіпажів [8]. Автори вказують на важливість комплектування психологічно сумісних екіпажів повітряних суден, що має підвищити рівень безпеки польотів.

Відомі на ринку послуг авіакомпанії при прийомі на роботу співробітників як одну з важливих вимог до майбутніх працівників висувають розвинені навички міжособистісного спілкування, чуйність, дипломатичність, уміння слухати, ввічливість, навички саморегуляції у стресових ситуаціях. Наприклад, корейський дослідник До-Хі Квон зазначає важливість навичок міжособистісного спілкування для бортпроводників [10, с. 36]. Проте ці вимоги не постають при прийомі на роботу пілотів.

Є. І. Фіногенко, досліджуючи адаптаційні ресурси стресостійкості пілотів цивільної авіації, зазначає, що групі з вираженим рівнем стресу більше притаманні такі порушення соціальної взаємодії, як замкненість, незрозуміння комунікативні якості [7, с. 303]. У той самий час дослідження А. Благініна та співавторів психологічних якостей, які сприяють успішності підготовки пілотів, не вказують на комунікативні здібності як вагомий фактор [2].

Розвинені комунікативні вміння членів екіпажу, а саме вміння вести діалог, дозволяють установити сприятливий психологічний клімат у кабіні літака, що надзвичайно важливо за умов перебування членів екіпажу тривалий час в обмеженому просторі. У дослідженні Г. Васківської та колег обґрунтовано, що діалогічне спілкування сприяє укріпленню міжособистісних стосунків, досягненню спільності мотивів, що надзвичайно важливо для злагодженої роботи команди [3, с. 22]. Аналогічної думки дотримуються П. Гонтар, У. Фісчер, К. Бенглер, наголошуючи на важливості підвищення ефективності комунікації серед членів льотно-го екіпажу [12, с. 350].

Отже, можемо зробити висновок щодо актуальності та своєчасності дослідження комунікативної компетентності майбутніх пілотів цивільної авіації та її незаперечної ролі у професійному становленні й адаптації до професійної діяльності фахівців авіаційної галузі.

Методологія. Психодіагностичні методики. З метою діагностики ефективності комунікації респондентів було застосовано "Тест комунікативних вмінь" Л. Міхельсона в адаптації Ю. З. Гільбуха, що дозволяє встановити рівень комунікативної компетентності та якість сформованості основних комунікативних умінь. Тест побудовано у вигляді 27 комунікативних ситуацій, у яких є правильна відповідь, що вказує на певний еталонний варіант поведінки і відповідає компетентному, партнерському стилю спілкування. Неправильні відповіді поділяються на дві групи: тип комунікативної поведінки "знизу", тобто залежний, і "зверху", тобто агресивний.

Для встановлення рівня комунікативних здібностей було обрано методику оцінки рівня комунікативних та організаторських здібностей особистості В. Синявського та Б. Федоришина. Опитувальник складається із 40 запитань, 20 із яких спрямовані на діагностику комунікативних здібностей, а інші 20 – організаційних. У результаті діагностується п'ять рівнів вираженості комунікативних здібностей: від низького до дуже високого.

Також у дослідженні була використана методика "Спрямованість особистості в спілкуванні" С. Л. Братченко, що дозволяє діагностувати такі типи спрямованості, як авторитарна, маніпулятивна, конформна, альтероцентрична та індивідуентна. Спрямованості особистості у спілкуванні автор розглядає як індивідуальну комунікативну стратегію, що включає особистісні уявлення про сенс спілкування, його мету, засоби, бажані та допустимі способи поведінки у спілкуванні.

Для встановлення особистісних чинників комунікативної компетентності у майбутніх пілотів ми обрали "Фрайбурзький особистісний опитувальник" (FPI), що дозволяє діагностувати психічні стани та властивості особистості, які мають важливе значення для соціалізації, професійної адаптації та регуляції поведінки: нев-

ротичність, спонтанна агресивність, депресивність, дратівливість, комунікабельність, урівноваженість, реактивна агресивність, сором'язливість, відкритість, екстраверсія-інтроверсія, емоційна лабільність, маскулінність-фемінність.

Для встановлення рівня рефлексивності було обрано методику діагностики рівня розвитку рефлексивності А. В. Карпова, що дозволяє діагностувати 4 показники: 1) ретроспективна рефлексія діяльності; 2) рефлексія реальної діяльності; 3) рефлексія майбутньої діяльності; 4) рефлексія спілкування і взаємодії з іншими людьми. Кількість балів за кожною шкалою вказує на високий, середній чи низький рівень рефлексії. Також обраховується загальний показник рефлексивності, тобто здатності людини аналізувати саму себе і власну активність (своєрідний самоаналіз), наприклад власні стани, вчинки і минулі події.

За діяльнісним підходом у психології рефлексію відносять до важливої характеристики спільної діяльності, яка необхідна для координації взаємодії та узгодження професійних і групових ролей. На наш погляд, особливо цінною ця властивість стає в роботі членів льотно-го екіпажу через можливість проаналізувати свої минулі дії, повернутися ще раз до сказаного раніше, подивитися на власні вчинки очима інших. Усе це дозволяє побачити власні помилки чи, навпаки, упевнитись у правильності рішення.

Комунікативний аспект рефлексії дозволяє людині зосереджуватися на своїй манері спілкування, бачити її недоліки й аналізувати причини непорозуміння зі співрозмовниками. Це, у свою чергу, дає можливість поліпшувати та розвивати власні комунікативні вміння, сприяє ефективності міжособистісного спілкування.

Методи математичної статистики. Для встановлення кореляційних зв'язків між змінними було використано кореляційний аналіз (коефіцієнти кореляції Пірсона та Спірмена). Визначення особистісних чинників комунікативної компетентності майбутніх пілотів було здійснено за допомогою регресійного аналізу.

Вибірка дослідження. У дослідженні взяла участь 41 студент 1-3-х курсів спеціальності "Авіаційний транспорт" Національного авіаційного університету (Україна, Київ) віком від 18 до 22 років. Тестування проходило протягом лютого – березня 2021 р. Усі учасники дослідження були здоровими, у жодного з них не було психічних чи когнітивних розладів. Критеріями виключення були використання психоактивних медикаментів, наркоманія чи алкогольна залежність, психіатричні чи неврологічні скарги.

Результати дослідження. Дані, представлені в табл. 1, дають можливість оцінити вираженість спрямованості спілкування та комунікативних здібностей у респондентів.

Таблиця 1

Розподіл респондентів за показниками комунікативної спрямованості, комунікативних стилів та комунікативних здібностей, у відсотках (n=41)

	Діалогічна спрямованість	Авторитарна спрямованість	Маніпулятивна спрямованість	Альтероцентриська спрямованість	Індивідуентна спрямованість	Конформна спрямованість	Компетентний стиль	Залежний стиль	Агресивний стиль	Комунікативні здібності
Високий рівень	9,8	43,9	19,5	17,1	12,2	14,6	24,4	17,1	19,5	51,3
Середній рівень	19,5	29,3	34,1	53,7	65,9	41,5	53,7	43,9	53,7	26,8
Низький рівень	70,7	26,8	46,4	29,2	21,9	43,9	21,9	39	26,8	21,9

У наведених даних привертає увагу те, що в більшості респондентів діалогічний стиль спілкування не виявляється, тобто в цьому напрямку можна і необхідно розвиватися. Уміння вести діалог пов'язане зі вмінням як чітко висловлювати свою думку, так і сприймати інформацію від партнера. При роботі в екіпажі для пілота це важливо, оскільки дозволяє налагодити взаємодію, і бути максимально обізнаним.

Перевагу високого рівня виявлення авторитарного стилю у респондентів можна трактувати в позитивному ключі, адже бути впевненим, чітко передавати інформацію важливо для ефективного спілкування в команді. Ці показники узгоджуються з тим, що більшості респондентів не властива конформна спрямованість у спілкуванні. Таким чином, майбутні пілоти прагнуть домінувати у спілкуванні, не готові бездумно наслідувати чужі погляди та змінювати свою думку під тиском обставин.

Також отримані дані свідчать, що компетентний стиль спілкування для більшості респондентів представлений на середньому рівні. Комунікативні здібності майже в половині респондентів розвинені на низькому та середньому рівні. Таким чином, емпірично підтверджена необхідність розвинення комунікативної компетентності та комунікативних здібностей пілотів у процесі професійної підготовки.

Кореляційний аналіз. У результаті проведення кореляційного аналізу було отримано такі результати. Показник "комунікативна компетентність" за методикою Л. Міхельсона прямо пов'язаний із такими особистісними характеристиками (тест FPI), як комунікабельність і врівноваженість, і обернено з невротичністю, депресивністю, реактивною агресивністю, сором'язливістю та емоційною лабільністю (табл. 2).

Таблиця 2

Значущі кореляційні зв'язки між комунікативною компетентністю, комунікативними здібностями та особистісними характеристиками респондентів, $n=41$

Особистісні характеристики	Комунікативна компетентність	Комунікативні здібності
Комунікабельність	0,515**	0,597**
Врівноваженість	0,349*	
Невротичність	-0,418*	
Депресивність	-0,497**	-0,591**
Реактивна агресивність	-0,367*	
Сором'язливість	-0,541**	-0,772**
Емоційна лабільність	-0,518**	-0,584**
Екстраверсія		0,392*
Маскулінність		0,464**
Дратівливість		-0,361*

Примітка: * – кореляція значуща на рівні 0,05 (двостороння); ** – кореляція значуща на рівні 0,01 (двостороння).

Отже, для високоефективної комунікації людині необхідно бути товариською та врівноваженою, що допомагає встановлювати контакт з оточуючими, демонструє бажання спілкуватися та спокійну манеру поведінки. З іншого боку, сором'язливість знижує ефективність комунікації, оскільки робить людину замкненою, спонукає уникати контактів та може виявлятися в таких паттернах поведінки, як уникнення погляду в очі, незграбність, тремтіння, неможливість чітко висловити свої думки тощо. Невротичність, реактивна агресивність та емоційна лабільність погіршують ефективність спілкування, адже провокують нестриманість і втрату контролю, спалахи емоцій, часті зміни настрою, що негативно впливає на взаєморозуміння і може провокувати уникання з боку інших.

Така характеристика як депресивність робить людину непривабливою для оточуючих, адже постійний похмурий настрій, негативне бачення ситуації можуть відштовхувати друзів та одногрупників. А при високому рівні депресивності самій людині не хочеться спілкуватися, особливо за наявності психомоторної загальмованості та переживання туги.

Показник "комунікативні здібності" за методикою КОС прямо прокорелював з екстраверсією, маскулінністю та комунікабельністю і обернено – з депресивністю, дратівливістю, сором'язливістю та емоційною лабільністю. Хочемо зазначити, що група досліджуваних студентів спеціальності "Авіаційний транспорт" складалася переважно із представників чоловічої статі, що обумовлює важливість показника "маскулінність" для ефективної комунікації всередині групи. У табл. 3 представлено кореляційні зв'язки особистісних характеристик (за методикою FPI) з показниками методики "Спрямованість особистості у спілкуванні" С. Л. Братченко та з неефективними моделями спілкування – залежним і агресивним стилем.

Як можна побачити з отриманих кореляцій, залежний стиль спілкування прямо пов'язаний з невротичністю, депресивністю, сором'язливістю та емоційною лабільністю. Обернений зв'язок отримано з екстраверсією і товариськістю. Можемо зробити висновок, що саме ці особистісні характеристики детермінують залежність у спілкуванні, що може негативно вплинути на виконання професійних обов'язків командиром екіпажу та посилювати невпевненість у своїх рішеннях.

Агресивний стиль спілкування очікувано прокорелював з особистісними характеристиками агресивності (реактивна та спонтанна агресія) і дратівливості. З іншого боку, особистісна агресивність може провокувати маніпулятивність у спілкуванні, проте взагалі не зустрічається в осіб з альтероцентричною спрямованістю, таких, що більше зосереджуються на потребах інших осіб, навіть відмовляючись від власних потреб та інтересів.

Цікавими, на наш погляд, виявились отримані кореляційні зв'язки особистісних рис із показниками рефлексивності майбутніх пілотів, яку ми розглядаємо як одну із професійно важливих якостей для ефективного здійснення керування повітряним судном. Як видно з табл. 4, більше зосереджені на аналізі минулих подій особи з невротичними та депресивними рисами, яким властива емоційна лабільність і дратівливість. Рефлексії діяльності в поточний момент заважає спонтанна агресивність. А рефлексія спілкування неможлива за наявності реактивної агресивності. Загальний рівень рефлексивності вищий у невротичних особистостей та інтровертів. Зв'язок невротичності з рефлексією вказує на її не завжди позитивний внесок у функціонування особистості, адже надмірне рефлексування минулих подій та занурення в минуле призводить до втрати зосередження на тому, що відбувається тут і тепер, і заважає відпустити негативний життєвий досвід.

Таблиця 3

Значущі кореляційні зв'язки між особистісними характеристиками респондентів та їхньою спрямованістю у спілкуванні, $n=41$

Особистісні характеристики	Маніпулятивна спрямованість	Альтероцентрична спрямованість	Конформна спрямованість	Авторитарна спрямованість	Залежний стиль спілкування	Агресивний стиль спілкування
Спонтанна агресія	0,374*	-0,422*				0,419*
Невротичність					0,462*	
Депресивність					0,463**	
Реактивна агресивність		-0,412*				0,488**
Сором'язливість			0,381*		0,479**	
Емоційна лабільність					0,456*	
Екстраверсія					-0,460*	
Маскулінність				0,365*		
Дратівливість						0,493**
Товариськість					-0,506**	

Примітка: * – кореляція значуща на рівні 0,05 (двостороння); ** – кореляція значуща на рівні 0,01 (двостороння).

Таблиця 4

Значущі кореляційні зв'язки між особистісними характеристиками респондентів та їхнім рівнем рефлексивності, $n=41$

Особистісні характеристики	Ретроспективна рефлексія діяльності	Рефлексія реальної діяльності	Рефлексія спілкування і взаємодії з іншими людьми	Загальний рівень рефлексивності
Спонтанна агресія		-0,420*		
Невротичність	0,493**			0,382*
Депресивність	0,503**			
Реактивна агресивність			-0,460*	
Емоційна лабільність	0,503**			
Екстраверсія				-0,421*
Дратівливість	0,377*			

Примітка: * – кореляція значуща на рівні 0,05 (двостороння); ** – кореляція значуща на рівні 0,01 (двостороння).

Регресійний аналіз. Наступним кроком дослідження було встановлення особистісних чинників комунікативної компетентності майбутніх пілотів. Кореляційний аналіз дозволив установити значущі зв'язки між особистісними рисами та показниками комунікативної компетентності, які увійшли до регресійного аналізу. Залежними змінними ми обрали показник "комунікативна компетентність" з "Тесту комунікативних вмінь" Л. Міхельсона в адаптації Ю. З. Гільбуха та рівень комунікативних здібностей (методика оцінювання рівня комунікативних та організаційських здібностей особистості В. Синявського та Б. Федоришина). Як незалежні змінні виступили особистісні характеристики методики FPI, які значущо прокорелювали із залежними змінними.

У результаті проведення регресійного аналізу встановлено, що найважливішими чинниками комунікативної компетентності є низький рівень залежності у спілкуванні та реактивної агресивності, а для комунікативних здібностей – низький рівень сором'язливості та депресивності.

За результатами регресійного аналізу побудовано дві формули регресійної моделі у вигляді лінійного рівняння:

$$\begin{aligned} \text{Комунікативна компетентність} &= \\ &= 24,983 - 0,873 (\text{залежність}) - 0,411 (\text{реактивна агресивність}). \\ \text{Комунікативні здібності} &= \\ &= 18,098 - 1,289 (\text{сором'язливість}) - 0,479 (\text{депресивність}). \end{aligned}$$

Результати регресійного аналізу показують, що серед особистісних характеристик найважливішими предикторами ефективності комунікації у майбутніх пілотів є відсутність або низький рівень вираженості тих особистісних рис, що заважають спілкуванню і створюють

певні бар'єри: залежності, реактивної агресивності, сором'язливості та депресивності.

Наукова дискусія та висновки. Комунікативні здібності та комунікативна компетентність є індивідуальними властивостями особистості, які впливають на ефективність її спілкування та взаємодії з іншими людьми. Для пілотів цивільної авіації розвинені комунікативні здібності є однією з важливих умов ефективної професійної діяльності та взаємодії із членами екіпажу, що дозволяють уникати помилок і непорозумінь, що, у свою чергу, підвищує рівень безпеки польотів.

Дослідження було спрямовано на діагностику рівня розвитку показників комунікативної сфери майбутніх пілотів і знаходження особистісних чинників їхньої комунікативної компетентності. Установлено, що більшість респондентів властивий компетентний стиль спілкування, середній та високий рівень комунікативних здібностей. Проте близько 20 % досліджуваних студентів демонструють низький рівень комунікативної компетентності, що вказує на гостру необхідність її розвитку та вдосконалення у процесі навчання.

Установлено значущі кореляційні зв'язки між особистісними рисами майбутніх пілотів і характеристиками їхньої комунікативної сфери. Комунікативна компетентність властива товариським, урівноваженим, емоційно стабільним студентам із низьким рівнем вираженості депресивності, невротичності, агресивності та сором'язливості. Схожі результати встановлено в емпіричному дослідженні Т. В. Павленко на вибірці підлітків. Автор виокремлює серед найважливіших особистісних чинників розвитку комунікативних властивостей підлітків емо-

ційну стабільність, дратівливість, сором'язливість та екстраверсію [4, с. 128].

З розвиненими комунікативними здібностями у майбутніх пілотів пов'язані екстравертивна спрямованість особистості та маскуліність. Залежний стиль спілкування виражений у невротичних, депресивних, сором'язливих, емоційно лабільних респондентів. Реактивна, спонтанна агресія та дратівливість сприяють агресивному стилю спілкування.

Отже, комунікативна компетентність і комунікативні здібності мають багато спільних зв'язків із особистісними характеристиками майбутніх пілотів, проте встановлено також їхні відмінності. Комунікативні здібності є умовою здійснення комунікативної діяльності, вони розвиваються із задатків людини в ході навчання, спілкування, соціалізації. Розвинені комунікативні здібності сприяють швидшому оволодінню певними навичками спілкування, роблять його природним і спонтанним. Як видно з результатів кореляційного аналізу, з комунікативними здібностями (на відміну від комунікативної компетентності) у майбутніх пілотів пов'язані екстравертивна спрямованість особистості та маскуліність.

Кореляційні зв'язки рівня рефлексивності з тими особистісними рисами, що зумовлюють низьку комунікативну компетентність, указують на важливість саме рефлексії для вироблення ефективного стилю спілкування у майбутніх пілотів. Як зазначає О. Корняк [13], рефлексія ділових комунікацій та здатність до рефлексії в невербальній поведінці є важливими чинниками комунікативної компетентності викладачів вищої школи.

Установлені зв'язки дозволяють рекомендувати діагностику особистісних рис у процесі психологічного відбору майбутніх пілотів. Особливу увагу при цьому необхідно звертати на значну вираженість тих особистісних рис, які роблять комунікацію недосконалою.

Регресійний аналіз дозволив виокремити основні чинники комунікативної компетентності (низький рівень залежності у спілкуванні та реактивної агресивності) і комунікативних здібностей (низький рівень сором'язливості та депресивності).

На наш погляд, отримані результати емпіричного дослідження зумовлюють необхідність роботи у двох напрямках: по-перше, діагностування тих рис особистості, що заважають ефективній комунікації майбутніх пілотів ще на етапі професійного відбору; по-друге, включення у програму підготовки пілотів цивільної авіації спецкурсів, що сприятимуть розвитку комунікативних здібностей і підвищенню ефективності комунікації.

Список використаних джерел

1. Бирюков А. А. Опыттно-экспериментальная работа по формированию готовности пилотов гражданской авиации к действиям в чрезвычайной ситуации. *Евразийский союз ученых*. 2000. 2(71). С. 18-26.
2. Благинин А. А., Синельников С. Н., Шевелько А. А. Психологические детерминанты успешности обучения пилотов. *Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина*. 2015. 4. С. 1-9.
3. Васильківська Г., Паламар С., Порядченко Л. Психолінгвістичні аспекти формування культури діалогічного спілкування. *Психолінгвістика*. Серія : Філологія. 2019. 26 (2). С. 11-26. ISSN 2309-1797; 2415-3397
4. Павленко Т. В. Визначення особистісних чинників розвитку комунікативних властивостей підлітків. *Psychological Journal: Scientific Review of H. S. Kostyuk Institute of Psychology, National Academy of Educational Sciences of Ukraine*. 2018. № 1 (11). С. 126-137.
5. Прохорова М. В., Ларина А. Л., Ямушева Н. В. Целостная модель компетенций пилотов гражданской авиации. *Психолог*. 2017. № 6. С. 40-58. DOI: 10.25136/2409-8701.2017.6.25133
6. Степанова А. И., Степанов С. М., Борсоева С. С., Борсоев В. А. Анализ эффективности программы совместной тренажерной подготов-

ки авиадиспетчеров и пилотов. *Научный вестник МГТУ ГА*. 2019. Т. 22. № 05. С. 32-42. DOI: 10.26467/2079-0619-2019-22-1-8-17.

7. Финногенко Е. И. Адаптационные ресурсы представителей летной профессии. *Вестник ИргТУ*. 2014. № 6 (89). С. 299-303.

8. Чайковский А. А., Нетяженко Д. А., Артемов Д. О. Психологические особенности формирования сплоченных и эффективных экипажей многоместных самолетов. *Мир педагогики и психологии: международный научно-практический журнал*. 2020. № 05 (46).

9. CAP 737 Crew Resource Management (CRM) Training Guidance For Flight Crew, CRM Instructors (CRMIS) and CRM Instructor-Examiners (CRMIES). 2006.

10. Do-Hee Kwon. Case Study on Communication to Select Great Service Providers. *Business Communication Research and Practice*. 2019. 2(1). P. 34-37. DOI: <https://doi.org/10.22682/bcrp.2019.2.1.34>

11. Evidence-Based Training Implementation Guide 2013, IATA.

12. Gontar P., Fischer U. & Bengler K. Methods to evaluate pilots' cockpit communication: cross-recurrence analyses vs. speech act-based analyses *Journal of Cognitive Engineering and Decision Making (JCEDM)*. 2017. Vol. 11. Issue 4. P. 337-352. <https://doi.org/10.1177/1555343417715161>

13. Korniyaka O. The communicative determinants of professional self-fulfillment of university lecturers *PSYCHOLINGUISTICS*. 2018. 23 (1). P. 139-159. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1211179>

14. Nevile M. Making sequentially salient: and-prefacing in the talk of airline pilots. *Discourse studies*. 2006. Vol. 8, issue 2. P. 279-302.

15. Vieira A. M., Santos I. C. Communication skills: a mandatory competence for ground and airplane crew to reduce tension in extreme situations. *J. Aerosp. Technol. Manag., São José dos Campos*. 2010. Sep-Dec. Vol. 2. № 3. P. 361-370. DOI: 10.5028/jatm.2010.02038110

References

1. Byriukov A. A. Opitno-eksperimentalnaya rabota po formirovaniyu gotovnosti pylotov hrazhdanskoi avyatsyy k deistviyam v chrezvichainoi sytuatsyy. *Evrasyyskiy soiuz uchenikh*. 2000. 2(71). S. 18-26
2. Blahynyn A. A., Synelnykov S. N., Shevelko A. A. Psykholohycheskye deternynanty uspehnoy obucheniya pylotov. *Vestnyk Lennynhradskoho hosudarstvennoho unyversyteta im. A. S. Pushkina*. 2015. 4. S. 1-9
3. Vaskivska H., Palamar S., Poriadchenko L. Psykholinhvistychni aspekty formuvannya kultury dialohichnoho spilkuvannya. *Psykholinhvistyka*. Seria: Filolohiia. 2019. 26 (2). S. 11-26. ISSN 2309-1797; 2415-3397
4. Pavlenko T. V. Vyznachennia osobystisnykh chynnykiv rozvytku komunikatyvnykh vlastyvostei pidlitkiv. *Psychological Journal: Scientific Review of H. S. Kostyuk Institute of Psychology, National Academy of Educational Sciences of Ukraine*. 2018. № 1 (11). S. 126-137.
5. Prokhorova M. V., Laryna A. L., Yamusheva N. V. Tselostnaia model kompetentsyi pylotov hrazhdanskoi avyatsyy. *Psykholoh*. 2017. № 6. S. 40-58. DOI: 10.25136/2409-8701.2017.6.25133
6. Stepanova A. Y., Stepanov S. M., Borsoeva S. S., Borsoev V. A. Analiz effektivnosti prohrammy sovmestnoi trenazhernoi podgotovky avyadyspetcherov y pylotov. *Nauchnyi Vestnyk MHTU HA*. 2019. Tom 22. № 05. S. 32-42. DOI: 10.26467/2079-0619-2019-22-1-8-17.
7. Fynohenko E. Y. Adaptatsyionnye resursy predstavitelei letnoi professyy. *Vestnyk YrHTU*. 2014. №6 (89). S. 299-303.
8. Chaikovskiy A. A., Netiazhenko D. A., Artemov D. O. Psykholohycheskye osobennosti formirovaniya splochenikh y effektivnykh ekipazhei mnohomestnykh samoletov. *Myr pedahohyy y psykholohyy: mezhdunarodnii nauchno-praktycheskiy zhurnal*. 2020. № 05 (46)
9. CAP 737 Crew Resource Management (CRM) Training Guidance For Flight Crew, CRM Instructors (CRMIS) and CRM Instructor-Examiners (CRMIES). 2006
10. Do-Hee Kwon. Case Study on Communication to Select Great Service Providers. *Business Communication Research and Practice*. 2019. 2(1). P. 34-37. DOI: <https://doi.org/10.22682/bcrp.2019.2.1.34>
11. Evidence-Based Training Implementation Guide 2013, IATA
12. Gontar P., Fischer U. & Bengler K. Methods to evaluate pilots' cockpit communication: cross-recurrence analyses vs. speech act-based analyses *Journal of Cognitive Engineering and Decision Making (JCEDM)*. 2017. Vol. 11. Issue 4. P. 337-352. <https://doi.org/10.1177/1555343417715161>
13. Korniyaka, O. The communicative determinants of professional self-fulfillment of university lecturers *PSYCHOLINGUISTICS*. 2018. 23(1), P. 139-159. <https://doi.org/10.5281/zenodo.1211179>
14. Nevile M. Making sequentially salient: and-prefacing in the talk of airline pilots. *Discourse studies*. 2006. Vol. 8. Issue 2. P. 279-302.
15. Vieira, A. M., Santos, I. C. Communication skills: a mandatory competence for ground and airplane crew to reduce tension in extreme situations. *J. Aerosp. Technol. Manag., São José dos Campos*. 2010. Sep-Dec. Vol. 2. No. 3. P. 361-370. doi: 10.5028/jatm.2010.02038110.

Надійшла до редколегії 16.09.21
Рекомендована до друку 15.11.21

Tetiana Vasheka, PhD (Psychology), Associate Prof.
ORCID ID: 0000-0001-5434-1677;
Olena Dolgova, PhD (Biology), Associate Prof.
ORCID ID: 0000-0001-9371-8203;
National Aviation University, Kyiv, Ukraine
Oksana Vlasova-Chmeruk,
ORCID ID: 0000-0003-4934-3349
National Aviation University, Kyiv, Ukraine

PERSONAL FACTORS OF COMMUNICATIVE COMPETENCE OF FUTURE PILOTS

The article considers the problem of communicative competence of future pilots and establishes its personal factors. The urgency of the chosen issue is due to the significant contribution of the human factor, including ineffective communication, in the occurrence of aviation incidents and accidents. The purpose of the study was to establish the level of communicative competence and its personal factors in students majoring in "Aviation". The obtained results allowed us to perform correlation analysis using SPSS software package. With the help of L Michelson's Test of Communication Skills and the Methodology for Assessing the Level of Communicative and Organizational Abilities of V Sinyavsky and B Fedoryshyn, it was established that most respondents have well-developed communication skills, but 20 % were diagnosed with low level. Correlation analysis of communication indicators and personality traits (FPI test) showed a direct relationship between communicative competence and sociability and balance, and the reverse – with neuroticism, depression, reactive aggression, shyness and emotional lability. Extraversion and masculinity are associated with the expressed communicative abilities of future pilots. The most important personal factors in the communicative competence of future pilots are the low level of dependence in communication and reactive aggression, and the communicative abilities – the low level of shyness and depression. The obtained results confirm the assumptions about the insufficient formation of communicative competence of future pilots and indicate the need for the formation and development of skills of effective communication in the learning process.

Keywords: *communicative competence, personal characteristics, civil aviation pilots.*

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ СУБ'ЄКТИВНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ АРТИСТІВ БАЛЕТУ

Досліджено вплив особистісних психологічних чинників на благополуччя артистів балету (n=64). Застосовано як методику тесту САН (опитувальник самопочуття, настрою, активності), вимірювач "Великої п'ятірки" (The Big Five Locator), опитувальник щодо тілесної усвідомленості (Body Awareness Questionnaire), тест емоційного інтелекту Н. Холла (Hall Emotional Intelligence Test), шкалу усвідомленої уваги (Mindful Attention Awareness Scale – MAAS). У результаті кореляційного аналізу виявлено, що на суб'єктивну оцінку благополуччя артистів балету позитивно впливає рівень сумлінності, емоційного інтелекту й уважності. Серією регресійних аналізів із модерацією виявлено, що вплив тілесної усвідомленості на психологічне благополуччя опосередковується відкритістю досвіду.

Ключові слова: балет, образ тіла, самопочуття, суб'єктивне благополуччя, танець, тілесна усвідомленість.

Вступ. Упродовж останніх років балет активно досліджували як мистецтво, навчальну дисципліну, навіть джерело певного травматичного досвіду, але його психологічні складові та їх вплив на реальне життя танцівників до сих пір залишаються поза увагою. У той час, коли балетна дисципліна зазнає змін зовнішнього характеру, внутрішні принципи ставлення до власного благополуччя не розглядаються як можливості здобуття нових знань та умінь [23].

Завдяки сучасним дослідженням нам відомо, що сценічне мистецтво є соціальною практикою, яка пропонує потенційне підвищення рівня добробуту та користі для здоров'я. Його розглядають як альтернативу або доповнення до традиційних медичних практик, процесів збереження здоров'я, сприяння нейропластичності, профілактику захворювань фізичної та когнітивної сфери [16]. У професійному середовищі танцівники можуть відчувати на собі ці переваги за наявності особливих психологічних чинників.

Для того, щоб у майбутньому сформувати певну просвітницьку програму для підвищення рівня обізнаності та психологічної підтримки представників зазначеної професії, необхідно розуміти, які особистісні якості артистів балету сприятливо впливають на їхнє психологічне благополуччя, а які є для них несуттєвими та нехарактерними.

Метою роботи є визначення та дослідження впливу особистісних психологічних чинників на благополуччя артистів балету.

Теоретичні основи дослідження. Танець – це універсальна людська діяльність, що характеризується складною слуховою обробкою музичних подразників та синхронізацією скоординованих рухів тіла відповідно до слухових закономірностей. Останнє підкреслює важливість просторового пізнання в танці – на основі проприоцептивної інформації з органів чуття, розташованих у м'язах, танцівники повинні постійно відстежувати просторове положення свого тулуба та кінцівок. Складна хореографія, особливо в балеті, також означає, що просторове сприйняття інших танцівників в ансамблі є важливим для колективної роботи, у чому відіграє переважну роль візуальна модальність [2].

Водночас балет є видом сценічного мистецтва, який зародився в часи італійського Відродження в XV ст., а згодом перетворився на концертну танцювальну форму. З того часу він став широко розповсюдженою та високотехнічною формою танцю із власним словнико-

вим запасом. Балет як єдиний твір включає хореографію та музику до балетної постановки [4].

Процес засвоєння техніки балету за своєю суттю залежить від центральної нервової системи та вимагає одночасної активації багатьох нейробіологічних шляхів [10]. Центральна нервова система забезпечує танцівнику функціональну підтримку. Ця підтримка досягається шляхом активації сенсорних систем, рухової системи і когнітивних аспектів.

Сенсорні системи включають слухову, зорову, вестибулярну і соматосенсорну системи та забезпечують виразний артистизм і баланс. Рухова система дозволяє як планувати, так і виконувати рухи. Когнітивні аспекти мозку забезпечують танцівнику мотивацію і пам'ять, необхідні для вдосконалення і виконання рухів. Одночасна активація кількох моторних і сенсорних систем центральної нервової системи дозволяє майстерно і витончено виконувати необхідні рухи.

Через комплексний характер цього виду мистецтва артистові балету, крім фізичних навичок, обов'язково необхідні знання з музичної культури, історії, літератури та сценарної драматургії. Одночасно діти, які планують займатися балетом, із семи-восьми років проходять гімнастичну підготовку, оскільки балети минулого, що збереглися до наших днів, технічно удосконалилися, а балет модерн на класичній основі вимагає серйозної фізичної підготовки [14].

Незважаючи на те, що за останні роки більшість європейських балетних шкіл реформує педагогічний підхід, ще актуальна проблема жорстких, нездорових, стереотипних методів роботи з дітьми та дорослими, які будують кар'єру в балетній сфері. У цих умовах психологічний (а часто і фізичний) стан людини ігнорується, що призводить до травм різного характеру та дезадаптивної поведінки особистості.

Дезадаптовані нещасливі танцівники часто сідають на суворі дієти та самолікування в тяжких спробах підтримувати свій інструмент (тіло) на оптимальному рівні [21]. У консервативних балетних школах із самого початку танцювального навчання педагоги виділяють недоліки учнів, але майже ніколи не хвалять. Це призводить до акцентування на гіршому в собі.

Артистів балету часто заохочують танцювати через біль і травми, "всмоктувати" або "залишати це позаду". Через подібні переконання більшість дорослих реалізованих танцівників не можуть сказати, що вони страждають. Тримаючись за страх, що їх сприйматимуть як

слабких і не спроможних до дії або що вони втратять роль своєї мрії, вони часто страждають мовчки.

В Україні не існує спеціальних психологічних програм для артистів балету або навчальної програми, яка знайомила б майбутніх професіоналів зі складнощами, надавала техніки для переживання можливих виявів дезадаптації для різних вікових категорій та нормалізувала здорове ставлення до роботи. На відміну від представників інших професій, артисти балету не можуть сформулювати психологічний запит, оскільки звичка "прислухатися до себе" в цій сфері мистецтва вважається надто ризикованою та малодушною.

Першим показником впливу на самопочуття балетних артистів є усвідомленість тіла. Це сприйняття тілесних станів, процесів і дій, яке походить від сенсорних проприоцептивних та інтероцептивних аферентних факторів і яке людина здатна усвідомлювати [8]. Усвідомленість тіла включає сприйняття певних фізичних чуттів (напр. усвідомлення серцевої діяльності; проприоцепція положення кінцівки), а також складних синдромів (біль, почуття розслабленості, "соматичні маркери" емоцій тощо).

Усвідомленість тіла є продуктом інтерактивного та динамічного процесу, який: відображає складні аферентні, еферентні нейронні дії; включає когнітивну оцінку та несвідомі процеси; формується ставленням людини, віруваннями, досвідом і навчанням у соціальному та культурному контексті.

Ще однією конструкцією, пов'язаною з усвідомленням тіла, є образ *тіла*. Цей аспект усвідомлення тіла охоплює екстероцептивний, візуальний канал сприйняття [12] (*екстероцепція* – сприймання організмом тварини чи людини подразнень зовнішнього середовища за допомогою особливих нервових утворів – *екстерорецепторів*).

Усвідомлення фізичних чуттів, пов'язаних з емоціями, є ключовим елементом регуляції впливу на самопочуття. Сприйняття власного тіла унікальне, оскільки воно відбувається зсередини через дотик і ззовні через зір. Крос-модальний зв'язок об'єднує ці уявлення, щоб виробити узгоджений свідомий досвід перцептивних тілесних подій. Навіть більше, асоціація візуальної і тактильної інформації може виходити за межі уявлення наших власних тіл.

Далі ми розглянемо тезис: "Сенсорні компоненти є ключем до асоціації між собою та іншими" [26]. Мережа коркових областей у мозку мавпи та людини забезпечує міжособистісне кодування об'єктно-орієнтованої дії. Ці дзеркальні нейрони активуються так само, і коли тварина виконує хапальну дію, і коли вона спостерігає за цим зі сторони. Така дзеркальна система може відображати сенсорні події тіла інших, а не тільки їхні дії. Відповідно до цього, коли суб'єкти бачать, що іншій людині болісно, вони самі можуть активувати пов'язані з болем ділянки мозку [15].

Наочним прикладом є дослідження спільних уявлень і сприйняття тіла, у якому шукали відповідь на запитання: "Чи можуть зв'язки між уявленням власного тіла і тілами інших людей сформувати основу соціальних уявлень людини?" [26]. Суб'єкти реагували на тактильні події на власному тілі після того, як візуальна подія була представлена або у відповідному анатомічному місці на тілі моделі, або в невідповідному місці. Виявилось, що реагування відбувалося швидше, коли візуальна підказка збігалася із тактильною стимуляцією.

Усвідомленість тіла може бути адаптивною та дезадаптивною. Кожна людина виділяє власні часові та смислові аспекти, які якісно відрізняються при адаптив-

ному та дезадаптивному включенні в них тілесного досвіду. У випадку дезадаптивного варіанта ми можемо говорити про трансформації суб'єктивної картини життєвого шляху, що виражається в переважанні часової орієнтації на минуле, звуженні часової перспективи, негативному характері часової настанови й оцінки теперішнього, зниженні осмисленості життя та насиченості подіями. Факторами дезадаптивного реагування на тілесний досвід є криза ідентичності особистості (пов'язана з нечітким рольовим усвідомленням), знижені або надмірно виражені рефлексивні процеси, послаблення життєстійкості та самодетермінованості [18].

Розглянемо об'єкт нашого дослідження. Психологічне благополуччя – це суб'єктивне самовідчуття цілісності та осмисленості існування свого існування [5]. Суб'єктивне благополуччя є і категорією суб'єктності людини, у якій злиті воєдино і сприйняття, і оцінка, і співвіднесення, і інші процеси, обумовлені через багаторазові опосередкування зовнішніми і внутрішніми детермінантами.

Досліджуючи різні підходи до розуміння психологічного благополуччя, можна виділити три основні напрями.

Гедоністичний підхід – психологічне благополуччя визначається як суб'єктивне благополуччя і пов'язується з поняттями "щастя", "задоволеність життям", "позитивні емоції".

Евдемоністичний підхід – поняття психологічного благополуччя розглядається як реалізація людиною власного потенціалу, розвиток певних психологічних рис у відповідній до них діяльності.

Підхід позитивного функціонування особистості.

Психологічне благополуччя є багатофакторним конструктом у вигляді складного взаємозв'язку культурних, соціальних, психологічних, фізичних, економічних і духовних чинників. Воно є результатом впливу генетичної схильності, середовища та особливостей індивідуального розвитку [5].

Також ми не можемо проігнорувати такий важливий фактор впливу, як емоційний інтелект. Емоційний інтелект належить до здатності розпізнавати, розуміти і контролювати власні емоції та емоції інших людей. Він розвивається із часом і може бути покращений за допомогою тренувань і терапії. Виявлено, що люди з рівнем емоційного інтелекту вище середнього зазвичай успішніше справляються з вимогами і тиском навколишнього середовища. Дефіцит емоційного інтелекту може перешкоджати успіху і відображати наявність психологічних проблем [7].

Наступним фактором досліджуваного впливу є уважність. Уважність – це за своєю суттю стан свідомості. Хоча поінформованість і увага до сучасних подій та переживань перегукуються із особливостями людського організму, ці якості можуть значно варіюватися – від підвищених станів ясності та чутливості до низьких [9]. Це свідчить про те, що люди, через властиві їм здібності, можуть відрізнятися ступенем уваги й усвідомленості. Поняття уважності має коріння в буддистських та інших споглядальних традиціях, де активно культивуються свідомість уваги й обізнаність. Найчастіше це визначається як стан уважності та усвідомлення того, що відбувається в сьогоденні.

Методологія дослідження. Зважаючи на вищезазначене, ми висунули припущення, що на суб'єктивне оцінювання добробуту артистів балету позитивно впливає рівень сумлінності, емоційного інтелекту й уважності. Вплив тілесної усвідомленості на психологічне благополуччя опосередковується відкритістю досвіду.

Безпосередньо перед використанням методик була зібрана інформація про вік, стать і кар'єрний статус (соліст або артист кордебалету).

Для дослідження були обрані такі методики:

1. Тест САН – опитувальник із самопочуття, настрою, активності (автори В. А. Доскін, Н. А. Лаврентьєва, В. Б. Шарай, М. П. Мірошніков), різновид опитувальників станів і настроїв. САН є картою (таблицею), яка містить 30 пар слів, що відображають досліджувані особливості психоемоційного стану (самопочуття, настрої, активність).

Самопочуття – це комплекс суб'єктивних відчуттів, що відображають ступінь фізіологічної та психологічної комфортності стану людини, напрямки думок, почуттів.

Активність – один з емоційних і фізичних станів, який визначається інтенсивністю і обсягом взаємодії людини з реальним та соціальним середовищем. За цим параметром людина може бути інертною, пасивною, спокійною, ініціативною, активною або стрімкою.

Настрій – порівняно тривалий, стійкий стан людини, який може бути емоційним фоном (піднесенням/пригніченням), тобто емоційною реакцією не на безпосередні наслідки конкретних подій, а на їх значення для суб'єкта в контексті загальних життєвих планів, інтересів і очікувань.

2. The Big Five Locator (адаптація опитувальника для діагностики п'яти факторів особистості; автори Дж. Ховард і Ж. Ховард, адаптація Л. Ф. Бурлачука, Д. К. Корольова). Шкала складається із 25 завдань. Кожне завдання – це числова біполярна п'ятибальна шкала, полюси якої задані протилежними за змістом особистісними характеристиками.

Негативна емоційність, або нейротизм (neuroticism), виявляється в чутливості індивіда до стресогенних ситуацій. На одному полюсі цього фактора перебувають "реактивні" особистості, що відрізняються легкістю виникнення негативних емоцій, на іншому – індивіди, які мають тенденцію ставитися до життя більш раціонально і спокійно, ніж більшість людей.

Екстраверсія (extraversion) – фактор, що виявляється у спрямованості на зовнішній або внутрішній світ. Екстраверти відрізняються товарищескістю, активністю, імпульсивністю, пошуком нової потужної зовнішньої стимуляції. Інший полюс фактора представлений *інтровертом*, для якого характерна тенденція до незалежності, самостійності, індивідуалізму.

Відкритість досвіду (openness to experience). Цей фактор виявляється у відкритості, сприйнятливості до будь-якого виду знань. Тут присутній інтерес як до внутрішнього світу особистості, так і до того, що відбувається у світі зовнішньому. Відкриті досвіду люди мають широкі інтереси, розвинену фантазію, гнучкий розум, оригінальність і естетичну чутливість, їх приваблює все нове, незвичайне.

Схильність до згоди (agreeableness) – міра соціоцентризму (альтруїзму) як протилежності егоцентризму. На одному кінці цього континууму розташовується *конформіст*, схильний підпорядковувати особисті потреби потребам групи і швидше приймати норми групи, ніж наполягати на власних принципах. Інший кінець континууму представляє людина, яка ніби "кидає виклик". Вона більше зайнята своїми персональними принципами і потребами, ніж нормами та інтересами групи. "Кидає виклик" дотримується свого внутрішнього голосу, а не йде за групою.

Сумлінність – фактор, що виражає ступінь свідомого контролю з боку суб'єкта за своєю поведінкою і дія-

льністю (високий самоконтроль, завзятість, організованість, дисциплінованість, відповідальність, ретельність, точність у роботі, орієнтація на завдання).

3. Body Awareness Questionnaire (анкета тілесної усвідомленості; автори С. А. Шилдс, М. Э. Меллорі, А. Саймон) – опитувальник із 18 шкал (від 1 до 7), призначений для оцінювання тілесної усвідомленості, тобто уважності до власних спостережень за нормальними немоторними процесами організму, зокрема чутливості до циклів і ритмів тіла, здатності виявляти незначні зміни в нормальному функціонуванні та передбачати тілесні реакції.

4. Тест емоційного інтелекту Н. Холла. Опитувальник складається із 30 пунктів (від 1 до 6 за шкалою Лайкерта). Пункти формують п'ять шкал, кожна з яких містить шість пунктів; пункти шкал не перетинаються.

Емоційна обізнаність – це усвідомлення і розуміння своїх емоцій, постійне поповнення власного словника емоцій. Люди з високою емоційною обізнаністю більшою мірою, ніж усі інші, обізнані про свій внутрішній стан.

Управління своїми емоціями – це емоційна відхідливість, емоційна гнучкість, іншими словами, довільне керування своїми емоціями.

Самотивація – управління своєю поведінкою завдяки керуванню емоціями.

Емпатія – це розуміння емоцій інших людей, уміння співпереживати поточному емоційному стану іншої людини, готовність надати їй підтримку; уміння розпізнати стан людини за мімікою, жестами, відтінками мови, позою.

Управління емоціями інших – уміння впливати на емоційний стан інших людей.

5. Mindful Attention Awareness Scale, MAAS (опитувальник з уважності та усвідомленості; автори К. Браун, Р. Райан). Опитувальник містить 15 пунктів (від 1 до 6 за шкалою Лайкерта), орієнтований на наявність або відсутність уваги та усвідомлення того, що відбувається на поточний момент, і призначений для вимірювання повноти свідомості – уважної присутності в теперішньому моменті.

Вибірку становили артисти балету Національного академічного театру опери та балету України імені Тараса Шевченка. Загальна кількість 64, 26 чоловіків і 38 жінок, з яких 24 є солістами, а 40 – артистами кордебалету. Слід зазначити, що 24 респонденти заповнювали бланки з тестами, але тільки 20 з них відповіли на запитання методик повністю. У свою чергу, 40 респондентів проходили методики в онлайн-режимі через введення карантинних умов, що ніяк не вплинуло на результати. Дослідження було анонімним, що також підвищило якість відповідей респондентів.

Розмах значень віку становив 27–51 рік, середній вік 37.7, стандартне відхилення 5.49, медіана 38. Середній вік чоловіків 38.3, стандартне відхилення 2.22, медіана 39. Середній вік жінок 37.5, стандартне відхилення 6.29, медіана 37.

Середній вік солістів балету 37.9, стандартне відхилення 6.61, медіана 38. Середній вік артистів кордебалету 37.3, стандартне відхилення 3.39, медіана 38.

У табл. 1, 2 представлено описові статистики для всіх змінних у дослідженні. Значення асиметрії та ексцесу дозволяли прийняти рішення про вибір параметричних або непараметричних статистичних критеріїв. Для статистичних обрахунків стосовно змінних, де хоча б один із цих показників дорівнював або був більше за одиницю, обирався непараметричний критерій (рангова кореляція Спірмена).

Таблиця 1

Описові (deskриптивні) статистики 1

	N	E	O	A	D	Тілесність	Самопочуття	Активність	Настрій	MAAS
Середнє	17,2	16,2	17,4	18,3	18,6	87,4	51,4	48,3	55,3	40,6
Медіана	17,5	16,5	17,0	19,0	18,5	92,0	51,5	48,3	52,0	39,5
Стандартне відхилення	3,09	4,74	2,73	2,91	4,19	21,6	9,96	13,9	6,71	9,10
Асиметрія	-0,37	-0,11	0,46	-0,51	1,1	-0,65	0,21	-0,20	0,32	0,26
Ексцес	-0,13	-1,39	-0,49	-1,26	-0,83	-0,38	0,89	-1,04	-1,46	-1,29

Таблиця 2

Описові (deskриптивні) статистики 2

	Усвідомлення емоцій	Управління емоціями	Самомотивація	Емпатія	Управління емоціями (2)
Середнє	27,7	21,3	25,9	27,1	25,4
Медіана	28,5	21,0	27,0	29,0	25,5
Стандартне відхилення	5,42	23,0	6,43	6,25	6,11
Асиметрія	-1,26	0,38	-0,64	-2,34	-1,03
Ексцес	1,14	-0,26	0,07	6,11	1,33

Результати кореляційного аналізу. За допомогою кореляційного аналізу було з'ясовано наявність сильно-го кореляційного зв'язку між самопочуттям та сумлінністю ($r = 0.594$, $p > .001$), усвідомленістю тіла ($r = 0.480$, $p > .001$) й усіма факторами емоційного інтелекту. Середній зв'язок із відкритістю досвіду $r = 0.383$, $p = 0.002$. Активність має сильний зв'язок з усіма розглянутими шкалами, що черговий раз підтверджує вагомість цієї змінної в нашому дослідженні. У свою чергу, настрій дуже сильно корелює з емпатією ($r = 0.528$, $p > .001$) і має середній зв'язок з уважністю ($r = 0.330$, $p = 0.008$) та самомотивацією ($r = 0.348$, $p = 0.005$). Тілесна усвідомленість має сильний кореляційний зв'язок з відкритістю досвіду ($r = 0.578$, $p > .001$). Обидва фактори також сильно корелюють із самомотивацією та емпатією. Взаємодію цих змінних ми будемо детально аналізувати далі. Уважність сильно корелює із сумлінністю.

Оскільки всі кореляції виявилися позитивними, ми можемо тільки звернути увагу на відсутність зв'язку між уважністю та усвідомленістю тіла ($r = 0.221$, $p = 0.080$) і відкритістю досвіду ($r = 0.097$, $p = 0.444$). Крім факторів суб'єктивного благополуччя, уважність дуже негативно корелює з нейротизмом ($r = -0.570$, $p > .001$), тобто чим вищий рівень нейротизму, тим гірші показники уважності.

На суб'єктивну оцінку добробуту артистів балету позитивно впливає рівень сумлінності, емоційного інтелекту й уважності. При цьому уважність зовсім не корелює

з усвідомленістю тіла та відкритістю досвіду і дуже негативно корелює з нейротизмом. Схожа ситуація із сумлінністю, яка впливає на самопочуття та активність, але не впливає на настрій і, що цікаво, не корелює з усвідомленістю тіла. Вплив тілесної усвідомленості на психологічне благополуччя опосередковується відкритістю досвіду. Незважаючи на відсутність ефекту взаємодії між впливом усвідомленості тіла на активність і рівнем відкритості досвіду, наявний незаперечний зв'язок із двома іншими факторами суб'єктивного благополуччя – самопочуттям та настроєм. Цього достатньо для того, щоб бути впевненими у своїх висновках.

Усі шкали виявилися ненормально розподіленими, тобто отримані результати є актуальними тільки для нашої вибірки. Ненормальний розподіл виражає відсутність закономірності зміни значень змінних під впливом багатьох випадково виникаючих факторів, які діють у різних напрямках так, що жоден із них не впливає на інший. Отже, наша гіпотеза щодо позитивного впливу рівню сумлінності, емоційного інтелекту й уважності на суб'єктивну оцінку добробуту артистів балету була підтверджена.

Результати регресійного аналізу. Був проведений регресійний аналіз з аналізом модерації, який дав нам змогу виявити опосередкованість зв'язку тілесного усвідомлення та інших змінних із відкритістю досвіду. Основні дані про моделі регресійного аналізу й отримані результати представлені у табл. 3.

Таблиця 3

Результати регресійного аналізу з модерацією

Змінні		Модель 1	Модель 2	Модель 3	Модель 4	Модель 5
	Залежна змінна	Самопочуття	Активність	Настрій	Активність	Відкритість досвіду
	Незалежна змінна	Тілесне усвідомлення			Сумлінність	Тілесне усвідомлення
	Модератор	Відкритість досвіду			Тілесна усвідомленість	MAAS
Коефіцієнт регресії		0,0824	0,0423	0,0346	-0,0511	-0,0220
P-значення		>,001	0,060	0,003	>,001	0,782

Тілесна усвідомленість сильно позитивно корелює із двома із трьох факторів психологічного благополуччя – самопочуттям та активністю. Відсутність кореляції з настроєм можна пояснити тим, що він характеризує тривалий емоційний стан, на який впливає не стільки фізичне самопочуття респондентів, скільки суто емоційне. Також було виявлено, що вплив тілесної усвідомленості на самопочуття та настрою опосередковується відкритістю досвіду, що створює необхідний контекст сприйняття нових знань і подій (якого не вистачало у кореляції з настроєм). Цей контекст постійного доступу

до нових знань, подій і творчого стимулу надає сама балетна професія, що посилює позитивний ефект від розуміння та управління процесами в організмі досліджуваних. Активність є більш фізичним фактором суб'єктивного благополуччя, ніж емоційним, тому його модель із модерацією не працює. Отже, другу гіпотезу було підтверджено: вплив тілесної усвідомленості на психологічне благополуччя опосередковується відкритістю досвіду.

Дискусія та висновки. У процесі дослідження був визначений вплив уважності на суб'єктивне благопо-

луччя. Уважність, як не дивно, доволі сильно корелює з усіма факторами благополуччя, сумлінністю і, що цікаво, емоційним інтелектом. Специфіка професії артиста балету полягає в поєднанні чуттєвості, чуйності та абсолютної зібраності, сконцентрованості під час вистави. Поєднання цих якостей (незалежно від професійного статусу танцівника) дозволяє отримувати задоволення від самого виступу. Але також уважність відіграє важливу роль як уміння "цінувати момент", якого зазвичай позбавлені танцівники. Наявний сильний зв'язок із самопочуттям і активністю (найбільш стабільними факторами психологічного добробуту) і, що цікаво, сумлінність опосередковує вагомий позитивний вплив тілесної усвідомленості на активність. Це дуже сильна наочна комбінація здорового ставлення та відчуття свого тіла і відповідальності й організованості в роботі, які так необхідні в зазначеній професії.

Ми встановили емпіричний зв'язок суб'єктивного благополуччя з емоційним інтелектом, використовуючи тест Н. Холла. Наявний безумовно сильний позитивний зв'язок із самопочуттям та активністю і відносний – з настроєм, оскільки цей фактор психологічного добробуту є менш стабільним і піддається зовнішнім непередбачуваним подразникам.

Було виявлено, що професійні досягнення в кар'єрі (статус соліста або артиста кордебалету) не мають групової відмінності за показниками нейротизму, який стабільно вищий у артистів балету порівняно з нормою (норма становить 12, середній бал за шкалою нейротизму респондентів – 17,2), сумлінності, уважності, емоційної усвідомленості, контролю власних емоцій, емпатії і таких складових суб'єктивного благополуччя, як самопочуття та настрої. Із цього можна зробити висновки, що: а) недостатньо мати високий рівень сумлінності, уважності або емоційного інтелекту, щоб стати солістом; б) щоб добре почуватися та перебувати в хорошому настрої, артист балету не повинен обов'язково мати великі професійні досягнення.

Була проведена серія аналізів модеруючого ефекту відкритості досвіду та усвідомленості тіла на зазнання впливу суб'єктивного благополуччя. Відкритість досвіду виявилася позитивним побічним фактором впливу тілесної усвідомленості на самопочуття та настрої, проте на активність впливає сумлінність, опосередкована усвідомленістю тіла. Можна сказати, що відкритість досвіду й усвідомленість тіла є сприятливими факторами для зростання психологічного благополуччя під дією особистісних якостей.

Перспективи подальших досліджень можуть бути спрямовані на дослідження формування ключових для професії та самопочуття психологічних факторів у дітей і підлітків, які навчаються балету, і відмінності уявлень про образ тіла в різних вікових груп, що займаються цим видом мистецтва. Цікавим може виявитися аналіз зв'язку якості сну із суб'єктивним благополуччям артистів балету. Крім того, лонгітюдне дослідження впливу занять балетом на нейропластичність може стати дуже інформативним.

Смисок використаних джерел

- Алферов А.А. К вопросу об интерактивности в образовательном процессе. *Актуальные вопросы развития искусства балета и хореографического образования*: сб. материалов Всерос. науч.-практ. конф., 04 июня 2013 г. МГАХ / науч. ред. И. А. Борзенко, Н. А. Вихрева. М.: МГАХ, Богородский печатник, 2014. С. 13–15.
- Блок Л. Д. Классический танец: История и современность. М.: Искусство, 1987.
- Бурлачук Л. Ф. Адаптация опросника для диагностики пяти факторов личности. *Вопросы психологии*. 2000. № 1. С. 126–143.

- Ванслов В. В. Балет как синтетическое искусство. *О музыке и балете*. М.: Памятники исторической мысли, 2007. С. 134–167.
- Майерс Д. Психология. Пер. с англ. И. А. Карпикова, В. А. Старовойтовой. 3-е изд. Минск: Попурри, 2008.
- Ainsworth A. Neurobiology and Ballet. *The journal of undergraduate research*. 2009.
- Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, suppl. 2006. С. 13–25.
- Bradburn N. The Structure of Psychological Well-Being. Chicago: Aldine Pub. Co., 1969.
- Brown K. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003. Vol. 84, № 4. P. 822–848 (MAAS).
- Buccino G. Action observation activates premotor and parietal areas in a somatotopic manner: an fMRI study. *European Journal of Neuroscienc.* 2001. № 13. P. 400–404.
- Cowie D. The development of multisensory body representation and awareness continues to 10 years of age: Evidence from the rubber hand illusion. *Journal of Experimental Child Psychology*. 2016. № 142. P. 230–238.
- Engbert K., Thomas R., Wohlschlaeger A., Haggard P. Action awareness in self and other: An interval estimation study. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*. 2008. P. 1261–1268.
- Goleman D. L'intelligence émotionnelle au travail. Paris: Pearson, 2010 (Village mondial).
- Hamachek D. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*. 1978. V. 15. P. 27–33.
- Kabat-Zinn J., Lipworth L., Burney R. The clinical use of mindfulness meditation for the self-regulation of chronic pain. *Journal of Behavioral Medicine*. 1985. № 8. С. 162–190.
- Kendra M. The Experience of Female Ballet Dancers: A grounded theory. *High Ability Studies*. 2010. № 12. P. 7–25.
- Kirsch L. Shaping and reshaping the aesthetic brain: Emerging perspectives on the neurobiology of embodied aesthetics. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. 2016. № 62. P. 56–68.
- Mayer J. Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications. *Psychological Inquiry*. 2004. № 15. P. 197–215.
- Pickard A. Ballet body belief: perceptions of an ideal ballet body from young ballet dancers. *Research in Dance Education*. 2012. № 14. P. 3–19.
- Pickard A. Schooling the dancer: the evolution of an identity as a ballet dancer. *Research in Dance Education*. 2012. № 13. P. 25–46.
- Reis H. T., Sheldon K. M. Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 200. P. 419–435.
- Sangbun P. Functional roles of the proprioceptive system in the control of goal-directed movement. *Perceptual and Motor Skills*. 2009. P. 631–647.
- Sheppard A. Promoting wellbeing and health through active participation in music and dance: a systematic review. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*. 2020. № 15.
- Shields S. A., Mallory M. E., Simon A. The Body Awareness Questionnaire: Reliability and validity. *Journal of Personality Assessment*. 1989. 53. P. 802–815.
- Taylor J. Dance Psychology for Artistic and Performance Excellence. 2015.
- Thomas R. Shared representations in body perception. *Acta Psychologica*. 2005. № 121. P. 317–330.

References

- Алферов А.А. К вопросу об интерактивности в образовательном процессе. *Актуальные вопросы развития искусства балета и хореографического образования*: сб. материалов всерос. науч.-практ. конференции, 04 июня 2013 г.; МГАХ / науч. ред. Я. А. Борзенко, Н. А. Выхрева. М.: МГАХ, Богородский печатник, 2014. С. 13–15.
- Блок Л. Д. Классический танец: История и современность. Москва: Искусство, 1987.
- Бурлачук Л. Ф. Адаптация опросника для диагностики пяти факторов личности. *Вопросы психологии*. 2000. № 1. С. 126–143.
- Ванслов В. В. Балет как синтетическое искусство. *О музыке и балете*. Москва: Памятники истории мысли, 2007. С. 134–167.
- Майерс Д. Психология. Пер. с англ. Я. А. Карпиков, В. А. Старовойтовой. 3-е изд. Минск: Попурри, 2008.
- Ainsworth A. Neurobiology and Ballet. *The journal of undergraduate research*. 2009.
- Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI). *Psicothema*, 18, suppl. 2006. С. 13–25.
- Bradburn N. The Structure of Psychological Well-Being. Chicago: Aldine Pub. Co., 1969.
- Brown K. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003. Vol. 84, № 4. P. 822–848 (MAAS).
- Buccino G. Action observation activates premotor and parietal areas in a somatotopic manner: an fMRI study. *European Journal of Neuroscienc.* 2001. № 13. P. 400–404.
- Cowie D. The development of multisensory body representation and awareness continues to 10 years of age: Evidence from the rubber hand illusion. *Journal of Experimental Child Psychology*. 2016. № 142. P. 230–238.

12. Engbert K., Thomas R., Wohlschlagel A., Haggard P. Action awareness in self and other: An interval estimation study. *Journal of Experimental Psychology: Human Perception and Performance*. 2008. P. 1261–1268.
13. Goleman D. L'intelligence émotionnelle au travail. Paris : Pearson, 2010 (Village mondial).
14. Hamachek D. Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *Psychology*. 1978. V. 15. P. 27–33.
15. Kabat-Zinn J., Lipworth L., Burney R. The clinical use of mindfulness meditation for the self-regulation of chronic pain. *Journal of Behavioral Medicine*. 1985. № 8. C. 162–190.
16. Kendra M. The Experience of Female Ballet Dancers: A grounded theory. *High Ability Studies*. 2010. № 12. P. 7–25.
17. Kirsch L. Shaping and reshaping the aesthetic brain: Emerging perspectives on the neurobiology of embodied aesthetics. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*. 2016. № 62. P. 56–68.
18. Mayer J. Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications. *Psychological Inquiry*. 2004. № 15. P. 197–215.
19. Pickard A. Ballet body belief: perceptions of an ideal ballet body from young ballet dancers. *Research in Dance Education*. 2012. № 14. P. 3–19.
20. Pickard A. Schooling the dancer: the evolution of an identity as a ballet dancer. *Research in Dance Education*. 2012. № 13. P. 25–46.
21. Reis H. T., Sheldon K. M. Daily well-being: The role of autonomy, competence, and relatedness. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 200. P. 419–435.
22. Sangbum P. Functional roles of the proprioceptive system in the control of goal-directed movement. *Perceptual and Motor Skills*. 2009. P. 631–647.
23. Sheppard A. Promoting wellbeing and health through active participation in music and dance: a systematic review. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*. 2020. № 15.
24. Shields S. A., Mallory M. E., Simon A. The Body Awareness Questionnaire: Reliability and validity. *Journal of Personality Assessment*. 1989. 53. P. 802–815.
25. Taylor J. Dance Psychology for Artistic and Performance Excellence. 2015.
26. Thomas R. Shared representations in body perception. *Acta Psychologica*. 2005. № 121. P. 317–330.

Надійшла до редколегії 02.07.21
Рекомендована до друку 15.11.21

Karine Malysheva, PhD (Psychology), Associate Prof.

ORCID ID: 0000-0003-3903-5799;

Daryna Dymova, Student

ORCID ID: 0000-0001-7462-9512

Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF SUBJECTIVE WELL-BEING OF BALLET DANCERS

Ballet the possibility to evolve personally in many ways: emotionally, physically and intellectually, owing to its synthetic nature. However, it requires specific personal traits from the performer. These traits could be a crucial factor in the subsequent professional success of a performer. At times, when physical potential data becomes more and more examinable, the influence of performers' personal attributes on subjective welfare and their objective career accomplishments is still largely unstudied. This influence may determine the specific peculiarities of working with performance artists, in cases of providing psychological aid. It might also amend the awareness-raising activities among ballet school students. The present study explores the influence of individual psychological factors on the welfare of ballet dancers. We conducted a data collection where participants completed various types of questionnaires, such as the Wellbeing-Activities-Mood questionnaire, The Big Five Locator, Body Awareness Questionnaire, Emotional Intelligence Test (the technique of Nicholas Hall) Mindful Attention Awareness Scale (MAAS). The correlation analysis revealed that conscientiousness, emotional intelligence and mindfulness rates affect positively on the mental well-being of ballet artists. Nevertheless, mindfulness does not correlate with body awareness and openness to experience and correlates negatively with neuroticism. The conscientiousness is a salient factor for wellbeing and activity but it neither impacts on the mood, nor correlates with body awareness. In a series of moderated regression analysis it was revealed that body awareness's impact on mental well-being is mediated by openness to experience. The openness to experience and body awareness were proved to be positive factors for increasing the mental well-being under the influence of personal attributes.

Keywords: ballet, body image, health, subjective well-being, dance, body awareness.

Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv.
Series "Psychology". № 2(14), pp. 27-30 (2021)
УДК 159.96
DOI: [https://doi.org/10.17721/BSP.2021.2\(14\).5](https://doi.org/10.17721/BSP.2021.2(14).5)

ISSN 1728-3817
© Taras Shevchenko National University of Kyiv,
Publishing and Polygraphic Center "Kyiv University", 2021

Anton Kurapov, PhD (Psychology), Assistant Prof.
ORCID ID: 0000-0002-1286-9788
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine
Iryna Kurapova, master of Sociology
ORCID ID: 0000-0003-0808-2584
National Technical University of Ukraine "Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute", Kyiv, Ukraine
Valeriia Shokota, student
ORCID ID: 0000-0002-5295-2076;
Aleksandra Balashevych, student
ORCID ID: 0000-0002-4865-3487
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

ESSENTIAL OILS: PSYCHOPHYSIOLOGICAL REACTION AND CHANGES IN COGNITIVE PROCESSES

This article presents the results of the research of specificity of psychophysiological reactions and changes in the cognitive processes as a result of using ephemeral oils by means of a classical experimental study with the use of a polygraph. Theoretical analysis of scientific publications of recent years on this topic was carried out. The scientific novelty of the research consists in specifying the effects of different types of ephemeral oils, determined by their complex influence – activity or quiescence. The effect of stimulating and sedative essential oils on the processing of cognitive processes and changes in the human body, as well as the effect on these characteristics of the subjective perception of the fragrance. As a result, significant differences in the speed of cognitive processes depending on the type of ether oils and associated psychophysiological reactions were revealed. Specifically, the activation of the nervous system in the inhalation of stimulating oils with a decrease in the speed of thought processes and a decrease in concentration, and the opposite effect in the action of sedative oils.

Keywords: essential oils, cognitive processes, psychophysiological reactions, polygraph.

Problem Statement. The history of the use of essential oils dates back to about 5,000 years ago and is closely linked to China and Egypt. At that time, oils were used not only for embalming the body, but also as antiseptics, in the construction of pyramids and wound healing. Since the end of the last century, there has been a growing interest in scientific community in aromatherapy, a form of alternative medicine that uses plant essential oils. This is accompanied by the increase in scientific work on "essential oils", "aromatherapy" and the study of their effects on the human body and psyche. In the literature of the 90s of the last century you can find descriptions of the complexity of finding relevant sources on this topic, now it is invisible. According to experts, the volume of the aromatherapy market is growing by 6-8 % every year. It happens due to the growing demand for organic products and the growing embarrassment of people's own health. A busy lifestyle encourages consumers to turn to a quick and evidence-based way to resolve situational queries. Therefore, due to the high popularity of this product, the interest of scientists in the effectiveness and feasibility of its use increased. There is very little work that would gather a larger array of information that would combine research on the effect of essential oils at different levels of perception – physiological and mental. In particular, there is a gap in research related to cognitive processes and their speed, depending on the use of different types of oils, particularly, sedatives and stimulants. Therefore, this work is an attempt to summarize the material developed on this topic so far and to expand knowledge about the influence of essential oils on psychophysiological reactions and cognitive processes.

The aim of this article is to investigate the dynamics of psychophysiological response and changes in cognitive processes as a result of the use of essential oils. Particular attention was paid to the symptom complexes of sedative and stimulating effects of oils and the speed of cognitive processes. The study used the design of a classical experiment, involving the control and two experimental groups. The practical value of the results lies in justifying the use of

essential oils and clarifying the feasibility of their practical use in accordance with the expected impact. The increase in the speed of cognitive processes and the activation of the sympathetic nervous system, which will be observed in the corresponding physiological reactions, will indicate the effectiveness of stimulating oils, and the opposite reaction, the effectiveness of sedative oils.

Literature Review. Essential oils are volatile, natural complex compounds that have a strong odor and are formed in aromatic plants as secondary metabolites. The International Organization for Standardization [6] has defined essential oils as "a product obtained from natural raw materials of plant origin, prepared by the steam distillation, after separation of the aqueous phase." Inhalation and external use of these oils are the basis of aromatherapy – the therapeutic use of aromatic oils of plant origin to improve physical and spiritual well-being (The American Heritage® Medical Dictionary). In recent years, this type of alternative medicine has become quite popular.

The formation of the effects of odors of aromatic substances on the physiological systems of the body is due to changes in the neurophysiological activity of the structures of the limbic system, the inclusion of the pituitary-adrenaline system. These effects are largely due to the multicomponent composition of the odor, close in chemical structure and biological action to endogenous compounds involved in the bioregulation of physiological systems of the body [10, c. 1332]. To describe the mechanisms of the effect of aroma on the human body, two hypotheses were proposed – pharmacological and psychological [4, c. 36]. This distribution emphasizes the effect of essential oils at different levels of odor perception.

The pharmacological hypothesis assumes that the influence of different aromas on mood, physiology and behavior is due to the direct and intrinsic ability of the odor to interact and affect the autonomic nervous system/central nervous system and/or endocrine system. In order to study this effect based on the fixation of physiological changes in the body under the influence of essential oils, the dynamics of changes in brain

wave activity [7, 8], heart rate [15], and skin conductivity [11, 9] are estimated. The overall results of these studies showed that the stimulating effect of oils increases heart rate and electrodermal activity, activates beta and suppresses theta rhythms of the brain. Sedation reduces skin conduction and pulse, stimulates alpha and theta rhythms.

The psychological hypothesis is not the opposite of the pharmacological one, but rather complements it. It suggests that odors affect emotional learning, conscious perception, and beliefs/expectations. The central statement of the psychological hypothesis is that reactions to odors are studied through association with emotional experiences, and that they acquire the properties of related emotions and themselves exert concordant emotional, cognitive, behavioral, and physiological effects [4]. Olfactory efferents have a unique direct connection with the neural substrates of emotional processing and memory processing. Therefore, an approval or dislike of the aroma is directly related to the fact that there is a change of mood. For example, Villemure and colleagues [14, c. 104] found that only odors that participants described as pleasant can improve mood, reduce anxiety and unpleasant pain, while unpleasant odors worsen mood and emotional effects of pain. And the results of a study by Campenni and colleagues showed that no matter what odor was present or not at all, the setting that the ambient odor "relaxes" reduces heart rate and skin conduction, and the setting that the ambient odor "stimulates", increases heart rate and skin conductivity [2, c. 1126]. These results show that the chemical nature of the odor itself plays a secondary role in the emotional and subjective changes that occur in the presence of the odor, and that the very meaning of the aroma causes the corresponding psychological and/or physiological reactions. Therefore, when studying the effect of essential oils should take into account both pharmacological and psychological hypotheses for a more accurate and extensive study of this subject.

Methodology. The study of the dynamics of the psychophysiological response and changes in cognitive processes as a result of the use of essential oils had two questions:

1) Do psychophysiological reactions of a person change in response to the stimulus in the form of the aroma of essential oils?

2) Does the use of essential oils affect the course of cognitive processes?

Particular attention was paid to the symptom complexes of sedative and stimulating effects of oils and the rate of these processes.

The study involved 50 people, of whom 25 men (50 %) and 25 women (50 %) aged 18 to 28 years. The average age of the sample was 24.5 years. To determine changes in cognitive processes, three methods were used – a test for the presence of cognitive impairment, a test for concentration and IQ-test of the Raven's progressive matrices test. A polygraph was used to record physiological changes in the body of the respondents, the choice of which is due to its ability to record a large number of physiological changes and fluctuations in the objective parameters of the activity of the human nervous system.

The study used the design of the classical experiment. Respondents were randomly divided into three groups: the first experimental, which received a mixture of oils with a stimulating effect, the second experimental – a mixture of oils with a sedative effect and the control group, whose members inhaled perfumed water. The subjects themselves were not informed about the claimed effect of the

fragrance that was presented to them. Polygram recording began with direct inhalation of the aroma and monitoring of physiological changes on the polygraph. After 2-3 minutes, a survey of subjective perception of aroma was conducted. After completing the first part of the experiment, the subject moved on to the second: testing the features of cognitive processes. Before the start of each test, the subject inhaled the aroma. The time during which the respondents completed the tasks was also recorded.

Results. Analysis of the polygram by descriptive-individual method revealed a number of psychophysiological changes in the body of the subjects. In the case of using a mixture of essential oils with a sedative effect, the respondents noticeably slow down breathing and reduce the skin-galvanic reaction, which gives grounds to talk about reducing stress and directing the resting state. This result is achieved in 3-4 minutes after the first presentation of the stimulus (aroma) (Fig. 1).

When using a mixture of essential oils with a stimulating effect after 2-2.5 minutes, the subjects' respiration accelerated, the skin galvanic reaction, tremor and jumps in the level of oxygen in the body increased (Fig. 2).

This reaction corresponds to the assumption of the sympathetic nervous system as a result of the use of stimulating essential oils. In the case of placebo (control group) no changes in the psychophysiological state were detected (Fig. 3).

The Kruskal-Wallis test for three groups was used to process the data obtained by testing. As a result, the following values were obtained: there are no differences between the groups in the time spent on the test for cognitive impairment, but there is a significant difference in the time spent on the test of attention and Raven's progressive matrices test. The group that received the stimulant oils spent more time taking the concentration test than the group with the sedative oil. Essential oils also had a significant effect on the mental activity of the respondents: the group with a mixture of sedative action passed through the Raven's progressive matrices test longer than the group with a mixture of stimulant action (Table 1).

An analysis of the subjective perception of aroma and its effect on changes in cognitive processes showed that respondents who were irritated by the smell spent more time solving Raven's progressive matrices test than those who liked the smell. The least time was spent by subjects in whom the aroma did not evoke feelings (Table 2).

Subsequent actions made it possible to determine that this time difference is caused by the qualitative composition of groups according to different subjective perceptions. The 50 % group that liked the fragrance consisted of respondents who received stimulant oils and another 50 % who received sedatives, so the result was averaged. The ones subjected to the influence of stimulative essential oils were the fastest to complete the test. The majority (75 %) of the subjects who were irritated by the smell inhaled perfumed water, and the rest – a mixture of oils that cause a sedative effect, which helped to obtain the longest period of time.

The specifics of the dynamics of psychophysiological reactions and changes in cognitive processes as a result of the use of essential oils have been studied. Based on the obtained data, it was found that essential oils have a significant effect on both psychophysiological responses and the course of human cognitive processes. Stimulating essential oils provoke stress, activation of the sympathetic nervous system and accelerate the passage of cognitive processes, in contrast to sedative oils, which cause calm and slow cognitive processes.

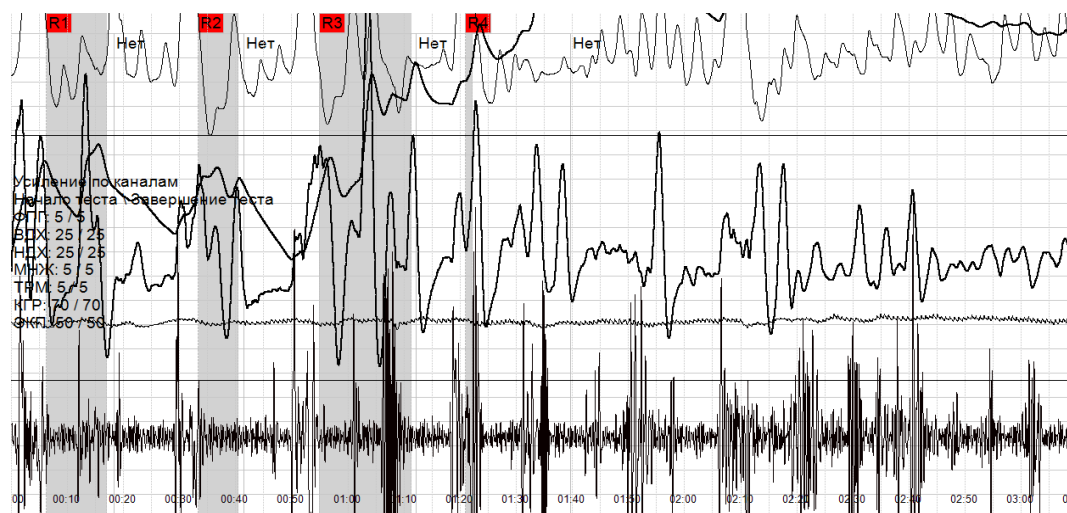


Fig. 1. Polygram of the subject who was exposed to a sedative mixture of essential oils

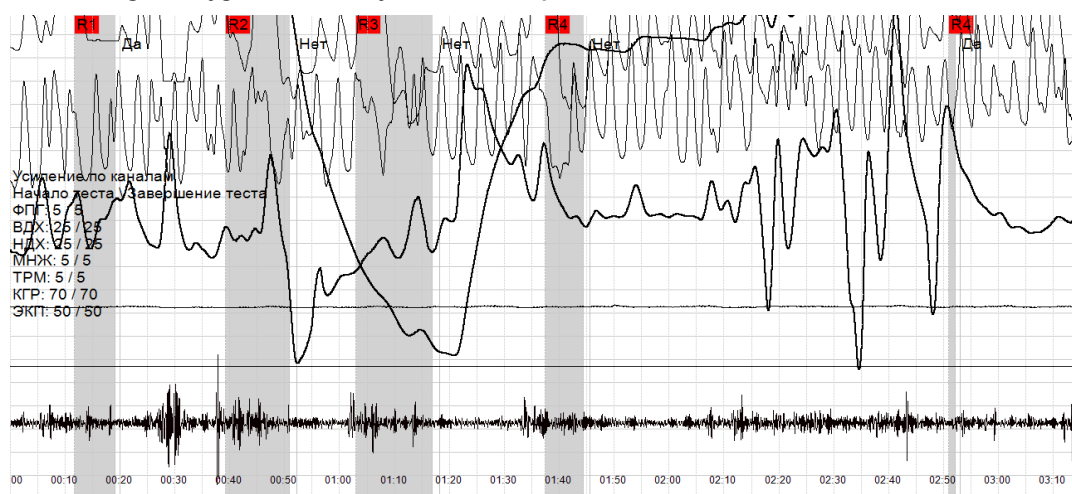


Fig. 2. Polygram of the subject who was exposed to a stimulating mixture of essential oils

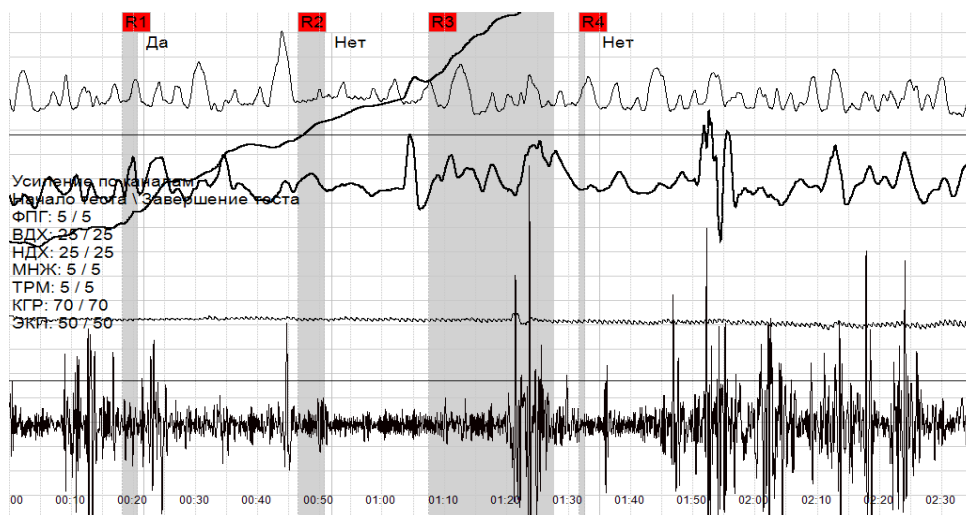


Fig. 3. Polygram of the subject from the control group

Table 1

Comparison of groups by time of concentration tests and Raven's progressive matrices test

	The action of oil	t (min)	The action of oil	t (min)	p (Kruskal-Wallis)
Concentration test	stimulating	1.71	sedatives	1.20	< .001
	stimulating	1.71	placebo	1.30	0.212
	sedatives	1.20	placebo	1.30	0.256
Raven's progressive matrices test	stimulating	16.3	sedatives	20.5	< .001
	stimulating	16.3	placebo	26.4	0.212
	sedatives	20.5	placebo	26.4	0.256

Table 2

Comparison of groups by subjective perception of aroma by the time of passage of Raven's progressive matrices test

	Subjective feelings	t (min)	Subjective feelings	t (min)	p (Kruskal-Wallis)
Raven's progressive matrices test	like	17.9	no sensations / I do not smell	14.0	0.002
	like	17.9	annoying	22.2	0.018
	no sensations / I do not smell	14.0	annoying	22.2	0.066

Discussion. The use of essential oils has a marked effect on changes in psychophysiological reactions and cognitive processes. Essential oils stimulation effect provokes increased breathing, increased dermal and galvanic reactions, accompanied by increased acidity in the body and increased tremor. This means that the sympathetic nervous system, which is responsible for the overall increase in activity of the body, is activated. The sedative effervescent oils slow down breathing and reduce the dermal and galvanic reaction, thus relieving the tension.

Cognitive processes are also altered by the use of essential oils. Stimulation oils reduce the concentration of attention compared to sedative oils. The latter, in turn, impair the thinking process, respondents needed more time to solve the tasks of the intellect test. Stimuli are used to help the process to continue. Therefore, the answers to the research questions were obtained.

The study of the effects of essential oils on the body and the sense of well-being of people opens up great possibilities in marketing and medicine. Thus, studying the effects of certain oils will help to indicate their specific effect and provide reliable information on their use in aromatherapy, the popularity of which in recent years is growing rapidly. The prospect of further research could be a repetition of our experiment, but with the involvement of more participants and a more in-depth analysis of the effects of essential oils on cognitive processes. As there are already enough studies on psychophysiological reactions, including this one, it is necessary to focus on the study of changes in the psychological state of people as a result of the use of oils, because there is a shortage in this aspect itself.

References

1. Bakkali, F., Averbeck, S., Averbeck, D., & Idaomar, M. (2008). Biological effects of essential oils – A review. *Food and Chemical Toxicology*, 46(2), 446–475. doi:10.1016/j.fct.2007.09.106
2. Campenni, C. E., Crawley, E. J., & Meier, M. E. (2004). Role of suggestion in odor-induced mood change. *Psychological Reports*, 94, 1127–1136.
3. Herz R.S. (2009). Aromatherapy facts and fictions: a scientific analysis of olfactory effects on mood, physiology and behavior. *Int. J. Neurosci.* V. 119 (2). P. 263-290.
4. Herz, R. S. (2001). Ah, sweet skunk: Why we like or dislike what we smell. *Cerebrum*, 3(4), 31–47
5. Hongratanaworakit, T., Heuberger, E., and Buchbauer, G. 2003b. Human Behavioral and Physiological Reactions to Inhalation of Sweet Orange Oil. *Proc. 3rd World Congress on Medical and Aromatic Plants for Human Welfare (WOCMAPIII)*, Chiangmai, Thailand, February 3-7, 2003: 455.
6. International Organization for Standardization (ISO). Aromatic natural raw materials – Vocabulary. ISO 9235:2013. Published 2014-09-10
7. Kyrylova A.V., Panova S.A., & Lesova L. D. (2011). Comparative assessment of essential oils on psychophysiological status of the person. *Ученые записки Крымского федерального университета имени В. И. Вернадского. Биология. Химия*, 24 (2 (63)), 150-156.
8. Lorig, T. S., & Roberts, M. (1990). Odor and cognitive alternation of the contingentnegative variation. *Chemical Senses*, 14, 525–536.
9. Parasuraman, R., Warm, J.S., and Dember, W.N. 1992. Effects of olfactory stimulation on skin conductance and event-related brain potentials during visual induced attention, Progress Report no. 6 to Fragrance Research Fund.
10. Shutova, S. V. (2013). Aromatherapy: physiological effects and potential mechanisms (literature review). *The Bulletin of Russian Universities, Mathematics*, 18 (4 – 1), 1330-1336.
11. Steiner, W. 1994. Die Wirkung von Geruechen auf das Erleben und Verhalten von Menschen. In: *Die Psychologischen Grundlagen der Parfumerie*. 4 th ed., Huethig Verlag Heidelberg.
12. Sugawara, Y., Shigetho, A., Yoneda, M., Tuchiya, T., Matumura, T., & Hirano, M. (2013). Relationship between Mood Change, Odour and Its Physiological Effects in Humans While Inhaling the Fragrances of Essential Oils as well as Linalool and Its Enantiomers. *Molecules*, 18(3), 3312–3338. doi:10.3390/molecules18033312.
13. Tisserand, R. (1977). *The Art of Aromatherapy*. C.W. Daniel, Essex.
14. Villemure, C., Slotnick, B. M., & Bushnell, M. C. (2003). Effects of odors on pain perception: Deciphering the roles of emotion and attention. *Pain*, 106, 101–108.
15. Yamaguchi, H. (1990). Effects of odor on heart rate. In: *The Psychophysiological effects of odor, Aromachology*, Koryo, 168.

Надійшла до редколегії 16.06.21
Рекомендована до друку 15.11.21

Антон Курапов, канд. психол. наук, асист.

ORCID ID: 0000-0002-1286-9788

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Ірина Курапова, магістр соціології

ORCID ID: 0000-0003-0808-2584

Національний технічний університет України "Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського", Київ, Україна

Валерія Шокота, студ.

ORCID ID: 0000-0002-5295-2076;

Олександра Балашевич, студ.

ORCID ID: 0000-0002-4865-3487

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

СПЕЦИФІКА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНОЇ РЕАКЦІЇ ТА ЗМІН У КОГНІТИВНИХ ПРОЦЕСАХ ЯК РЕЗУЛЬТАТ ВИКОРИСТАННЯ ЕФІРНИХ ОЛІЙ

Представлено результати дослідження специфіки психофізіологічних реакцій та змін у когнітивних процесах унаслідок використання ефірних олій за допомогою класичного експерименту із застосуванням поліграфа. Проведено теоретичний аналіз наукових публікацій останніх років за зазначеною тематикою. Наукова новизна дослідження полягає у вивченні дії різних видів ефірних олій, визначеної їхнім комплексним впливом – активізацією чи заспокоєнням. Досліджено вплив стимуляційних і седативних ефірних олій на перебіг когнітивних процесів та зміни в організмі людини, а також вплив на ці характеристики суб'єктивного сприймання аромату. Виявлено значні розбіжності у швидкості когнітивних процесів залежно від виду ефірних олій та супутні виражені психофізіологічні реакції, зокрема активізацію нервової системи при вдиханні стимулюючих олій зі збільшенням швидкості мисленнєвих процесів і зниженням концентрації та протилежний ефект за дії седативних олій.

Ключові слова: ефірна олія, когнітивні процеси, психофізіологічні реакції, поліграф.

Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv.
Series "Psychology". № 2(14), pp. 31-35 (2021)
УДК 159.922.7
DOI: [https://doi.org/10.17721/BSP.2021.2\(14\).6](https://doi.org/10.17721/BSP.2021.2(14).6)

ISSN 1728-3817
© Taras Shevchenko National University of Kyiv,
Publishing and Polygraphic Center "Kyiv University", 2021

Kateryna Pinchuk, bachelor in psychology
ORCID ID: 0000-0003-2462-1023;
Krystyna Zalipska, bachelor in psychology
ORCID ID: 0000-0001-5331-5581

Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

INTERVENTION FOR CREATING EQUAL CLASSROOMS

Bullying and victimization are prevalent during adolescence. In Europe and North America, approximately 6 % of middle school students are bullying others, and approximately 10 % of middle school students are bullied 2 or 3 times in a month. Moreover, adolescence is a sensitive period for social status. LaFontana and Cillessen (2009) showed a clear peak in prioritizing status enhancement in early adolescence. Given that the CEC (Creating Equal Classroom) project aims to reduce the level of bullying through mitigating classroom status hierarchy, grade 7 is a particularly relevant developmental stage to implement this intervention project.

Target population: Adolescents from grade 7 at the middle school

Methods: Questionnaires, multilevel modeling with Mplus 8.0 to estimate the intervention effects due to the nested nature of data, trainings and discussions.

Short description of results and conclusions: Pupils are encouraged to take responsibility for their social environment and for interacting with peers. This program is effective in reducing the frequency of adolescents' involvement in bullying situations. With help of this program, the number of both initiators and victims of bullying will decrease.

Keywords: Bullying, equality, pupils from 7th grade, victimization.

Formulation of the problem and analysis of recent research and publications. Numerous foreign studies mention the problem of hierarchy and its connection with bullying. Below are the conclusions of researchers who will help us expand the topic of the article. For example, status hierarchy is a pervasive and fundamental feature of social organization in human groups [3]. A body of studies revealed that status inequality within societies is associated with victimization [1], bullying [4], and other violent behaviors [2]. Studies paid attention to the role of classroom status hierarchy in the development of bullying and aggression [5,7]. Classroom status hierarchy represents the distribution of power and dominance in the classroom [6,7]. In classrooms with high levels of the status hierarchy, only a few students hold the power in the classroom, while in low-hierarchy classrooms, children's social status is relatively egalitarian. A longitudinal study found that a high level of status hierarchy predicted increases in bullying 6 months later in a sample of 11,296 adolescents from 583 classes in Finland [6].

More importantly, social status hierarchy status is associated with the benefits of aggression and bullying behavior. Several cross-sectional studies have found that in middle childhood the association between aggression and popularity was stronger in hierarchical classrooms where a small number of students play a prominent role in interpersonal connections [1], and where levels of perceived popularity vary considerably across students [6, 20]. Thus, creating egalitarian classroom structures could be a promising way to reduce the level of bullying and victimization.

In order to reduce the level of bullying and victimization in the classroom, we design both universal and indicated measures to promote equality within the classroom. Concerning universal measures, we aim to raise awareness of equality, learn communication skills in equal and respectful ways, and give children equal opportunities to practice democratic skills. In terms of indicated measures, we aim to support isolated students, especially the victims of bullying by the support group approach [17]. The purpose of the support group is not to punish or blame the bullies and their assistants, but to create mutual concern for the well-being of the victim [18]. As a long-lasting goal, we also aim to reinforce youth's competence to participate in a democratic society and reduce the violence in the whole society. Tak-

en together, the Creating Equal Classrooms (CEC) program aims to decrease the level of aggression and bullying by creating an equal classroom environment.

Formulating the goals of the article. Every student needs to feel comfortable at school in order to achieve success. Separating or protecting students from bullies is not the goal of this program, but to create an atmosphere in the classroom so that everyone can feel equal to the other. Having collected the step-by-step components of the program, we structured them into groups, forming the information as a plan. As a result, we were able to reproduce the information as a table, which will help to achieve the goal of equality. It should be added that the use of our program in the future might contribute to a decrease in the percentage of bullying in classrooms. The relevance of the problem of bullying and hierarchy is widely disclosed in psychology and other sciences, therefore, the dissemination of our program will help the study of these problems more accurately.

Presentation of the main research material. As the program developed, two types of intervention (intervention format) were identified: universal and indicated. This means universal and targeted (blended) school-based interventions. Realizing that the program must be developed primarily for a wide audience, we decided to start development from the first type.

Thus, was distinguished a program structure and process, which combine several elements in **universal intervention**:

(1) Teacher training

Two days' training program for home teachers and principles of CEC schools

Contents: basic knowledge of bullying, strategies of creating equal classrooms

(2) Curriculums (providing 10 lessons about bullying and equality).

Lessons will be every other week during 20 weeks duration. The lessons last from one to two hours, given one per week.

Topics of the lectures and groupworks include:

1. Voting as a means of self-expression and affirmation.

The teacher could begin by explaining what modes of government exist and how they differ, while receiving the students' testimonies and preconceptions. Questions such as: "What is a king, a dictator, a president, a parliament, a deputy, a citizen?", "What is the role of citizens in a dicta-

© Pinchuk Kateryna, Zalipska Krystyna, 2021

torship compared to a democracy?" can help the teacher better understand what students know. A more active role through the right to vote by choosing which ideas one wants to support, but also through the possibility to run as a representative of the citizens in order to apply the program they will choose by majority.

Explaining the abuses of power with simple examples can show which harassing behaviors are unhealthy and bad for the organization of the class. This will also allow to deal with the notion of justice: fairly decide what place we

will occupy in this organization otherwise the rules can be distorted by our personal interests.

The representative democracy is used in a country because the population cannot vote nor discuss every day the organization of the society but in a class the number allows to use the direct democracy. In this lesson we would sit in a circle and talk about the practical feelings of the students.

To end the session the teacher would put the children in basic unequal role plays and then the two or three actors would judge what needs to be changed to make everyone equal in this situation.

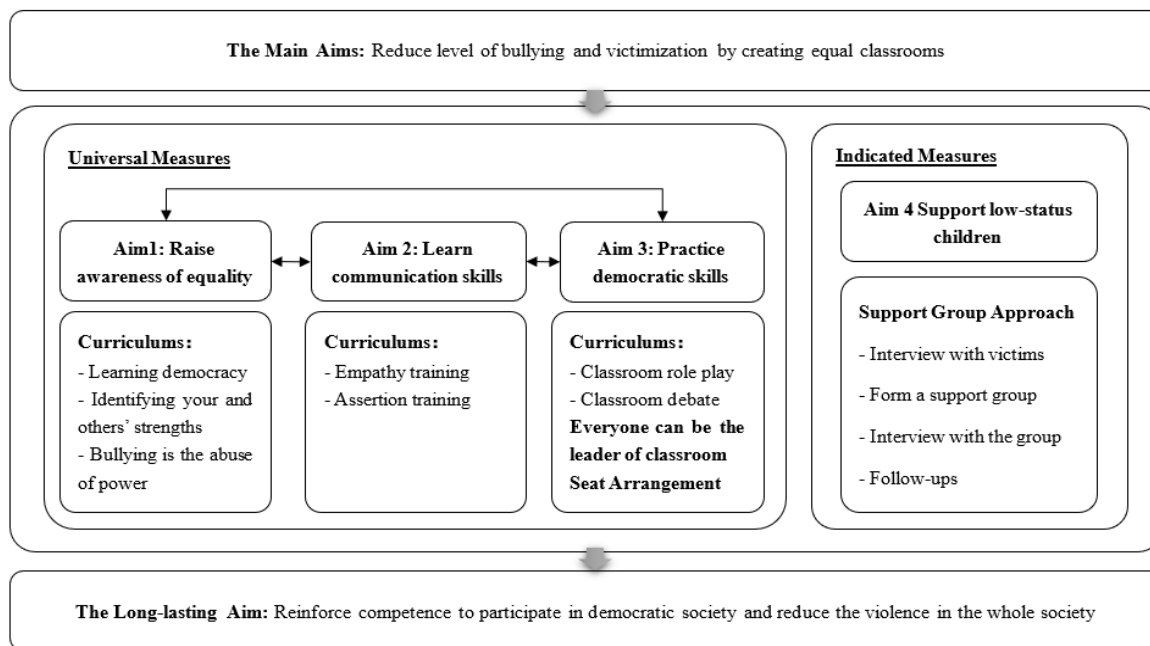


Fig. 1. Frameworks of the Creating Equal Classrooms (CEC) project

2. Learning to assert oneself through direct democracy.

Begin by going around the classroom and asking each student to write on a piece of paper what an egalitarian school would look like and on another piece of paper if they have ever seen behavior that they felt was unequal to abuse. Each paper would be put in turn in a different box. Then the teacher would tabulate the results to create a debate. In this way, the children could see that every vote counted (and that their vote counts as much as the others).

The goal of these sessions on equality and democracy is for children to become aware of the differences between individual and collective interests, in order to develop behaviors that will always be in favor of the common interest. Being aware of the point of view of others is also to relativize the importance of all and to see that our interest has no reason to take precedence over other classmates.

Teachers will also have the task of moving the debate forward to reach a compromise. They will have to be able to recognize the value of their opponent's position and can quickly find common ground with him/her. In this way, we hope that we will be able to better consider all sides of a problem in order to better solve it.

3. Each students' vote matter.

This lesson will be the first voting session for students to vote according to the voting rules. Each vote will be preceded by a debate moderated by the teacher, who will also have the role of stimulating the most timid, least popular students to give their opinion.

Each student has a voice that is as valuable as any other. The teacher does not vote to try to neutralize his or

her authority in the voting and to avoid that he or she takes someone's side in the debate and that the students follow him or her.

Voting means giving your opinion, making a choice for a candidate or for a decision. Voting can be by a show of hands but most often it is secret. The principle is to vote and choose together, unlike the elections of the delegates, which give some students the upper hand over others. Direct democracy should be respected. We could, on the other hand, form a rotation system for the tasks to be done in the classroom: watering the flowers, distributing the papers, erasing the blackboard. In this system, no student should be responsible for grading others, as might be done for grading participation, for example.

The first things to be discussed and voted on will be the rules of this class democracy (or school democracy, there could be two levels like a federal state): secret ballot or show of hands, number of deliberations, speaking time. Then the subjects can be numerous and can be adapted to the needs of the class but be related to the program or to current issues to initiate the students to their future role as citizens.

Then we could put a box where the children could put what they would like to be discussed and voted on, which we would empty in the end of every week. The teacher could also put topics on the agenda. These could be simple yes/no votes (like referendums) or multiple choice. In this system, the teacher has an important role to play, since he/she has to make sure that each student's speaking time is respected, that everyone participates and that no one is left out.

4. Identifying your and others' strengths. Exploring strengths of everyone, understanding differences in individuals

5. Respect is for everyone. Here teachers make each student aware of the subjectivity of his or her point of view. We are all humanbeings who have the same right for being respected. "Do not do to others what you would not want them to do to you".

6. Everyone should be included in the classroom. Here our target is to increase the sense of belonging by large group activities. This lessons could be carried out on the playground.

7. Bullying is the abuse of power. Aim is to learn the definition of bullying. Identify the differences between bullying and aggression. Understand the consequences of bullying. In this section, teachers should emphasize that bullying is the abuse of power and threatens the equality of classrooms.

8. Learning about assertive skills. Learning and training how to listen actively and being assertive. Active listening involves paying attention, asking questions, and reflecting on what someone says, and assertive skills refers to the ability to stand up for your own or other people's rights calmly and positively. Assertive skills promote controlling stress and improve coping skills with peers without being aggressive. Students learn positive communication skills through verbal instruction, modeling, behavioral rehearsal, and feedback. Finally, teachers explain how to use assertive skills in the bullying situations.

9. Empathy training. Aim: to explain what is empathy, its importance in life. Using literature and motives help students to understand the feelings of victims of bullying. Practicing 10 exercises in order to develop empathy.

10. Building an equal Classroom – Let's do it together. Students review the core components of previous lectures and reflect their learning experience to build an equal classroom.

It is also necessary to add such important universal intervention elements as:

(3) Seating arrangements. Decide the seating of the classroom in a prosocial way. For example, home teachers could place aggressive and victimized children closer to the prosocial high-status peers in the classroom [17, c.403-412].

(4) Everyone can be the leader [5, c.622-637]. Produce more the jobs opportunities for every students in the classrooms (e.g., watering flowers; closing windows in the classrooms). Praise all students on the weekly class meeting.

Further, it is important in our program to show that everyone is equal. The second type of intervention, **indicated**

measure is evidence that students need to be aware of equality. Support low-status students aim approach **four steps**:

- Interview with victims;
- Form support group;
- Interview with bullies;
- Follow ups.

The main goal of this support group approach is to provide additional help for students. Instead of focusing only on (changing) the behavior of the bully, bystanders and defenders are also involved in tackling bullying situations. The purpose of the support group is not to punish or blame the bullies and their assistants, but to create mutual concern for the well-being of the victim. It is emphasized that everyone has to do something to help to improve the situation. In other words, the responsibility to solve bullying is given to the support group. It is assumed that the shared distress will evoke empathy within the bullies and that the 'group pressure' of shared responsibility will trigger the bullies' willingness to alter their behavior. Moreover, the support group method could bring benefits, such as providing someone who listens and helps to overcome the problem and improve the well-being.

Implementation. The initial implementation of the program will last for about one year. The main goal of the program is to reduce violent behavior and the incidence of bullying and to develop social and intercultural competencies in schools. To facilitate the transfer of knowledge between researchers and practitioners (teachers), a "train-of-trainer" cascade model will be developed and applied. According to this model researchers train trainers (called multipliers), multipliers train teachers, and teachers train their pupils. The idea is to train staff working in educational institutions or in school psychological services to ensure the continuous transfer of knowledge between researchers and practitioners.

During the first semester of the academic year, the program deals with preventive measures at school. Firstly, teachers are becoming the main target group of training. Universal measures at the classroom level for students are introduced by teachers during the second semester. Ten lessons are given by home teachers biweekly. After the third lesson, the intervention classes start to carry out "everyone can be the leader" activity. The seating interventions are also implemented in this semester. In the third semester, only "everyone can be the leader" activity and seating interventions are implemented. Finally, the indicated measures are only used when the bullying incident happens. The schedule is presented in Fig. 2.

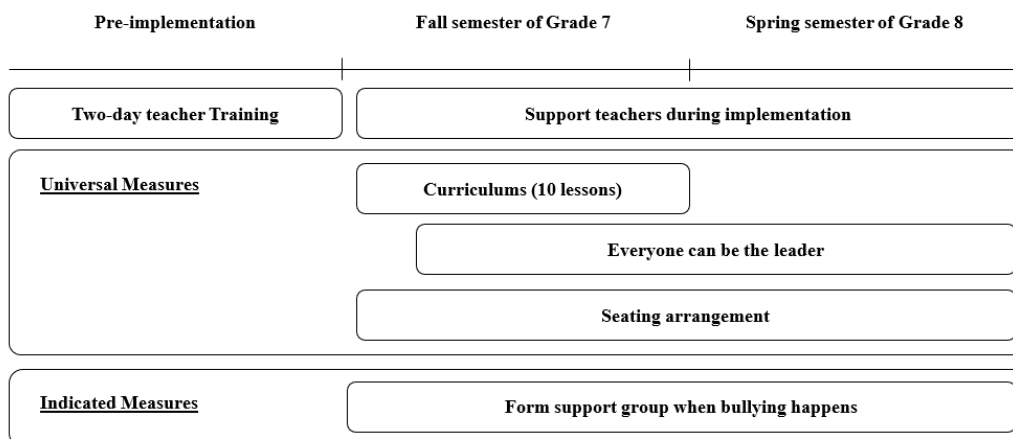


Fig. 2. Implementation of the Creating Equal Classrooms (CEC) project

The implementation of the program in schools is carried out at the individual and school-wide level. Pupils will be encouraged to take responsibility for their social environment and for interacting with peers. The opportunity is given in order to actively contribute to the improvement of the school environment. Additionally, teachers could get manual and online material that includes information on bullying and the key strategies of the project, as well as detailed lesson plans which will include the curriculum of 10 two-hour lessons. Lessons will be every other week during 20 weeks duration. Training and discussions are suggested as working methods. These methods will allow the analysis of social situations, and adolescents will be informed that such situations can be understood in different ways.

The large-scale evaluation of the effectiveness of the program includes both pre-testing and evaluation of the results after the completion of the program. It is also supposed to monitor changes at all stages of the program. To prompt the implementation of CEC project, the research team organizes two seminars with teachers of each school in each semester. In the seminars, researchers help teachers to solve their questions during implementing the project.

We believe that this program is effective in reducing the frequency of adolescents' involvement in bullying situations. With help of this program, the number of both initiators and victims of bullying will decrease.

Evaluation. Based on a synthesis of international experience and Chinese realities, the program allows creating a system of values, norms, and rules in the classroom, intolerant of bullying and any form of violence. The effectiveness of this program is in the intensity of work with representatives of schools and children, duration of the program, introduction of disciplinary methods into work.

The effective vector of this project is the democratization of the process of managing the coexistence of schoolchildren in the team, as well as emotional and value learning. Democratization is carried out through the introduction of clear rules that are oriented to establish positive interpersonal relationships. The main method is direct work with disciple-initiators or victims. It is aimed at increasing the emotional competence of pupils by teaching the skills of prosocial behavior.

With the successful implementation of our idea, when the amount of cases of bullying, anxiety in schoolchildren decreases and disappears the problem of victimization, prevention can be carried out at early bullying symptoms. The teaching staff, school administrators, parents, and students themselves will have enough knowledge to prevent bullying without the participation of anyone from outside.

Research design and procedure. The effectiveness of the program is tested in a randomized control trial. First, we send a letter describing the goals and content of the program with an enrollment form to middle schools. The schools that are willing to volunteer and join the RCT are randomly assigned to the first intervention or the waiting list control groups that implement the same program after completing the first intervention group. We aim to include at least 100 classrooms in Grades 7 (50 for intervention and 50 for control). All students complete the questionnaires at time 1, time 2, time 3.

Data collection. Prior to data collection, researchers sent consent letters to students, parents, teachers and school principals, in which the research aims and procedures are described briefly. The participants complete a battery of self-report measures during a single class period in schools under the guidance of postgraduate research

assistants. During the surveys, school teachers are not present. Students are told that the answers will not be revealed to anyone. The order of questions, items, and scales are extensively randomized to alleviate any systematic order effect.

Measurement.

- Bullying & Victimization: Olweus scale, peer nomination.
- Depression symptoms are measured by 10-item short form of Children's Depression Inventory [12].
- Social anxiety is measured by 2 social anxiety scales, the Fear of Negative Evaluation and the Social Avoidance and Distress, which were combined to measure students' level of anxiety [9, c.23, 51-59].
- Peer status: acceptance ("Whom do you like the most?"), rejection ("Whom do you like least?"), perceived popularity ("Whom do you consider as the most popular?"), peer nomination.
- Classroom status hierarchy: standard deviation of perceived popularity scores within a classroom [6, c.1699-1710].
- Antibullying Attitudes was modified into a 10-item version to better fit the present context from Provictim scale [11, c.311-330].
- School climate (academic, community, safety, institutional environment) measured by Delaware School Climate Survey—Student (DSCS—S).

Data analysis. We use multilevel modeling with Mplus 8.0 to estimate the intervention effects due to the nested nature of data. We fitted three-level models, with the first level representing change over time, the second level representing individual student differences, the third level representing differences between classrooms.

To test the effectiveness of intervention, we add two cross-level interactions (i.e., $T2 \times$ intervention, and $T2 \times$ intervention) into the model. If a statistically significant interaction is found, we further probe the significant interactions by simple slope test. There are several dummy-coded variables in the models. The three waves of data collection are coded with two variables, T2 (Wave 2 = 1, other waves = 0) and T3 (Wave 3 = 1, other waves = 0). In addition, gender (girls = 0, boys = 1), and intervention (control school = 0, intervention school = 1) are entered into the models with dummy coding.

Sustainability. Sustainability refers to "the extent to which an evidence-based intervention can deliver its intended benefits over an extended period after external support... is terminated" [14, c.19-46]. To support the sustainability of the CEC project, several sustainment strategies are utilized. No or limited funding is the most common hindering factor for intervention sustainability [10, c.1-12]. Therefore, we first secure continuous funding and contracts to specifically finance sustainment strategies to be used. Second, we maintain teacher's skills through continued training, booster training sessions, supervision, and feedback. Third, students receive a short revision session every half a year after the implementation to review what they learned in the last lesson and discuss what has changed. Lastly, the effectiveness of the intervention is monitored after the implementation to check the sustainability of the CEC project.

Fidelity. The assessment of fidelity is an essential feature of program evaluations. Intervention fidelity has been defined as "the extent to which an intervention was delivered as conceived and planned—to arrive at valid conclusions concerning its effectiveness in achieving the target outcomes" [16, c.9]. It can be conceptualized and operationalized in terms of quantity (how much was done) or quality (how well it was done) of program implementation.

Implementation fidelity is systematically measured by collecting monthly teacher reports on the quantity as well as the quality of implementation of the CEC project during the trial. Several measures are included in the report such as (1) Frequency of implementation (= the sum of implemented lessons out of the total 10); (2) Duration of implementation (= the total duration of the lessons in hours); (3) Lesson preparation (= the total duration of the preparation in hours). The measures of lesson adherence and duration of lessons are chosen to reflect the quantity of implementation. The third measure, lesson preparation, is used as an indicator of the quality of implementation.

Conclusions. First of all, in order to disseminate our program, it will have to be scientifically monitored and published in journals to be known and recognized. To disseminate our program, the training of teachers will require a period of learning through experience and observation of teachers in countries that have tested the program first.

One of the greatest difficulties in the adaptation of this program may be the cultural and linguistic factors. Not only the translation of methods, but also its implementation in different cultures can become a serious obstacle slowing down the process of implementation.

In this way, a protocol and a certification that can be disseminated is applied more quickly and easily more or less adapt to each country. Political factors in the country will also have to be taken into account as equality is not recognized at the same level in every country. Countries that do not recognize the equal social and political status of women and men may not view our program favorably. The same goes for countries with social and economic inequalities that do not put in place the necessary public policies to reduce them due to lack of means or ideology. However, it is not conceivable to exclude certain principles of equality in order not to offend a country.

References

- Ahn, H. J., Garandeau, C. F., & Rodkin, P. C. (2010). Effects of classroom embeddedness and density on the social status of aggressive and victimized children. *The Journal of Early Adolescence*, 30(1), 76-101. <https://doi.org/10.1177/0272431609350922>
- Caravita, S. C., & Cillessen, A. H. (2012). Agentic or communal? Associations between interpersonal goals, popularity, and bullying in middle childhood and early adolescence. *Social Development*, 21(2), 376-395. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2011.00632.x>
- Cillessen, A., & Marks, P. (2011). Conceptualizing and measuring popularity. In A. Cillessen, D. Schwartz, & L. Mayeux (Eds.), *Popularity in the peer system* (pp. 25-56). New York, NY: Guilford.
- de Bruyn, E. H., Cillessen, A. H., & Wissink, I. B. (2010). Associations of peer acceptance and perceived popularity with bullying and victimization in early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 30(4), 543-566. <https://doi.org/10.1177/0272431609340517>
- Ellis, B. J., Volk, A. A., Gonzalez, J. M., & Embry, D. D. (2016). The meaningful roles intervention: An evolutionary approach to reducing bullying and increasing prosocial behavior. *Journal of Research on Adolescence*, 26(4), 622-637. <https://doi.org/10.1111/jora.12243>
- Garandeau, C. F., Ahn, H. J., & Rodkin, P. C. (2011). The social status of aggressive students across contexts: The role of classroom status hierarchy, academic achievement, and grade. *Developmental Psychology*, 47(6), 1699-1710. <https://doi.org/10.1037/a0025271>
- Garandeau, C. F., Lee, I. A., & Salmivalli, C. (2014a). Differential effects of the KiVa anti-bullying program on popular and unpopular bullies. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 35(1), 44-50. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2013.10.004>
- Garandeau, C. F., Lee, I. A., & Salmivalli, C. (2014b). Inequality matters: Classroom status hierarchy and adolescents' bullying. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(7), 1123-1133. <https://doi.org/10.1007/s10964-013-0040-4>
- García-López, L., Olivares, J., Hidalgo, M., Beidel, D., & Turner, S. (2001). Psychometric properties of the social phobia and anxiety inventory, the social anxiety scale for adolescents, the fear of negative evaluation scale, and the social avoidance and distress scale in an adolescent Spanish-speaking sample. *Journal of Psychopathology and behavioral assessment*, 23, 51-59.
- Hailemariam, M., Bustos, T., Montgomery, B., Barajas, R., Evans, L. B., & Drahota, A. (2019). Evidence-based intervention sustainability strategies: a systematic review. *Implementation Science*, 14(1), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s13012-019-0910-6>
- Kärnä, A., Voeten, M., Little, T. D., Poskiparta, E., Kaljonen, A., & Salmivalli, C. (2011). A large-scale evaluation of the KiVa antibullying program: Grades 4-6. *Child development*, 82(1), 311-330.
- Kovacs, M., & Preiss, M. (1992). *CDI. Children's Depression Inventory*. New York: Multi-Health Systems.
- Pellegrini, A. D., & Long, J. D. (2002). A longitudinal study of bullying, dominance, and victimization during the transition from primary school through secondary school. *British Journal of Developmental Psychology*, 20(2), 259-280. [doi:10.1348/026151002166442](https://doi.org/10.1348/026151002166442)
- Rabin, B. A., & Brownson, R. C. (2017). Terminology for dissemination and implementation research. In R. C. Brownson, G. A. Colditz & E. K. Proctor (Eds.), *Dissemination and implementation research in health: Translating science to practice* (2nd edn.). (pp. 19-46). New York, NY: Oxford University Press
- Reijntjes, A., Vermande, M., Olthof, T., Goossens, F. A., Van De Schoot, R., Aleva, L., & Van Der Meulen, M. (2013). Costs and benefits of bullying in the context of the peer group: A three wave longitudinal analysis. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 41(8), 1217-1229. <https://doi.org/10.1007/s10802-013-9759-3>
- Song M-K, Happ MB, Sandelowski M (2010) Development of a tool to assess fidelity to a psycho-educational intervention. *J Adv Nurs* 66:673-682
- Van den Berg, Y. H., Segers, E., & Cillessen, A. H. (2012). Changing peer perceptions and victimization through classroom arrangements: A field experiment. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 40(3), 403-412. <https://doi.org/10.1007/s10802-011-9567-6>
- Volk, A. A., Camilleri, J. A., Dane, A. V., & Marini, Z. A. (2012). Is adolescent bullying an evolutionary adaptation? *Aggressive Behavior*, 38(3), 222-238. <https://doi.org/10.1007/s42380-018-0005-y>
- Yeager, D. S., Fong, C. J., Lee, H. Y., & Espelage, D. L. (2015). Declines in efficacy of anti-bullying programs among older adolescents: Theory and a three-level meta-analysis. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 37, 36-51.
- Zwaan, M., Dijkstra, J. K., & Veenstra, R. (2013). Status hierarchy, attractiveness hierarchy and sex ratio: Three contextual factors explaining the status-aggression link among adolescents. *International Journal of Behavioral Development*, 37(3), 211-221.

Надійшла до редколегії 13.07.21
Рекомендована до друку 15.11.21

Катерина Пінчук, бакалавр
ORCID ID: 0000-0003-2462-1023;

Кристина Заліпська, бакалавр
ORCID ID: 0000-0001-5331-5581

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ПРОГРАМА-ІНТЕРВЕНЦІЯ ДЛЯ СТВОРЕННЯ РІВНОПРАВНИХ КЛАСІВ

Булінг і віктимізація поширені в підлітковому віці. У Серопі та Північній Америці приблизно 6 % учнів середніх шкіл змушуються з інших, а приблизно 10 % учнів зазнають знущань 2 або 3 рази на місяць. Крім того, підлітковий вік є чутливим періодом для соціального статусу. LaFontana та Cillessen (2009) показали явний пік у пріоритеті підвищення статусу в ранньому підлітковому віці. Ураховуючи, що проєкт CEC (Creating Equal Classroom) спрямований на зниження рівня булінгу через пом'якшення ієрархії статусу класу, сьомий клас є особливо актуальним етапом розвитку для реалізації цього проєкту-інтервенції.

Досліджувані: підлітки із сьомого класу середньої школи.

Методи: анкети, багаторівневе моделювання із Mrplus 8.0 для оцінювання ефектів інтервенції через вкладений характер даних, тренінги й обговорювання.

Короткий опис результатів і висновки: учні заохочують брати відповідальність за своє соціальне оточення та взаємодію з однокласниками. Запропонована програма ефективна для зниження частоти залучення підлітків до ситуацій булінгу. За допомогою цієї програми зменшилась кількість як ініціаторів, так і жертв булінгу.

Ключові слова: Булінг, рівність, учні 7 класу, віктимізація.

Денис Предко, канд. філос. наук, асист.
ORCID ID: 0000-0001-7760-6957

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

МОЛИТВА: ОСОБИСТІСНІ ФОРМИ ПРЕЗЕНТАЦІЇ

Розглянуто феномен молитви в контексті діалогу, у якому виражені різні рівні оприявлення "Я". Розглянуто закономірності виникнення, генезису і функціонування молитви як певної комунікації, у якій розгортається діалог – екзистенційно-персоналістична спрямованість особистості. Проаналізовано, з одного боку, специфіку і роль молитви в історичній генезі, а з іншого – її персоналізацію і тематизацію. Історичні форми уможливають як процес вирізнення молитви від інших мовних актів релігійного і нерелігійного характеру, так і дозволяють виявити особистісні аспекти комунікації релігійного відношення Я і Ти, особистості і персоналізованого надприродного. Досліджено співвідношення молитви та магійної культурної практики. Підкреслено, що в багатьох первісних спільнотах молитва набувала форми магійних замовлянь і заклинань, у яких волеативна компонента була домінуючою, причому міжособистісна комунікація розгорталася як горизонтальний зв'язок, завдяки якому відбувалася трансляція досвіду, його суто практична спрямованість. Натомість у християнській молитві переважають комунікативні зв'язки, які, по-перше, "вплетені" в контекст домінуючого вертикального відношення Я і Бог, а по-друге, визначають міжособистісні стосунки релігійної спільноти. Залежно від мети, яку переслідує людина, молитви мають різноваріативну персоналістичну спрямованість, однак загалом усі вони генерують смисли, спрямовані як на накопичення досвіду долати складної життєвої ситуації, так і на особистісне зростання.

Ключові слова: молитва, діалог, горизонтальні стосунки, вертикальні стосунки, релігійна віра, персоналіфікація Бога, молитва як психотерапія.

Вступ. Сьогоднішні пандемічні виклики змушують увесь світ замислитися над своїм майбутнім і уможливають шанси змінити ставлення до навколишнього довкілля, інших, самого себе. Карантинні умови, обмеживши спілкування людей, перевели в онлайн велику кількість звичних справ – роботу, покупки, наукові обговорення. У цих умовах людина, відчуючи психологічний дискомфорт, напругу, намагається віднайти ту точку опори, завдяки якій вона може ствердитися, отримати певну розраду та надію. Тим паче, ті незримі зміни, які сприймаються на рівні несвідомого, призводять до того, що ми починаємо сприймати Іншого, перш за все, як носія небезпеки, "вірусу". Як подолати бар'єри відчуження, той розрив зв'язків, завдяки яким людина самореалізується та здатна пом'якшити психологічний дискомфорт?

Серед духовно-особистісних практик подолання складних життєвих ситуацій особливо виділяється феномен молитви. Процес її рефлексування обумовлений багатоконтекстним та багаторівневим характером, що і потребує ґрунтовного дослідження, критичного осмислення та реінтерпретації. Молитва як доволі складний простір людської актуалізації, набуття людиною найвищого, найдосконалішого, адекватного її сутності стану власного буття, акумулюючи і сублімуючи суперечливі тенденції процесу людського самоздійснення, провокує інноваційні ідеї, які відповідають напряму необхідних змін людського життя, сприяє становленню нових духовних сенсів і адаптивних можливостей особистості. При цьому потрібно враховувати те, що релігійні феномени іноді вкрай складно вербалізувати, зокрема це стосується молитви як царини інтуїтивно-іраціонального, почуттєвого. Адже без з'ясування сутності молитви неможливо зрозуміти будь-яку релігію, вияснити особливості особистісних сенсів презентації людини.

Сьогодні віртуалізація релігійних практик, спричинена коронавірусною пандемією, переформатувала обрядово-культурну діяльність, що сприяло появі цілої низки "тематично-орієнтованих" молитов. До речі, однією з найпопулярніших молитов у Google у березні 2020 р. була молитва про коронавірус – прохання до Бога з метою убезпечення від хвороби, надання сил для протистояння їй та подяки медичним працівникам за їхню

титанічну роботу; понад половина вірян (зокрема 68 % католиків) декларували, що молилися про припинення поширення коронавірусу [20]. Така тематизація молитви була спричинена, з одного боку, тією загрозою, яку несе пандемія, а з іншого – намаганням захистити себе, своїх рідних від небезпек COVID-19.

Метою дослідження є теоретичне обґрунтування основних форм молитви, її особистісних рівнів комунікації.

Огляд літератури. При дослідженні такого складного й неоднозначного феномена як молитва дослідники часто звертаються до понять її структури, функцій, видів, системи культурної практики тощо. Але досить часто залишається нез'ясованим момент, чому в розвідках використовують саме такі номінації, тобто справа не в тому, що це невалідні терміни, а, скоріше, у тому, що подібна термінологія логічно потребує обґрунтування, яке б знімало деяку інтуїтивність і самоочевидність із начебто зрозумілих термінів. На нашу думку, саме особистісні форми презентації молитви прояснюють певною мірою цю ситуацію.

Сьогодні вчені, що вивчають потенціал молитви, шукають когнітивні напрями можливого дослідження – філософія молитви, молитва як духовний процес, психолінгвістика молитви тощо. Загалом проблему молитви досліджують переважно богослови (Я. Воронецький, П. Джонсон, Ю. Макселон, Дж. Пратт, І. Хопко та ін.), які передусім звертають увагу на її феномен як обрядово-культурну практику; релігієзнавці (І. Гудима, В. Москалець, К. Платонов, О. Предко, Т. Самаріна, Д. Угринович, Ф. Хайлер та ін.), які осмислюють її в контексті різних дисциплінарних релігієзнавчих утворень (історія релігії, соціологія релігії, філософія релігії тощо); психологи (В. Александровська, Б. Спілка, Ф. Василюк, Р. Грановська, Ю. Зенько, М. Мусхелішвілі, Д. Пейн, С. Сендейдж, К. Ледд, Т. С. Грінвей, К. Платонов, Ю. Шрейдер та ін.). Зазвичай психологи розглядають молитву як справжню сутність та душу (або центр) релігії; розкриваючи її психологію, вікові особливості, – як чинник подолання стресу тощо. Причому сучасні дослідники пов'язують молитву не тільки з канонічними традиціями духовного очищення та вдосконалення людини, а і з її повсякденною комунікацією з іншими людьми та самою собою, пізнавальними актами й мотивацією, подо-

© Предко Денис, 2021

ланням стресу і психологічним здоров'ям, копінгом і адаптацією тощо. Наприклад, Б. Спілка та К. Л. Ледд [17] намагаються віднайти підхід до з'ясування ролі молитви в різних життєвих ситуаціях особистості, дослідити ті мотивуючі чинники, які її ініціюють та актуалізують. Цілком погоджуємося з авторами, що "загалом спроби загерметизувати молитву в кількох лаконічних словах, імовірно, позбавлять її потенційної наукової глибини. Ми пропонуємо, що краще б визначення "молитви" передбачало звернення в сторону – або навіть у сторони – когнітивних здібностей (пізнання) того, хто молиться, його мотивів, особистості та соціальної поведінки" [17, с. 30]. Значна частина дослідників підкреслюють, що смисловий діапазон молитви значно ширший, аніж просто людська діяльність. М. Полома та М. Лі підкреслюють, що молитва включає як "активний" вимір людської діяльності, так і її "сприйнятливий" можливості. Саме "сприйнятливий" вимір дозволяє молитві переходити від монологу до діалогу з Божественним і далі — до містичного єднання" [22, с. 146]. Отже, в такому випадку молитва як діалог у просторі людського та Божественного набуває синергійного ефекту. До речі, на цей аспект молитви звертає увагу Ф. Василіук, підкреслюючи, що "в синергійній психотерапії... центром кристалізації всієї психотерапевтичної теорії та практики має стати молитва" [3]. Натомість В. Москалець досліджує психологічні аспекти молитви в контексті типології молитов, зазначаючи, що "молитву можна вважати спонтанним, органічним особистісним виявом релігійності..." [13, с. 83]. Віддаючи належне науковій значущості доробку названих вище авторів, варто відзначити водночас важливість всебічного і систематичного вивчення методологічного потенціалу молитовного феномена, його особистісних характеристик, які виступають і як конструктивні стратегії подолання складних життєвих ситуацій, і як вагомий ресурс особистісного самозбереження і саморозвитку.

Виклад основного матеріалу. Відомі дослідники Б. Спілка та К. Л. Ледд у фундаментальній праці "Психологія молитви. Науковий підхід" зазначають, що "молитва – це відповідь на комунікативну поведінку, офарбовану індивідуальними мотивами (напр. бажаннями чи прагненнями), які закладені в простому факті буття людини" [17, с. 27]. Отже, молитва є комунікативною практикою, у якій формується діалог, зв'язок між Я та Іншим. При цьому в молитовному процесі наявні певні складові: той, хто звертається, об'єкт звернення, текстуальне оформлення, які між собою взаємопов'язані. Цей процес вирізняється надзвичайними особистісними відчуттями, які виявляються як розмаїті душевні акти та стани.

Зазвичай постійним джерелом відтворення розриву між бажаним цілепокладанням і реальною дійсністю є ірраціональний ефект, що виражається в непередбачених і часто-густо негативних для людини наслідках її молитовного звернення. Наслідком цього ефекту стає стан духовного сум'яття, що лише підсилює почуття страждання. Саме такий ефект можна відстежити в багатьох архаїчних цивілізаціях. Наприклад, при виборі відношення до богів стародавній месопотамець коливався між тактикою "благочестивої людини" і гірким усвідомленням того, що боги поведуться занадто довільно і незрозуміло, щоб на них можна було покладатися. Цілі спілкування з богами в будь-якому випадку були одні й ті самі – забезпечення життєвих благ того, хто в це спілкування вступає. Перш за все, від богів прохали удачі, багатства, здоров'я – в обмін на молитви і жертвоприношення. У той самий час люди не чекали від них

особливої справедливості, дбайливості, великодушності або послідовності. "Загалом при виборі стосунків між собою та богами стародавні месопотамці намагалися їх "гармонізувати", з одного боку, їх задобрити молитовним зверненням та жертвоприношеннями, а з іншого – очікувати від них заступництва, певної вдячності. Коли ж порушувався цей "бартер", людина була невдоволеною, роблячи закиди богам у їх зарозумілості. Щоправда, були й випадки, коли месопотамці намагалися з'ясувати занадто примхливу поведінку богів, запитуючи їх про те, чим же вони завинили перед своїми покровителями" [15, с. 43]. Тут ідеться про порушення принципу паритетності в системі молитовного цілепокладання, де людина намагається знайти йому виправдання – покаятися і тим самим заручитися підтримкою богів. Однак такий діалог активізував, мотивував виникнення у стосунки "людина-Бог", сприяв трансформації негативних почуттів у позитивні, служив могутнім знаряддям зняття надмірної психологічної напруги, досягнення стану спокою, задоволення.

Проте первісні релігійні уявлення, відтворені в текстах, були позбавлені морального характеру – переважно вони мали практичний характер. Із часом, коли такі уявлення набувають характеру морально-особистісних регуляторів, за ними закріплюються певні максими, що мають статус канонічних стандартів. Такі поведінкові стандарти-алгоритми закріплювалися в особистісних наративах – певних копінг-стратегіях. Саме до таких феноменів належали замовляння, заклинання, заговори як своєрідний магічний молитвослов язичництва. Це була не лише особлива сила слова, а особливий стан світу й людини, особливий діалог людини зі світом. Замовляння як тексти, що функціонують у сакральній сфері буття народу й людини, виявляють різні аспекти реалізації магічної функції мови, репрезентують своєрідну картину світу, виступають продуктом особливої світоглядної системи. Наприклад, у східних слов'ян існувала у свідомості так звана "таємна наука", уміння поєднувати слова таким чином, що вони могли вилікувати або накликати хворобу, позбавити небезпеки або згубити людину. Слово могло накладатися на воду, зілля, речі, щоб надати їм цілющої або пагубної сили. Слово могло перетворити людину на тварину, дерево, камінь. Люди вірили, що той, хто відав силу, за допомогою слова міг летіти в повітрі, не тонути у воді, не горіти у вогні – володіти і повелівати Всесвітом. Замовляння промовлялося безпосередньо над людиною або над річкою, що діяла на людину [10, с. 278–279]. Причому "спеціалізація" замовлянь була досить широка: починаючи від магічних впливів на сили природи до любовного привернення хлопця чи дівчини. При цьому побутує думка, що замовляння, привороти при широкому розповсюдженні послаблюють або можуть і зовсім втратити магічну силу. Ось яке замовляння було поширене в Чернігівській області (автор особисто записував замовляння серед місцевих жителів). Щоб приворожити хлопця, дівчина повинна була сказати: "Трясу кладкою, кладка водою, а вода купиною, а купина чортами, а чорти хлопцем (ім'я), щоб його трясли, трясли та й до мене принесли, до народженої, хрещеної, молитвенної раби Божої (ім'я)". Як бачимо, це замовляння має синкретичний характер, оскільки в ньому вже поєднуються як язичницькі, так і християнські нашарування. Однак у цьому замовлянні все-таки переважає діалог у горизонтальній площині як свідомий вплив людської волі на іншу людину, що уможливлює зміцнення міжособистісних, любовних стосунків. Проте в історичній генезі пос-

тупово втрачається магічний смисловий горизонталізм таких замовлянь, набуваючи сакрального статусу безпосередньо в іншому вимірі – вертикальному "людина-Бог", який починає формувати морально-особистісний простір життя людини.

Варто зазначити, що спершу магічні замовляння та заклинання, які характеризувалися примусовим впливом на царину утаємниченого та почуттям залежності, були повністю підпорядковані Іншому – надприродному; особистісні інтенції людини лише окреслювалися, набуваючи прохального характеру. Це, скоріше, вербальна компонента, яка супроводжувала процес жертвоприношення, у якій почуття залежності поступово змінювалося бажанням служіння. Цей новий елемент зв'язку набуває текстуального оформлення у вигляді славословів, подяк тощо, в яких посилюються, інтимізуються стосунки людини із цариною надприродного. У таких вербалізованих ритуальних формах магії практикуються горизонтальні форми комунікації, власне, контакти із цілком матеріальними речами та явищами. У цьому контексті формується відчуття містичного як одна із основних ознак первісного мислення. Л. Леві-Брюль підкреслював: "З погляду первісної людини ці засоби і прийоми повинні мати магічну силу, так би мовити, бути огорнуті, у результаті особливих операцій, містичною міццю, так само, як у сприйнятті первісної людини об'єктивні елементи включені в містичний комплекс" [11, с. 214]. Таким чином, усе навколишнє довкілля проникнуто феноменом містичного – нуменозною силою. М. Еліаде підкреслював, що наслідування божественним моделям зумовлює такі результати: з одного боку, імітуючи богів, людина має шанс перебувати в сакральному полі, а отже, і в реальному світі, а з іншого – завдяки безперервному відновленню взірцевих божественних актів світ освячується, і релігійна поведінка людини сприяє підтримці святості світу [19, с. 299]. Якщо ж людство наслідує цей шлях і дотримується цих приписів, то не порушується зв'язок між цариною світського, профанного та сакрального. Якщо ж спостерігається певний розрив між ними – дисгармонія, то в цьому випадку ми маємо справу з покаранням за порушення такого порядку. Отже, упродовж тривалого часу замовляння, заклинання були найважливішим знаряддям накопичення індивідами певного особистісного потенціалу, який передавався від учителя до учня, забезпечуючи трансляцію знань.

Зазвичай поза живим релігійно-культуовим контекстом молитовне слово – уже не містична дія, а просто спосіб самоактуалізації. Власне, це терапія, психологічний прийом, що надихає людину змінювати світ. Світська молитва – це часто-густо звичайний метод самомотивації. Вона не спрямована на те, щоб спонукати Бога втрутитися в ситуацію або змінити зовнішні обставини. Невіруючий молиться за справедливість, зцілення, допомогу та мир із думкою, що все це станеться. Людина, що молиться з таким підходом, очікує не божественного втручання, а людської діяльності. Власне, вона спасається не благодаттю, а справами. Наприклад, "Молитва за Україну" О. Кониського [9] є духовним гімном української держави, поетичним, музичним твором. Її можна віднести до складової світського культу, який, у свою чергу, є комплексом світських ритуалів поклоніння людині, нації, історії тощо. При цьому погоджуємося з думкою Ю. Коваленко, що "в певних культурах молитва як стратегія копіювання є прийнятною та навіть такою, що заохочується. Разом з тим

у світських культурах молитва як стратегія копіювання може бути прийнятною лише в окремих ситуаціях, за відсутності більш активних способів розв'язання кризової ситуації" [9, с. 135].

Зазвичай молитва є фундаментальною складовою ритуально-культуової дії, містичним спілкуванням людини і Бога, що здійснюється у свідомості молільника і матеріалізується в ритуальному слові, зверненому до Бога із прославлянням, благанням, проханням або подякою. Отже, домінантною ознакою молитви є спілкування трансцендентного характеру, яке стає джерелом богопізнання, досягнення внутрішньої досконалості. "Зокрема, взаємодія з Богом через молитву надає особистості: 1) іншого, на кого можна висловити й виплеснути гнів; 2) позитивні оцінки, які допомагають підвищити самооцінку та зменшити смуток; 3) реінтерпретаційні думки, завдяки яким ситуації здаються менш загрозливими і, отже, менш страшними; 4) іншого, з яким можна взаємодіяти, щоб "виокремити" негативні стимули, що викликають емоції; і 5) модель управління емоціями з метою імітації та пом'якшення почуття гніву" [23, с. 418]. Отже, діалог "людина-Бог" засвідчує якісні особистісні зміни, які сприяють як самоактуалізації, так і збереженню самоідентифікації в конкретній життєвій ситуації.

У цьому контексті для нас методологічно важливими є ідеї про життєву ситуацію у статті І. Ващенко та І. Ананєвої "Особистість і життєві ситуації у концептуальному просторі психологічної науки" [4]. Однак виникає питання про об'єднувальний, методологічний каркас різних аспектів зазначеного феномена, завдяки якому можна глибше осягнути життєві ситуації не лише з погляду ситуативності як одиничного факту, а і як різновариативного та багаторівневого феномена. Загалом, погоджуючись із думкою авторів про те, що "методологічний аналіз життєвої ситуації містить три рівні: життєва ситуація як умова життя людини; ситуація як етап життєвого шляху особистості; формування ставлення особистості до ситуації" [4, с. 69], усе ж варто зазначити, що такі "зрізи" є необхідними, але недостатніми в контексті осмислення молитви як оприявленої життєвої ситуації. Вважаємо, що в цьому контексті варто вести мову також про ситуацію як набуття життєвого досвіду, певну досвідченість, генеруючу складову життєвих ситуацій, те, що переживається людиною, може розумітися не лише як особистісний досвід, але й як настанова свідомості загалом. Адже "щоб стати осмисленими подіями екзистенційного досвіду, вихідні переживання людини, що відображають її значущі контакти зі світом і самою собою, мають бути категоризовані, підведені під якесь поняття, що розділяється нею, уявлення, універсалії або цінності. "Складання уявної структури" є ходом свідомості, спробою людини розібратися в життєвому різноманітті, яке вона дала їй зовні й у ній самій. Щоб розплутати досвід, треба внести в нього структуру смислів" [7, с. 63]. Тут ідеться як про набуття молитовного досвіду як особистісної та міжособистісної форми його передання, так і його смислів, які задають певний комунікативний стандарт.

У християнстві молитва зазнає певної модифікації – відкриваються нові можливості у сфері особистої комунікації із Богом. Цей процес набуває специфічного духовного єднання із Творцем, підґрунтям якого стає релігійна віра, яка конструє власне, специфічне ставлення до тексту, до слова: "... З усіх сил, які має людство, ідеали релігійної віри, сили віри завжди були наймогутнішими. Дати людині віру – значить удесяте-

ла сміливість до самопізнання, самоосмислення, то вона неодмінно "отримає" статус суб'єкта внутрішнього діалогу. Чи набуде цей діалог форми та змісту молитви, значною мірою залежить від її світоглядної позиції та презентативних особистісних смислів.

Безперечно, "система відносин "людина-Бог" передбачає діалогічну взаємодію, у якій, з одного боку, відображаються особистісні мотиви, прохання про допомогу людини, а з іншого – відповідь або допомога Бога, його відгук на сподівання віруючого. Таким чином формується певна персоніфікація Бога, наприклад Бог-суддя, Бог-повелитель, люблячий Бог-батько" [14, с. 87] та відповідна форма молитви. Таким чином, найважливіші зміни, що відбуваються у молитовному зверненні, – це персоніфікація образу Бога. Важливо зазначити, що з віком образ Бога як регулятор поведінки може змінюватися або ж розширювати свої функції: якщо для дитини Бог є передусім суворим суддею, який може покарати, то в юному віці відбуваються зміни і Бог стає морально-етичним взірцем для наслідування. Українська дослідниця Н. Савелюк зазначає: "Від осіб ми отримали повноцінні зафіксовані тексти персоналізованих релігійних дискурсів, у яких експлікувалися два "Я" суб'єкта, котрі так чи інакше комунікували: Его-стан як стимул ("Моя молитва") та як уявна реакція на нього ("Відповідь Бога")" [16, с. 224]. У цьому дослідженні встановлено, що "у процесі персональної молитви як звертанні до Бога з певними проханнями, подяками, покаєннями, уславленнями експлікується насамперед гармонійна комунікативна трансакція "Дитина/Батько" (у 31,45 % осіб). Отже, Бог для майже третини досліджених респондентів – це безумовно люблячий "Батько". З усім тим доволі частими є дисгармонійні, конфліктні трансакції різних типів – "Дитина/Батько", "Дитина/Дорослий", "Дорослий/Дорослий" (приблизно у 40 % осіб)" [16, с. 232]. Оскільки образ Бога для віруючої людини є не лише носієм якогось глибокого потаємного смислу, то він співвідноситься з її актуальною життєвою ситуацією, реальністю почуттєвого досвіду, того, що вона переживає щоденно, що є найбільш значущим для її життєтворення. Тільки персоналізовані уявлення про Бога-особистість є підмур'ям безпосередніх відносин із Ним. Саме вони є основою того виду молитви, що виникає і стає можливою як діалог.

В оповіданні сучасного французького прозаїка, драматурга, сценариста, есеїста, письменника Е. Шмітта (захистив докторську дисертацію із філософії) "Оскар і Рожева пані" [18] розповідається про десятирічного хлопчика Оскара, невиліковно хворого на рак. Хіміотерапія не принесла йому одужання – хлопчик почувається доволі самотнім. Пом'якшити ситуацію намагається Рожева пані (у лікарні з дітьми працюють доглядальниці – Рожеві пані), яка, дивлячись на муки хлопчика, пропонує йому захоплюючу гру – викладати свої думки, мрії, прохання у листах до Бога. При цьому він мав уявити, що кожен прожитий день – це прожите десятиліття. І Оскар щиро повірив у існування того образу Бога, який він створив, і його віра була тією молитовною силою, завдяки якій він зміг прожити ще один день і написати ще один лист. Отже, у цьому випадку ми бачимо, що сконструйована модель молитви-діалогу хлопчика з Богом, виконуючи психотерапевтичну роль, дозволила йому ствердитися, пережити і прожити життя таким, яким він його уявив.

Висновки. Таким чином, у молитві як особистісній формі презентації схоплюється відношення особистості до царини Божественного, що розкривається через відповід-

ний діалог, який вирізняється різними рівнями міжособистісних стосунків. У молитві виражаються взаємозв'язки між особистістю та різними життєвими ситуаціями. Молитва, з одного боку, – це своєрідна відповідь на певний життєвий виклик, а з іншого – діалог, характерними особливостями якого є співдія, взаємозалучення як царин суто людського, так і суто Божественного.

У первісних молитвах (замовляння, заклинання тощо) діалог вирізнявся переважно горизонтальними зв'язками, що розгортаються у просторі як із цілком матеріальними речами, явищами, людьми, так і богами. У таких молитвах переважає магічна компонента, її здатність впливати з метою отримання результату. Причому горизонтальний "зріз" вирізняється схопленням ситуації "між", що здебільшого виражається в міжособистісних стосунках, які набувають статусу діалогу, що передає, транслює досвід первісної людини й засвідчує рівень її особистісної зрілості. У християнстві дещо змінюються смислові нюанси молитви. Для неї домінуючим стає вертикальний діалог, характерними особливостями якого є, з одного боку, "відкритість" запитів особистості, які тематизуються залежно від мети, з якою людина звертається до Бога, а з іншого – персоналізований та індивідуально спрямований його відгук. Саме вертикальний "зріз" визначає горизонтальні міжособистісні стосунки тієї чи іншої релігійної спільноти, сприяє передаванню досвіду через канонічні тексти чи певні артефакти. Молитва-комунікація, з одного боку, стає центральним елементом обрядово-культових практик, а з іншого – засвідчує як здатність до адаптації, так і рівень особистісного зростання.

Перспективами подальших досліджень видаються роботи, у яких досліджуються індивідуально-психологічні аспекти молитви, які виступають своєрідним маркером процесу становлення особистості, її зрілості в конкретній життєвій ситуації. Саме цей аспект уможливить поглиблення дослідницького ракурсу осмислення мотивуючих чинників молитви і дозволить розкрити проблему її зв'язку із процесом становлення релігійної особистості, формуванням у неї різних моделей екзистенційно-персоналістичної ідентифікації та презентації "Я".

Список використаних джерел

1. Біблія або Книги Святого Писма Старого й Нового Заповіту. Київ : Українське біблійне товариство, 2002. 1159 с.
2. Бубер М. Два образа веры / под ред. П. С. Гуревича, С. Я. Левит, С. В. Лезова. Москва : Республика, 1995. 464 с.
3. Василюк Ф. Переживание и молитва (опыт общепсихологического исследования). Москва : Смысл, 2005. URL : <https://libking.ru/books/sci/sci-psychology/296566-fedor-vasilyuk-perezhivanie-i-molitva.html>
4. Ващенко І., Ананова І. Особистість і життєві ситуації у концептуальному просторі психологічної науки. *Проблеми сучасної психології*. 2019. № 46. С. 59-87. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2019-46.59-87>
5. Грановская Р. М. Психология веры. 2-е изд., перераб. Санкт-Петербург : Питер, 2010. 480 с.
6. Джеймс У. Воля к вере. Москва : Республика, 1997. 431 с.
7. Касавина Н. А. Экзистенциальный опыт: переживание пути и становление структуры. *Вопросы философии*. 2013. № 7. С. 63-72.
8. Коваленко Ю. В. Етнорелігійна ідентичність молоді як чинник поведінки подолання стресової ситуації: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2020. 350 с.
9. Кониский О. Молитва за Україну. URL : <https://www.ukrlib.com.ua/books/printit.php?tid=7335>
10. Костомаров М. І. Слов'янська міфологія : вибрані праці з фольклористики й літературознавства. Київ : Либідь, 1994. 384с.
11. Леви-Брюль Л. Первобытное мышление. Москва : Академический проект, 2015. 430 с.
12. Лири Т., Стюарт Н. и др. Технологии изменения сознания в деструктивных культах / под ред. И. Митрофановой. Санкт-Петербург : Экслибрис, 2002. – 224 с.
13. Москалец В. П. Психология религии : посібник. Київ : Академвидав, 2004. 240 с.

14. Предко Д. Є. Релігійні почуття: сутність та особливості прояву. Київ : ВАДЕКС, 2018. 156 с.
15. Предко О. І. Молитва як діалог людини та Бога: релігійнознавчий аспект. *Софія. Гуманітарно-релігійнознавчий вісник*. 2019. № 1 (13). С. 42-46.
16. Савелюк Н. Его-стани та образ Бога в персональній молитві: психолінгвістичний аналіз. *Psycholinguistics*. 2020. № 27 (1). С. 219-236. DOI: <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2020-27-1-219-236>
17. Спилка Б., Ледд К. Л. Психология молитвы. Научный подход. Пер. с англ. Харьков : Гуманитарный центр, 2015. 256 с.
18. Шмтт Е. Оскар і Рожева пані. URL : <http://liturok.in.ua/svitlit/6clas/hrestomatia6/54-erk-emmanuel-shmtt-oskar-rozheva-pan.html>
19. Элиаде М. Избранные сочинения: Миф о вечном возвращении; Образы и символы; Священное и мирское / пер. с фр. А. Васильевой, Ю. Стефанова, Н. Гарбовского. Москва : Ладомир, 2000. 414 с.
20. Meza D. In a Pandemic Are We More Religious? Traditional Practices of Catholics and the COVID-19 in Southwestern Colombia. *International Journal of Latin American Religions*. P.1-17. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s41603-020-00108-0>
21. Paine D. R., Sandage S. J. Disappointment in God and Relational Spirituality: Moderator Effects for Meditative Prayer. *Journal of Psychology and Theology*. 2019. <https://doi.org/10.1177/0091647119870296>
22. Poloma M. M., Lee M. T. From prayer activities to receptive prayer: godly love and the knowledge that surpasses understanding. *Journal of Psychology and Theology*. 2011. № 39(2). P. 143-154. DOI: <https://doi.org/10.1177/009164711103900205>
23. Sharp S. How Does Prayer Help Manage Emotions? *Social Psychology Quarterly*. 2010. № 73(4). P. 417-437. DOI: <https://doi.org/10.1177/0190272510389129>

References

1. Bible (2002). Ukrainian Bible Society. [in Ukrainian].
2. Buber, M. (1995). *Dva obraza very* [Two types of faith]. Respublika. [in Russian].
3. Vasiljuk, F. E. (2005). *Perezhivanie i molitva (opyt obshhepsichologicheskogo issledovaniya)* [Experience and prayer (psychological research)]. Smysl. [in Russian].
4. Vashchenko, I., & Ananova, I. (2019). A Personality and Life Situations in the Conceptual Area of Psychology. *Collection of Research Papers "Problems of Modern Psychology"*, 46, 59-87. DOI: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2019-46.59-87> [in Ukrainian].
5. Granovskaja, R. M. (2010). *Psihologija very* [Psychology of faith]. Piter. [in Russian].
6. James, W. (1997). *Volja k Vere* [The Will to Believe]. Respublika. [in Russian].
7. Kasavina, N. A. (2013). *Jekzistencial'nyj opyt: perezhivanie puti i stanovlenie struktury* [Existential experience: experiencing the path and becoming a structure]. *Voprosy Filosofii*, (7), 63-72. [in Russian].
8. Kovalenko, Yu. V. (2020). *Etnoreligijna identychnist' molodi yak chy'nny'k povedinky' podolannya stresovoyi sytuaciyi* [Ethno-religious identity of young people as a factor in behavior to overcome stressful situations]. (Candidate's thesis). Kyiv. [in Ukrainian].

9. Kony's'kyj, O. (n. d.) *Moly'tva za Ukrainu*. Retrieved from: <https://www.ukrlib.com.ua/books/printit.php?id=7335> [in Ukrainian].
10. Kostomarov, M. I. (1994). *Slov'yans'ka mifologiya: Vybrani praci z fol'klory'sty'ky' j literaturoznavstva* [Slavic Mythology: Selected Works in Folklore and Literary Studies]. Lybid. [in Ukrainian].
11. Levy-Bruhl, L. (2015). *Pervobytnoe myshlenie* [How Natives Think]. Akademicheskij projekt. [in Russian].
12. Leary, T., & Stuart, M. (2002). *Tehnologii izmenenija soznaniya v destruktivnyh kul'tah*. Jekslibris [Technologies for Alteration of Consciousness in Destructive Cults]. Jekslibris. [in Russian].
13. Moskalec, V. P. (2004). *Psy'xologiya religiyi. Posibny'k* [Psychology of religion]. Akademvy'dav. [in Ukrainian].
14. Predko, D. Ye. (2018). *Religijni pochuttya: sutnist' ta osoblyvosti proyavu: monografiya* [Religious feelings: essence and features of manifestation: monograph]. VADEX. [in Ukrainian].
15. Predko, O. (2019). Prayer as a dialogue between person and God: the religious aspect. *SOPHIA. Human and Religious Studies Bulletin*, 13(1), 42-46. <https://doi.org/10.17721/sophia.2019.13.10> [in Ukrainian].
16. Savelyuk, N. (2020). Ego States and the Image of God in Personal Prayer: Psycholinguistic Analysis. *Psycholinguistics*, 27(1), 219-236. <https://doi.org/10.31470/2309-1797-2020-27-1-219-236> [in Ukrainian].
17. Spilka, B., & Ladd, K. L. (2015). *The psychology of prayer: A scientific approach*. Gumanitarnyj centr. [in Russian].
18. Schmitt E. Oscar and the Lady in Pink. Retrieved from <http://liturok.in.ua/svitlit/6clas/hrestomatia6/54-erk-emmanuel-shmtt-oskar-rozheva-pan.html> [in Ukrainian].
19. Eliade, M. (2000). *Izbrannye sochineniya: Mif o vechnom vozvrashhenii; Obrazy i simvoly; Svjashhenoe i morskoe* [Selected works: Eternal return, Images and symbols, The Sacred and the Profane]. Ladomir [in Russian].
20. Meza D. (2020). In a Pandemic Are We More Religious? Traditional Practices of Catholics and the COVID-19 in Southwestern Colombia. *International Journal of Latin American Religions*, 1-17. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s41603-020-00108-0>
21. Paine, D. R., & Sandage, S. J. (2019). Disappointment in God and Relational Spirituality: Moderator Effects for Meditative Prayer. *Journal of Psychology and Theology*. <https://doi.org/10.1177/0091647119870296>
22. Poloma, M. M., & Lee, M. T. (2011). From prayer activities to receptive prayer: godly love and the knowledge that surpasses understanding. *Journal of Psychology and Theology*, 39(2), 143-154. DOI: <https://doi.org/10.1177/009164711103900205>
23. Sharp, S. (2010). How Does Prayer Help Manage Emotions? *Social Psychology Quarterly*, 73(4), 417-437. <https://doi.org/10.1177/0190272510389129>

Надійшла до редколегії 10.09.21
Рекомендована до друку 15.11.21

Denys Predko, Candidate of Philosophical Sciences (PhD), Assist. Prof.
ORCID ID: 0000-0001-7760-6957
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

PRAYER: PERSONALITY FORMS OF PRESENTATION

The phenomenon of prayer is studied in the context of a dialogue, in which different levels of perception of "Self" are expressed. The article examines the regularities of the emergence and functioning of prayer as communication in which a dialogue unfolds – the existential orientation of personality. It is analyzed, on the one hand, the specificity and role of prayer in the historical genesis, and on the other, its personalization and thematization. Historical forms allow both the process of distinguishing prayer from other linguistic acts of a religious and non-religious nature and to identify the aspects of communication of the religious relationship between "Self" and "You", the personality and the personalized supernatural. The relationship between prayer and magical cult practice has been carried out. It is emphasized that in many primitive communities, prayer took the form of magical incantations and spells, in which the will component was dominant. Moreover, interpersonal communication unfolded as a horizontal connection, due to which there was a transfer of experience, it's purely practical orientation. Christian prayer, on the other hand, is dominated by communicative ties, which, first, are "woven" in the context of the dominant vertical connection between "Self" and God, and, second, are determined by the interpersonal relationships of the religious community. Depending on the goal pursued by a person, prayers have a different personalistic orientation. However, in general, they all generate meanings aimed both at accumulating experience in overcoming difficult life situations and at personal growth.

Keywords: prayer, dialogue, horizontal connection, vertical connection, faith, personification of God, prayer as psychotherapy.

ЦІННІСНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ПІДЛІТКА

Розглянуто актуальність оцінки та розвитку ціннісного потенціалу сучасного підлітка. Проаналізовано підходи до проблеми, зокрема й на теренах європейського наукового співтовариства. Показано вплив ціннісного потенціалу підлітка на характер його поведінки в сучасній психосоціальній реальності. Досліджено смисложиттєві орієнтації підлітків за методикою СЖО Д. О. Леонтьєва. Проведено ґрунтовне дослідження інструментальних і термінальних цінностей за допомогою методик М. Рокича та І. Г. Саніна, їх вплив на життєві сфери особистості підлітка. Показано зв'язок актуальних цінностей і смислів сучасних підлітків із провідною діяльністю та соціальною ситуацією розвитку особистості в підлітковому віці. Доведено важливість розвитку ціннісно-смислової сфери підлітка та реалізації його ціннісного потенціалу.

Ключові слова: ціннісний потенціал, смисложиттєві орієнтації, інструментальні цінності, термінальні цінності.

Аналіз проблеми. Наше сьогоденне життя проходить під знаком змін у суспільстві, і від вибору шляхів розвитку залежить наше майбутнє. Безсумнівно, вибір сучасних підлітків закладає основи їхнього майбутнього статусу, і цей вибір, життєві цінності формуються не без допомоги старшого покоління – батьків, учителів.

Вивчення ціннісних орієнтацій підлітків дає можливість виявити ступінь їхньої адаптації до нових соціальних умов і її інноваційний потенціал. Від того, який ціннісний фундамент буде сформований, багато в чому залежить майбутній стан суспільства.

Багато рішень, прийнятих у підлітковому віці, можуть впливати на людину все життя. Цінності підлітка будуть впливати на його/її рішення при виборі коледжу і кар'єри, професійної діяльності, друзів і романтичних партнерів; проведення вільного часу і прийняття на себе відповідальності. Отже, варто докласти зусиль, щоб допомогти підлітку визначити і зрозуміти свої цінності та потенційні наслідки їх прийняття і зробити правильний вибір самостійно.

Особиста цінність – це довготермінова ціль, що розрізняється за важливістю, настановами і лежить в основі керування поведінкою [5; 11]. Особиста цінність поділяється на два основні компоненти: зміст цінності та відданість їй [8; 9]. Зміст цінностей – це те, що люди вважають актуальним, цінним, вартим уваги, наприклад влада, досягнення, гедонізм, мотивація, самостійність, універсалізм, доброзичливість, традиції, конформізм і безпека [8]. Відданість цінностям показує, наскільки людина діє відповідно до них [4].

Особисті цінності формуються в підлітковому віці, що може вплинути на довготермінову перспективу становлення індивідуальності, поведінку і, нарешті, на здоров'я і благополуччя [5; 11]. Дослідження показали, що особисті цінності в підлітковому віці – як зміст, так і відданість ним – пов'язані з позитивним психічним благополуччям [7; 9]. Однак жодне дослідження не прояснило зв'язок між особистими цінностями в підлітковому

віці та психіатричними симптомами, такими як депресія і тривога. Вивчення такого зв'язку важливе, тому що це може допомогти дослідникам дізнатися, чи можуть особисті цінності поліпшити психічне здоров'я і запобігти психічним розладам у зрілому віці.

Вважають, що особисті цінності розвиваються в результаті психологічних процесів, у ході яких підлітки набувають здатності контролювати конфлікт між засвоєними цінностями і реальною поведінкою [5], і є дуже стабільними в часі [6]. Таким чином, особисті цінності, засвоєні в підлітковому віці, можуть впливати на здоров'я і благополуччя протягом усього життя. На жаль, існує обмежена кількість доказів, що підтверджують цю гіпотезу. Наприклад, перехресні дослідження, засновані на ретроспективних спогадах респондентів, показали, що низькі особисті цінності в підлітковому віці були пов'язані із суїцидальними ідеями протягом усього життя, а також суїцидальними ідеями і психологічним стресом у дорослому віці [13; 14]. Дослідження, проведене серед працюючого населення, показало, що високі особисті цінності в підлітковому віці пов'язані із психічним здоров'ям і благополуччям у дорослому віці [12].

Методологія дослідження. Для вивчення ціннісного потенціалу підлітка було застосовано методику Д. О. Леонтьєва СЖО [1]. Актуальність вибору методики зумовив її інструментальний і смисловий характер. Сформульовані Д. О. Леонтьєвим ціннісні орієнтації пролонговані у часі, впливають на мотивацію, ставлення до себе і формують стиль життя і поведінку особистості. Зазначені цінності лежать в основі формування ставлення до життя, до себе та інших, що закладаються саме в підлітковому віці.

Дослідження було дистанційним, анонімним і добровільним. Ураховувалися лише статі та вік досліджуваних. Також указувалися клас і місто. У дослідженні взяли участь 500 школярів 13–15 років із різних регіонів України (Західний, Центральний, Північний). Отримані результати відображено у табл. 1.

Таблиця 1

Смисложиттєві орієнтації підлітків

	Цілі	Процес життя	Результативність	Локус контролю Я	Локус контролю Життя	Осмисленість життя
Низькі	8 %	16 %	6 %	4 %	18 %	12 %
Середні	70 %	70 %	58 %	72 %	54 %	64 %
Високі	22 %	14 %	36 %	24 %	28 %	24 %

Наведена таблиця відображає кількість респондентів у відсотковому співвідношенні, що мають вищеза-

значені ціннісні орієнтації на певному рівні (середньому, високому та низькому). Варто зазначити, що серед ре-

зультатів превалюють середні показники. Це може свідчити про те, що в більшості респондентів ціннісні орієнтації перебувають на етапі формування, вони дійсно важливі та актуальні для підлітків. Зобразимо дані у вигляді діаграми (рис. 1).

Також цінності підлітків досліджено за допомогою методик "Тест ціннісних орієнтацій" М. Рокича [2] та опитувальника термінальних цінностей (ОТЦ) І. Г. Сеніна [3]. При обробленні результатів дослідження використано як кількісний, так і якісний аналіз.

Розглядаючи й аналізуючи отримані дані, можна сказати, що в підлітків, які брали участь у дослідженні, на перший план у системі термінальних цінностей (табл. 2) виступає загальнолюдська цінність особистого щастя – матеріально забезпечене життя. На наш погляд, це пояснюється тим, що підлітки хочуть отримати гідну освіту, красиво і модно одягатися, цікаво і весело проводити вільний час, а також багатого життя, що пов'язано з особливостями віку.

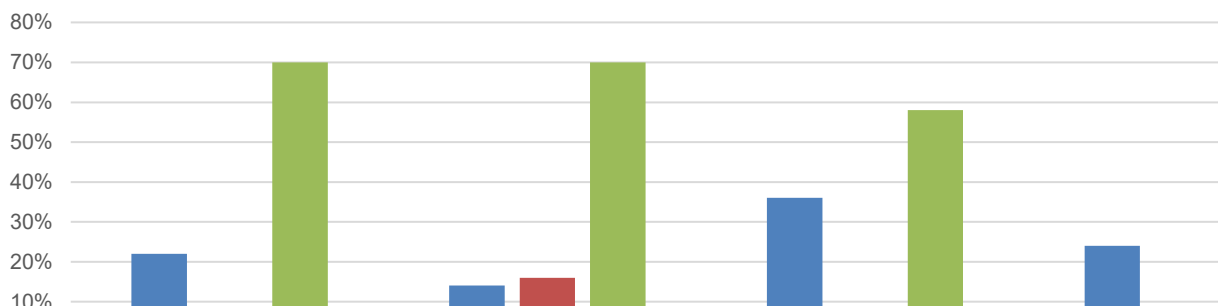


Рис. 1. Смисловиті орієнтації підлітків

Таблиця 2

Термінальні цінності підлітків				
№	Термінальні цінності	Сума	Середнє арифметичне	Рангове місце в системі термінальних цінностей у групі підлітків
1	Активне життя	283	9,4	9
2	Життєва мудрість	409	13,6	15
3	Здоров'я	198	6,6	4
4	Цікава робота	217	7,2	5
5	Краса природи і мистецтва	435	14,5	17
6	Любов	236	7,8	6
7	Матеріально забезпечене життя	154	5,1	1
8	Наявність хороших і вірних друзів	165	5,5	2
9	Суспільне визнання	357	11,9	13
10	Пізнання	252	8,4	8
11	Продуктивне життя	297	9,9	10
12	Розвиток	364	12,1	14
13	Розваги	302	10	11
14	Свобода	236	7,8	6
15	Щасливе сімейне життя	349	11,6	12
16	Щастя інших	424	14,1	16
17	Творчість	248	8,3	7
18	Упевненість у собі	179	6	3

Також підлітки цінують вірну дружбу і хороших друзів (друге місце), оскільки саме у спілкуванні з однолітками вони можуть знайти підтримку і відповіді на багато хвилюючих їх у цей віковий період запитань (про сенс і цінності життя, життєві плани, мотиви вибору професії), обговорити перше кохання, новий фільм. Третє місце підлітки віддають впевненості в собі. На нашу думку, це може бути пов'язано з тим, що в більшості підлітків відзначається високий рівень тривожності, низький рівень самоконтролю, негативна оцінка себе, своєї зовнішності та особливостей особистості. Зазвичай у підлітків відзначається потреба стати внутрішньо дорослою людиною, але ще не сформовано вміння самовизначатися в навколишньому світі, розуміти себе, свої можливості та призначення в житті, що призводить до страху і нездатності розв'язувати проблеми і труднощі самостійно, без допомоги батьків, друзів. Можливо, тому впевненості в собі підліткам не вистачає в суспільному житті та у взаємодії з оточуючими.

Для сучасних підлітків важливе здоров'я (четверте місце). Це пов'язано з тим, що останнім часом ми пере-

живаємо ситуацію загальнонаціональної тривоги за здоров'я, і ця цінність неабияк важлива для підлітків. Розгубленість у зв'язку зі зміною цінностей, звичаїв, відносин призводить до стресу, конфліктів, тривожного стану в житті підлітків, унаслідок чого порушується їхнє фізичне і психічне здоров'я.

Унаслідок того, що підлітки стоять перед вибором майбутньої професії, перебувають на етапі професійного самовизначення, для них значущою цінністю є цікава робота (п'яте місце). Адже від успіху у професійному становленні зазвичай залежить реалізація сучасного стилю життя, націленого на досягнення вершин у кар'єрі та матеріального добробуту.

Особливістю підліткового віку є інтерес до протилежної статі, тому для них важлива цінність любові (шосте місце), а від шостого до дев'ятого місця включно в підлітковій системі ціннісних орієнтацій займають цінності індивідуальної самореалізації – свобода, творчість, пізнання, активне життя. Сучасних підлітків також хвилює гедоністичний спосіб життя, гонитва за насолодами, відсутність обов'язків, повне використання своїх

сил, здібностей, можливостей, що відповідає особливостям їхнього віку, тому 10–11 місця вони віддають цінностям продуктивного життя і розваг.

Щасливе сімейне життя займає 12 місце, що, можливо, пов'язано з недостатнім рівнем самостійності, емоційною нестабільністю, а іноді нездатністю миритися із чужими недоліками, складними взаєминами з оточуючими. Тому сучасні підлітки ще всерйоз не замислюються про шлюб і сім'ю.

Також у досліджуваної групи підлітків менш виражені спрямованість на цінності соціальної успішності, такі як суспільне визнання і розвиток (13–14 місця в системі

термінальних цінностей). Така цінність як життєва мудрість теж мало хвилює підлітків (15 місце).

Унаслідок інфантилізму, переважання егоїстичних тенденцій підлітки поки не замислюються про щастя інших, оскільки ця цінність займає 16 місце в ранзі термінальних цінностей. Така моральна цінність як краса природи і мистецтва зовсім не затребувана підлітками, оскільки сучасне життя перш за все націлене на реалізацію цінностей особистого щастя, соціальної успішності, а моральні та етичні цінності втрачають актуальність.

У табл. 3 розглянуто інструментальні цінності підлітків.

Таблиця 3

Інструментальні цінності підлітків				
№	Інструментальні цінності	Сума	Середнє арифметичне	Рангове місце в системі інструментальних цінностей у групі підлітків
1	Акуратність, порядок у справах	253	8,4	6
2	Вихованість	182	6	2
3	Високі запити	430	14,3	15
4	Життєрадісність	221	7,3	4
5	Старанність	325	10,8	11
6	Незалежність	267	8,9	7
7	Нетерплячість до недоліків	208	6,9	3
8	Освіченість	161	5,3	1
9	Відповідальність	252	8,4	6
10	Раціоналізм	324	10,8	11
11	Самоконтроль	304	10,1	9
12	Сміливість у відстоюванні своєї думки	268	9	8
13	Стійка воля	268	9	8
14	Терпимість	335	11,1	13
15	Широта поглядів	325	10,8	11
16	Чесність	233	7,7	5
17	Ефективність у справах	329	11	12
18	Чуйність	386	12,8	14

Третє місце посіла непримиренність до недоліків у собі та інших. Можливо, це пов'язано з тим, що через особливості віку підліткам зазвичай складно зав'язати міцні дружні стосунки, у них можуть бути труднощі в міжособистісній взаємодії внаслідок високої тривожності, занепокоєння, нетерпіння до критики, що веде до нездатності миритися як зі своїми, так і з чужими недоліками. Четверте місце підлітки віддають життєрадісності. На наш погляд, це добре, оскільки свідчить про те, що більшість підлітків у своїх сім'ях отримують емоційну теплоту, ласку, турботу і радіють життю.

Зазвичай зрілі люди незадоволені сучасною молоддю, її звичаями, способом життя, проте важливі місця (п'яте – шосте) в ієрархії цінностей підлітків посіли чесність, відповідальність, акуратність. Як уже зазначалося вище, у сучасних підлітків спостерігається потреба стати внутрішньо дорослими, діяти самостійно, приймати рішення, тому їм хочеться бути незалежними від батьків. Про це свідчить той факт, що таку цінність як незалежність (самостійність) вони поставили на сьоме місце. Але недостатнє вміння правильно використовувати свої можливості, розуміти своє призначення в житті призводить до побоювання розв'язувати проблеми і відходу від них. Тому період залежності від батьків подовжується. Як наслідок – відстрочена незалежність і зрілість.

Такі цінності, як міцна воля, самоконтроль, сміливість у відстоюванні своєї думки, займають із восьмого по десяте місця включно. Отже, підлітки прагнуть не відступати перед труднощами і відстоювати свою думку, а також намагаються бути стриманими і, за можливості, контролювати свої емоції і поведінку. Менш значущі для підлітків такі цінності, як раціоналізм, старанність, широта

поглядів, ефективність у справах (11–12 місця), тобто вони ще не вміють логічно мислити, самостійно приймати раціональні рішення. Такі моральні цінності, як терпимість, чуйність, займають останні місця в системі ціннісних орієнтацій підлітків, що в наш час актуально, оскільки на перші місця виступають матеріальні цінності, а моральні та етичні втрачають значущість.

Останнє (15) місце в ієрархії інструментальних цінностей підлітків займають високі запити. На наш погляд, це свідчить про те, що досліджувана група не висуває завищених вимог до життя, батьків, оточуючих, тобто має адекватний рівень домагань.

У табл. 4 наведено результати за системою термінальних цінностей.

Інтерпретуючи результати за опитувальником І. Г. Сеніна (ОТЦ), бачимо, що в системі термінальних цінностей найвищий бал отримано за шкалою "високе матеріальне становище", що відображає прагнення підлітків до більш високого рівня матеріального добробуту. Вони переконані, що матеріальний достаток є умовою життєвого благополуччя, і бажають підвищувати рівень своєї освіти з метою досягти бажаного рівня матеріального благополуччя.

Високий бал отримано за шкалою "досягнення", що також свідчить про прагнення підлітків досягати конкретних цілей і результатів, які вони ставлять перед собою на розглядуваному віковому етапі. Зазвичай це вибір професії, отримання вищої освіти.

Результати за шкалами життєвих сфер наведено у табл. 5.

Креативність займає середнє місце в системі термінальних цінностей, що відображає прагнення підлітків

до реалізації своїх творчих можливостей, внесення змін в усі сфери свого життя. Більшість із них намагаються вести активний спосіб життя, оскільки швидко втомлюються від розміреності. Останні місця в системі термінальних цінностей у підлітків займають такі показники, як збереження власної індивідуальності, тобто внаслідок

док інфантилізму, несамотійності вони не прагнуть незалежності, поки що орієнтуючись на думки, погляди, переконання близьких їм людей, а також духовне задоволення. У постійно мінливому світі підлітки передусім прагнуть задоволення матеріальних потреб, а моральне задоволення в усіх сферах життя їх мало хвилює.

Таблиця 4

Результати за системою термінальних цінностей (ОТЦ) у групі підлітків

№	Термінальні цінності	Сума	Середнє арифметичне	Рангове місце
1	Власний престиж	129	4,3	4
2	Високе матеріальне становище	206	6,8	1
3	Креативність	119	3,9	6
4	Активні соціальні контакти	140	4,6	3
5	Саморозвиток	122	4	5
6	Досягнення	197	6,5	2
7	Духовне задоволення	106	3,5	8
8	Збереження власної індивідуальності	115	3,8	7

Таблиця 5

Результати за шкалами життєвих сфер у групі підлітків

№	Життєві сфери	Сума	Середнє арифметичне	Рангове місце
1	Навчання і освіта	216	7,2	1
2	Професійне життя	160	5,3	2
3	Захоплення	155	5,1	3
4	Суспільне життя	150	5	4
5	Сімейне життя	101	3,3	5

Аналізуючи результати респондентів, отримані за шкалами життєвих сфер, можна побачити, що на перші місця виступають навчання, освіта і професійне життя, що зараз актуально для підлітків. Вони прагнуть підвищення рівня своєї освіченості, розширення кругозору для вступу до ЗВО і освоєння улюбленої професії, що в майбутньому має приносити матеріальне задоволення і сприяти реалізації життєвих планів.

Важливу роль у своєму житті сучасні підлітки відводять захопленням, яких нині багато: комп'ютерним іграм, спілкуванню в чатах, катанню на гірських лижах, відвідуванню спортивних секцій. Менш значуща для підлітків сфера суспільного життя, їх також мало хвилює політика. Унаслідок вікових особливостей зовсім незначущою для підлітків є сфера сімейного життя, яка займає останнє місце в системі їхніх ціннісних орієнтацій.

Висновки. Аналізуючи ієрархію інструментальних цінностей (табл. 3), можна побачити, що перше місце посідають освіченість, вихованість, тобто цінності, спрямовані на власне моральне вдосконалення і розвиток, оскільки сучасні підлітки розуміють, що потреба в освіті (особливо у вищій), престижній професії і роботі зростає і вимагає тривалої підготовки.

За результатами досліджень за методикою М. Рокича можна зробити висновок, що для сучасних підлітків на зазначеному віковому етапі найбільш значущими є питання власного буття, матеріальні цінності та цінності індивідуальної самореалізації, а незначними цінностями, що відповідають параметрам, які відображають ставлення до інших людей (чуйність, терпимість).

Важливі для підлітків активні соціальні контакти, щирі людські взаємини, спілкування з друзями, а також у них відзначається прагнення ідентифікувати себе з певною соціальною групою, зазвичай групою однолітків. У зв'язку зі складнощами підліткового віку для них дуже важлива атмосфера довіри і взаємодопомоги у своєму оточенні. Вони часто бувають переконані в тому, що найцінніше в житті – це можливість спілкуватися і взаємодіяти з іншими людьми. Також відзначається прагнення підлітків до визнання, поваги, схвалення з боку

інших, зазвичай найбільш значущих осіб, до чийої думки вони прислухаються, тому для підлітків не менш важлива така цінність, як власний престиж.

Унаслідок вікових особливостей підлітки зазвичай незадоволені своєю зовнішністю, рисами характеру, тому часто прагнуть змінюватися на краще. Їх вирізняє висока зацікавленість в інформації про себе, тому важливу роль для підлітків відіграє саморозвиток.

За результатами досліджень за опитувальником термінальних цінностей І. Г. Сеніна ми можемо сказати, що для підлітків найбільш значущими є високе матеріальне становище та досягнення. Середні місця за ступенем значущості займають активні соціальні контакти, власний престиж і саморозвиток. Менш значущими є збереження власної індивідуальності та духовне задоволення. Аналізуючи результати за шкалами життєвих сфер, бачимо, що для підлітків найбільш актуальними в розглядуваний період є навчання, освіта і професійне життя. Менш значущими виявилися сфери сімейного і суспільного життя.

Виходячи з отриманих даних (рис. 1), можна стверджувати, що життєві смисли сучасних підлітків перебувають у латентному, прихованому стані. Основна маса показників мають середнє значення. Знаковим вважаємо, що 36 % респондентів високо оцінили цінність "результативність". Це може означати, що підлітки мають схильність до досягнення цілей і мотивовані на успішність. Якщо пов'язати це з результатами тестів за М. Рокичем та І. Г. Сеніною, то можна припустити, що результативність і актуальність постановки та досягнення цілей допомагають отримати високі бали в навчанні та вибороти право на професійну кар'єру і життя з високими доходами. 28 % опитуваних високо цінують "локус контролю життя". Це дає нам право зробити висновок, що якість і наповненість життя теж є актуальним смислом підлітків. Розвиваючи і реалізуючи ціннісний потенціал сучасних підлітків, ми інвестуємо в майбутнє нашої країни, формуємо сильну, упевнену, психологічно здорову особистість, що здатна протистояти психосоціальним змінам і майбутнім викликам суспільства.

Список використаних джерел

1. Леонтьев Д. А. Тест смысло-жизненных ориентаций (СЖО). 2-е изд. Москва : Смысл, 2000. 18 с. URL : <https://psytests.org/personal/tso-run.html>
2. Рокіч М. Тест "Ціннісні орієнтації". URL : <https://survio.com/survey/d/18L9O8S3M5U4J9C7R>
3. Сенін І. Г. Опросник терминальных ценностей. URL : <https://www.survio.com/survey/d/E1R0E8G7M5C2C6A5U>
4. Doi S., Yokomitsu K., Sakano Y. Personal values questionnaire II: internal consistency and validity. *Japanese Journal of Behavior Therapy*. 2014. № 40. P. 45–55 [in Japanese].
5. Kasai K., Fukuda M. Science of recovery in schizophrenia research: brain and psychological substrates of personalized value. *NPJ Schizophr*. 2017. 3:14. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41537-017-0016-6>
6. Milfont T. L., Milojev P., Sibley C. G. Values stability and change in adulthood: A 3-year longitudinal study of rank-order stability and mean-level differences. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2016. Vol. 42. № 5. P. 572-588.
7. Sagiv L., Schwartz S. Value priorities and subjective well-being: direct relations and congruity effects. *European journal of social psychology*. 2000. № 30(2). P. 177–98.
8. Schwartz S. Universals in the content and structure of values—theoretical advances and empirical tests in 20 countries. *Advances in experimental social psychology*. 1992. № 25. P. 1-65.
9. Sheldon K., Ryan R., Deci E., Kasser T. The independent effects of goal contents and motives on well-being: It's both what you pursue and why you pursue it. *Personality and social psychology bulletin*. 2004. № 30(4). P. 475-86.
10. Sheldon K. M., Elliot A. J. Not all personal goals are personal: comparing autonomous and controlled reasons for goals as predictors of effort and attainment. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1998. № 24(5). P. 546-57.
11. Sortheix F. M., Schwartz S. H. Values that underlie and undermine well-being: variability across countries. *European Journal of Personality*. 2017. № 31(2). P. 187–201.
12. Watanabe K., Kawakami N., Nishi D. Association between personal values in adolescence and mental health and well-being in adulthood: a cross-cultural study of working populations in Japan and the United States. *Annals of general psychiatry*. 2020. Vol. 19. № 1. P. 1-10.
13. Yasuma N. et al. Personal values in adolescence and psychological distress in adults: A cross-sectional study based on a retrospective recall. *PLoS one*. 2019. Vol. 14. № 11. C. e0225454. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225454>.
14. Yasuma N. et al. Personal values in adolescence and suicidality: a cross-sectional study based on a retrospective recall. *BMC psychiatry*. 2019. Vol. 19. № 1. P. 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2194-4> (2019).

References

1. Leontiev D. A. (2000) *Test of meaning-life orientations*. Smysl. Retrieved from <https://psytests.org/personal/tso-run.html>
2. Rokic M. *Value Orientations*. Retrieved from <https://survio.com/survey/d/18L9O8S3M5U4J9C7R>
3. Senin I. G. Terminal Values Questionnaire. Retrieved from <https://www.survio.com/survey/d/E1R0E8G7M5C2C6A5U>
4. Doi, S., Yokomitsu, K., & Sakano, Y. (2014). Personal values questionnaire II: internal consistency and validity. *Japanese Journal of Behavior Therapy*, 40, 45-55. [in Japanese].
5. Kasai, K., & Fukuda, M. (2017). Science of recovery in schizophrenia research: brain and psychological substrates of personalized value. *npj Schizophrenia*, 3(1), 1-2. DOI: <https://doi.org/10.1038/s41537-017-0016-6>
6. Milfont, T. L., Milojev, P., & Sibley, C. G. (2016). Values stability and change in adulthood: A 3-year longitudinal study of rank-order stability and mean-level differences. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 42(5), 572-588.
7. Sagiv, L., & Schwartz, S. H. (2000). Value priorities and subjective well-being: Direct relations and congruity effects. *European journal of social psychology*, 30(2), 177-198.
8. Schwartz, S. H. (1992). Universals in the content and structure of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 25, pp. 1-65). Academic Press.
9. Sheldon, K. M., Ryan, R. M., Deci, E. L., & Kasser, T. (2004). The independent effects of goal contents and motives on well-being: It's both what you pursue and why you pursue it. *Personality and social psychology bulletin*, 30(4), 475-486.
10. Sheldon, K. M., & Elliot, A. J. (1998). Not all personal goals are personal: Comparing autonomous and controlled reasons for goals as predictors of effort and attainment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24(5), 546-557.
11. Sortheix, F. M., & Schwartz, S. H. (2017). Values that underlie and undermine well-being: Variability across countries. *European Journal of Personality*, 31(2), 187-201.
12. Watanabe, K., Kawakami, N., & Nishi, D. (2020). Association between personal values in adolescence and mental health and well-being in adulthood: a cross-cultural study of working populations in Japan and the United States. *Annals of general psychiatry*, 19(1), 1-10.
13. Yasuma, N., Watanabe, K., Iida, M., Nishi, D., & Kawakami, N. (2019). Personal values in adolescence and psychological distress in adults: A cross-sectional study based on a retrospective recall. *PLoS one*, 14(11), e0225454. DOI: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0225454> (2019).
14. Yasuma, N., Watanabe, K., Matsunaga, A., Nishi, D., & Kawakami, N. (2019). Personal values in adolescence and suicidality: a cross-sectional study based on a retrospective recall. *BMC psychiatry*, 19(1), 1-12. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12888-019-2194-4> (2019).

Надійшла до редколегії 01.08.21
Рекомендована до друку 15.11.21

Tatiana Svatenkova, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor,
ORCID ID: 0000-0002-4921-9033
Vasyl Stefanyk Precarpathian National University, Ivano-Frankivsk, Ukraine

VALUE POTENTIAL OF ADOLESCENT

The article deals with the relevance of the assessment and development of the value potential of a modern adolescent. The approaches to the problem are analyzed, including on the territory of the European scientific community. The influence of the value potential of the adolescent on the nature of the adolescent's behavior in modern psychosocial reality is shown. The life-meaning orientations of adolescents were investigated according to the Life-meaning orientations test of D.A. Leontiev. A thorough study of instrumental and terminal values was carried out using the tests of M. Rokich and I. G. Sanin. Their influence on the life spheres of the personality of a teenager is analyzed. The connection between the actual values and meanings of adolescents with the leading activities and the social situation of personality development in adolescence is shown. The importance of the development of the value and meaning sphere of a teenager and the realization of his value potential has been proved.

Keywords: value potential, life-meaning orientations, instrumental values, terminal values.

Наукове видання



**ВІСНИК
КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА**

ПСИХОЛОГІЯ

Випуск 2(14)

Статті подано в авторській редакції.

Оригінал-макет виготовлено Видавничо-поліграфічним центром "Київський університет"

Автори опублікованих матеріалів несуть повну відповідальність за підбір, точність наведених фактів, цитат, економіко-статистичних даних, власних імен та інших відомостей. Редколегія залишає за собою право скорочувати та редагувати подані матеріали. Рукописи та електронні носії не повертаються.



Формат 60x84^{1/8}. Ум. друк. арк. 6,9. Наклад 300. Зам. № 221-10345
Гарнітура Arial. Папір офсетний. Друк офсетний. Вид. № Пс4.
Підписано до друку 14.12.21

Видавець і виготовлювач
ВПЦ "Київський університет"
Б-р Тараса Шевченка 14, м. Київ, 01601, Україна
☎ (38044) 239 32 22; (38044) 239 31 72; тел./факс (38044) 239 31 28
e-mail: vpc_div.chief@univ.net.ua; redaktor@univ.net.ua
http: vpc.knu.ua
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 1103 від 31.10.02