

УДК 159.9

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\)](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18))

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

Для науковців, викладачів, практичних психологів, студентів.

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР	Данилюк Іван, д-р психол. наук, проф., чл.-кор. НАПН України (Україна)
РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ	Александров Денис, д-р психол. наук, проф. (Україна); Коваленко Алла, д-р психол. наук, проф. (Україна); Крупельницька Людмила, д-р психол. наук, доц. (Україна); Мілютіна Катерина, д-р психол. наук, проф. (Україна); Міляєва Валерія, д-р психол. наук, проф. (Україна); Пащенко Світлана, канд. пед. наук, доц. (Україна); Предко Денис, канд. філос. наук, асист. (Україна); Радзевичене Людмила, д-р соц. наук, проф. (Литва); Стазі Леандро Луїджі Ді, д-р психол. наук, проф. (Іспанія); Траверсе Тетяна, д-р психол. наук, проф. (Україна); Трофімов Андрій, канд. психол. наук, доц. (Україна); Шабус Мануель, д-р психол. наук, проф. (Австрія); Яблонська Тетяна, д-р психол. наук, проф. (Україна); Ягієв Ілля, канд. психол. наук, доц. (Україна)
Адреса редколегії	факультет психології просп. Академіка Глушкова, 2 а, м. Київ, 03680 ☎ (38044) 521 35 09, 522 16 48, 526 05 31 e-mail: psychology.bulletin@knu.ua web: https://psy.knu.ua/
Затверджено	вченою радою факультету психології 30.11.23 (протокол № 14)
Зареєстровано	Міністерством юстиції України Свідоцтво про державну реєстрацію КВ № 24371-14211 ПР від 24.02.20
Атестовано	Міністерством освіти і науки України (категорія Б) Наказ № 886 від 02.07.20
Індексування	Index Copernicus, OAJI, OUCI, Research Bib
Засновник та видавець	Київський національний університет імені Тараса Шевченка Видавничо-поліграфічний центр "Київський університет" Свідоцтво про внесення до Державного реєстру ДК № 1103 від 31.10.02
Адреса видавця	ВПЦ "Київський університет" 6-р Тараса Шевченка, 14, м. Київ, 01601 ☎ (38044) 239 32 22, 239 31 58, 239 31 28 e-mail: vpc@knu.ua

BULLETIN

TARAS SHEVCHENKO NATIONAL UNIVERSITY OF KYIV

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

PSYCHOLOGY

2(18)/2023

Established in 2014 roky

UDC 159.9

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\)](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18))

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.

EDITOR-IN-CHIEF	Danyliuk Ivan, DSc (Psychol.), Prof., Corresponding member in the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine (Ukraine)
EDITORIAL BOARD	Aleksandrov Denys, DSc (Psychol.), Prof. (Ukraine); Kovalenko Alla, DSc (Psychol.), Prof. (Ukraine); Krupelnyska Liudmyla, DSc (Psychol.), Assoc. Prof. (Ukraine); Miliiaeva Valerija, DSc (Psychol.), Prof. (Ukraine); Miliutina Kateryna, DSc (Psychol.), Prof. (Ukraine); Paschenko Svitlana, PhD (Ped.), Assoc. Prof. (Ukraine); Predko Denys, PhD (Philos.), Assist. (Ukraine); Radzeviciene Liudmila, PhD (Social), Prof. (Lithuania); Schabus Manuel, PhD (Psychol.), Prof. (Austria); Stasi Leandro Luigi Di, PhD (Psychol.), Assoc. Prof. (Spain); Traverse Tetyana, DSc (Psychol.), Prof. (Ukraine); Trofimov Andrii, PhD (Psychol.), Assoc. Prof. (Ukraine); Yablonska Tetyana, DSc (Psychol.), Prof. (Ukraine); Yahiiiaiev Illia, PhD (Psychol.), Assoc. Prof. (Ukraine)
Address	Faculty of Psychology 2a, Hlushkov ave., Kyiv, 03680 ☎ (38044) 521 35 09, 522 16 48, 526 05 31 e-mail: psychology.bulletin@knu.ua web: https://psy.knu.ua/
Approved by	the Academic Council of the Faculty of Psychology 30.11.23 (protocol № 14)
Registered by	the Ministry of Justice of Ukraine Certificate of state registration KB № 24371-14211 ПП dated 24.02.20
Certified by	the Ministry of Education and Science of Ukraine (category B) Order № 886 dated 07.02.20
Indexing	Index Copernicus, OAJI, OUCI, Research Bib
Founder and publisher	Taras Shevchenko National University of Kyiv Publishing and Polygraphic Center "Kyiv University" Certificate of entry into the State Register ДК № 1103 dated 31.10.02
Address	PPC "Kyiv University" 14, Taras Shevchenka Blvd., Kyiv, 01601 ☎ (38044) 239 32 22, 239 31 58, 239 31 28 e-mail: vpc@knu.ua

ЗМІСТ

АБРАМОВ Володимир Уявлення про психологічне благополуччя у трьох хвилях когнітивно-поведінкової терапії	5
АВРАМЧУК Олександр Патогенетичні механізми коморбідних тривожних порушень в осіб із соціальним тривожним розладом: роль дисфункційних когнітивних схем	10
АККАЯ Катерина, ОЛЕФІР Валерій Психометричні властивості української версії опитувальника "Оцінка статусів професійної ідентичності" (VISA-19)	15
БАБИЧ Роман, ЛАТИНІНА Світлана Реконструкція символічних репрезентацій як механізм гармонізації чуттєво-емоційних станів у психологічному консультуванні	25
БАЛАН Олександра Формування здорового способу життя молоді	33
БЕЗРУКОВА Катерина Розробка типології електоральних груп України на основі соціально-психологічних критеріїв	38
ДАНИЛЮК Іван, БОГУЧАРОВА Олена Вплив травматичного досвіду загрози життя на особистісний розвиток українців	47
ДАНИЛЮК Іван, ЛИТВИН Сергій, МАЛИШЕВА Каріне, КУРАПОВ Антон, ЯГІЯЄВ Ілля, ЛЬОШЕНКО Олександра Психометричні властивості шкали хемофобії: українська вибірка	56
ДАНИЛЮК Іван, ПРЕДКО Вікторія, КИСЛИНСЬКА Анжеліка Психологічні особливості зв'язку життєстійкості та самооцінки особистості в складних життєвих ситуаціях	63
КЕЛЛЕР Владислава Вплив часової перспективи та особистісних рис на психологічне благополуччя українських біженців у Європі	70
ТАРАН Наталія, БАЦМАНОВА Людмила, КОСИК Оксана, ЗИМА Ігор Вплив заняття садівництвом на психофізіологічний стан людини	78
ТИНДИК Яна Взаємозв'язок психологічної готовності до професійної діяльності та емоційного інтелекту у студентів соціономічних професій	84
ТРАВЕРСЕ Тетяна, РОМАНОВА Юлія, КРАВЧЕНКО Софія, ДУБРОВИНСЬКИЙ Георгій Узгодження інтересів у виробленні публічної політики в Україні механізмом консолідації суспільно-політичних груп	91
ФИСИНА Надія Нейропсихологічні механізми і причини невротизації у дітей дошкільного віку	99

CONTENTS

ABRAMOV Volodymyr Concepts of psychological well-being in three waves of cognitive-behavioral therapy	5
AVRAMCHUK Oleksandr Pathogenetic mechanisms of comorbid anxiety disorders in persons with social anxiety disorder: the role of dysfunction cognitive schemes	10
AKKAYA Kateryna, OLEFIR Valeriy Psychometric properties of the Ukrainian version of the vocational identity status assessment (VISA-19)	15
BABYCH Roman, LATYNINA Svitlana Reconstruction of symbolic representations as a mechanism for harmonising sensory-emotional states in psychological counseling	25
BALAN Oleksandra Formation of a healthy lifestyle of youth	33
BEZRUKOVA Kateryna Development of the typology of electoral groups of Ukraine on the basis of socio-psychological criteria	38
DANYLIUK Ivan, BOHUCHAROVA Olena The effect of life-threatening traumatic experiences on the personality development of Ukrainians	47
DANYLIUK Ivan, LYTVYN Serhiy, MALYSHEVA Karine, KURAPOV Anton, YAHIIAIEV Illia, LOSHENKO Oleksandra Psychometric properties of the chemophobia scale: Ukrainian sample	56
DANYLIUK Ivan, PREDKO Viktoria, KYSLYNSKA Anzhelika Psychological features of the relationship between hardiness and self-esteem in difficult life situations	63
KELLER Vladyslava The Influence of time perspective and personality traits on the psychological well-being of Ukrainian refugees in Europe	70
TARAN Nataliya, BATSMANOVA Liudmyla, KOSYK Oksana, ZYMA Igor Effect of gardening on the human psychological and physiological state	78
TYNDYK Yana Psychological readiness for professional activity and emotional intelligence: development peculiarities among students of socioeconomic professions	84
TRAVERSE Tetiana, ROMANOVA Iuliia, KRAVCHENKO Sofia, DUBROVYNSKYI Georgyi The coordination of interests in public policy making in Ukraine through the mechanism of consolidation of socio-political groups	91
FISYNA Nadiya Neuropsychological mechanisms and causes of neurotisation in preschool children	99

УЯВЛЕННЯ ПРО ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ У ТРЬОХ ХВИЛЯХ КОГНІТИВНО-ПОВЕДІНКОВОЇ ТЕРАПІЇ

Проаналізовано уявлення про психологічне благополуччя та механізми його досягнення у трьох хвилях когнітивно-поведінкової терапії (КПТ): поведінковій терапії першої хвилі КПТ, класичній когнітивній терапії А. Елліса та А. Бека другої хвилі КПТ та контекстуальних терапіях третьої хвилі КПТ.

Зазначено, що ідеалом психологічного благополуччя класичної поведінкової терапії є толерантність особи до фрустрації, що дозволяє зміну власної реакції на некомфортні стимули. Основними методами, що можуть забезпечити механізм досягнення цього ідеалу, є техніка покрокової десенсибілізації та вироблення іншої поведінки за допомогою оперантного навчання.

Зауважено, що класична когнітивна терапія А. Елліса та А. Бека оперувала більш повною моделлю, розглядаючи також особистісні чинники реакцій на стимули, що зумовило виникнення технік корекції помилкових стратегій мислення, які розглядалися як викривлення об'єктивного сприйняття інформації. Відповідно, ідеалом психологічного благополуччя вважається якомога більш реалістичний погляд на реальність, а механізмом – корекція змісту когнітивних утворень – автоматичних думок, глибоких переконань та наближення їх до якомога більш реалістичних шляхом тестування реальності, наприклад поведінкових експериментів. На переконання представників другої хвилі, людина має бути дослідником в розумінні позитивних наук – ставити гіпотези та перевіряти їх.

Означено також, що ідеалом психологічного благополуччя людини КПТ третьої хвилі є відсторонена позиція спостерігача щодо подій внутрішнього світу, під якими розуміються думки, емоції, глибокі переконання. Також важливого значення надається звершенню людиною своїх власних цінностей. Механізмом досягнення ідеалу є зміна контексту думок, що викликають дистрес без зміни їхнього змісту.

Попри певну суперечність між поглядами другої та третьої хвилі КПТ у роботі психолога техніки цих підходів можуть використовуватися у певній послідовності, адже за допомогою технік корекції думок терапії другої хвилі дещо змінюється статус думки як істини, що може поглиблюватися за допомогою технік третьої хвилі, що змінюють статус думки з об'єкта на статус контексту життя людини в досягненні власних цілей.

Ключові слова: когнітивно-поведінкова терапія, психологічне благополуччя, метакогнітивна терапія, терапія прийняття та відповідальності.

Вступ

Актуальність та мета дослідження. Когнітивно-поведінкова психотерапія є одним із найбільш поширених сучасних методів психологічного консультування та психотерапії. Вона включає підходи, пов'язані загальними принципами. Водночас у її межах вирізняються окремі напрями підходів, об'єднані С. Гейсом у три "хвилі" когнітивно-поведінкової терапії. У їх межах відбувається зміна поглядів на ідеал психологічного благополуччя особистості та механізми його досягнення. Динаміка зміни цих поглядів потребує наукової рефлексії та аналізу для виявлення основних закономірностей, що поглибить розуміння можливостей психологічної допомоги та інтеграції технік різних хвиль когнітивно-поведінкової терапії.

Огляд літератури. С. Гейс виокремлює три "хвилі" когнітивно-поведінкової терапії (Hayes, 2016). Першою хвилею когнітивно-поведінкової терапії вважають поведінкову терапію, що постала з класичного біхевіоризму Д. Ватсона та Б. Скінера. Основними методами, що застосовувалися у межах першої хвилі, були техніка покрокової десенсибілізації та вироблення нової поведінки за допомогою оперантного навчання. Другою хвилею вважають класичну когнітивно-поведінкову терапію А. Бека та раціонально-емоційно-поведінкову терапію А. Елліса. У межах цих підходів широко розроблялися техніки корекції помилкових переконань та стратегій мислення. Третя хвиля містить кілька підходів, які об'єднують акцент на аналізі та роботі над процесом переживання на противагу його змісту. До підходів третьої хвилі належать такі, як: Терапія Прийняття і Відповідальності (Acceptance and commitment therapy) С. Гейса; Діалектико-поведінкова терапія (Dialectical behavioral therapy) М. Лінехан; Метакогнітивна терапія (Metacognitive therapy) М. Веллса; Когнітивна

терапія, заснована на майндфулнес (Mindfulness based cognitive therapy – МВСТ), Дж. Тісдейла; Терапія, сфокусована на співчутті (Compassion focused therapy) П. Гілберта та інші, менш відомі та поширені. У всіх зазначених підходах так чи інакше застосовується концепт майндфулнес (Mindfulness), як перебування тут-і-тепер та відстороненого спостереження та прийняття власних думок та емоцій.

Результати

Класичний біхевіоризм, а отже, і перша хвиля КПТ, оперували моделлю "Стимул-Реакція", що виключала будь-які внутрішні, особистісні змінні, будь-яке опосередкування впливу зовнішнього середовища на реакцію індивіда.

Така модель передбачала шлях психологічної допомоги особі в модифікації її реакції на стимули. Одним з основних методів психологічної допомоги в межах поведінкової терапії були систематична десенсибілізація та контрбумовлення, засновані та теоретичних положеннях Д. Вольпе та К. Джонс. Особі пропонувалася програма покрокового наближення до негативно забарвлених для неї стимулів від найменш до найбільш лячних або неприємних. При цьому людина мала заспокоювати себе за допомогою технік дихання або прогресивної м'язової релаксації. Відповідно до механізму реципрокного гальмування відбувалося зменшення сили однієї реакції під дією одночасно викликаній альтернативної реакції. Важливою умовою при цьому було не вийти з "вікна толерантності" особи, щоб вона була в змозі переносити психологічний дистрес.

Психологічне благополуччя особистості бачилося залежним від того, що А. Елліс пізніше називав "толерантністю до фрустрації" (Ellis, 2004) – здатністю витримувати психологічний дискомфорт в експозиції до

емоційно негативно забарвлених стимулів задля корекції власних неадаптивних реакцій.

Також широко використовувалася теорія оперантного навчання Б. Скіннера для вироблення нової поведінки. У такому випадку використовувалася обернена формула "Реакція – Стимул", і особу нагороджували за поведінку, що наближала до поставленої мети.

Треба зазначити, що ці практичні і теоретичні погляди успішно використовуються і сьогодні для розроблення програм навчання новій поведінці під час роботи з дітьми, особами із залежностями, а також у супроводі позитивних змін, що відбуваються у консультативній та психотерапевтичній роботі.

Варто відмітити також Мультимодальну терапію А. Лазаруса (Lazarus, 1990). Під модальностями розумілися основні сфери існування людини (поведінка, афект, чуттєвість, образи, думки тощо), за якими слід діагностувати і коригувати стан і поведінку клієнта. Автор розміщує ці модальності в акронімі BASIC ID, однак послідовність літер не має значення – кожна з модальностей може бути першою у розгортанні певної поведінки. Подібні моделі аналізу поведінки відіграють провідну роль у роботі із залежностями та розладами харчової поведінки. Мультимодальна терапія Р. Лазаруса виходила за межі класичної поведінкової терапії, поступово вводючи додаткові, окрім ситуацій та реакції, змінні для аналізу.

Одразу після виникнення підходів, заснованих на моделі класичного біхевіоризму стали помітними її обмеження, що призвели до появи опосередковувальних змінних на кшталт думок та образів у мультимодальній терапії А. Лазаруса. Загалом обмеженість моделі Стимул – Реакція показували і дослідження на тваринах, що призвело до її ускладнення шляхом введення опосередковувальної ланки у вигляді "Організму". Але цього ускладнення виявилось недостатньо, і суперечність, викликану недостатністю цієї моделі, зняла лише когнітивна революція, яка ввела в модель змінну когнітивного опрацювання інформації, що призвело до нового бачення психологічного благополуччя особистості і виникнення нових методів його досягнення.

Друга "хвиля" становить класичну когнітивну терапію А. Елліса (Ellis, 2001) та А. Бека (Westbrook et al., 2007). У межах підходів цих дослідників в внутрішнього опрацювання інформації.

Філософською основою робіт А. Елліса та А. Бека можна назвати стоїцизм. А. Елліс часто цитував вислів давньогрецького стоїка Епіктета "людей розчаровують не речі, а думки про них". Психологічна допомога особистості в другій хвилі когнітивно-поведінкової терапії загалом полягала в корекції (*challenging*) викривлень у сприйнятті реальності – так званих "негативних автоматичних думок".

А. Елліс першим розробив поняття "автоматичні думки", які він розумів як автоматизми мозку, що обумовлюють реакції на події. Автор сформулював "кодекс невротика" – дванадцять переконань, що сприяють психологічному неблагополуччю людини. Серед цих переконань найбільш поширеним типом є "повинності" на кшталт "Кожен повинен бути компетентним у всіх сферах знань", "Існує жорстка необхідність бути схвалюваним кожною людиною у значущому оточенні". За А. Еллісом, необхідно працювати з нереалістичними вимогами, які людина висуває до себе, до світу та до людей навколо. "Кодекс невротика" доповнюють переконання про уникання: "Якщо існує небезпека, то не слід її долати". А також переконання про катастрофічні наслідки невідповідності світу або людей вимогам, що

висуває особа: "Відбудеться катастрофа, якщо події підуть іншим шляхом, ніж запрограмувала людина".

Рационально-емоційно-поведінкова терапія (РЕПТ) А. Елліса полягає у визначенні глибинних переконань клієнта та дискусії з терапевтом ригідних установок клієнта та їх пом'якшенню. Загалом у своїй роботі А. Елліс використовував структуровані положення "Тирания «Треба»" К. Горні (Horney, 1950).

А. Бек розробив свою концепцію приблизно одночасно з А. Еллісом, ґрунтуючись на власному досвіді роботи з пацієнтами з депресією, довівши згодом її ефективність (Beck et al., 1987). У структурі когнітивних утворень, за А. Беком, існують три рівні: автоматичні думки, глибинні переконання та правила життя (Beck, 2011). Глибинні переконання стосуються того, який "я", світ і люди навколо. Правила життя – способи, якими людина компенсує почуття, що викликають глибинні переконання.

Також у концепції А. Бека є поняття про когнітивні фільтри, помилки або стратегії мислення, що підтримують глибинні переконання. Серед них: дихотомічне мислення ("Якщо я не досягну успіху в усьому, то я невдаха"), катастрофізація ("Я так засмучусь, що не зможу взагалі нічого робити"), знецінення позитивного ("Справді, мені вдалося виконати цю роботу. Але це зовсім не означає, що я здатний, мені просто пощастило"), емоційне обґрунтування ("Я знаю, що мені багато чого вдається на роботі, але я, як і раніше, відчуваю себе невдахою") тощо.

А. Бек описав метод поведінкового експерименту (Bennett-Levy et al., 2004). Попри назву поведінковий експеримент не є технікою, спрямованою на вироблення нової поведінки. Він є інструментом тестування автоматичних думок та глибинних переконань. Цей метод ілюструє поведінковий принцип когнітивно-поведінкової психотерапії: переконання найкраще формуються і змінюються унаслідок здійснення певної поведінки.

У межах цієї техніки клієнту пропонувалося протестувати певну когніцію шляхом перевірки її на практиці. Наприклад, поширеним переконанням під час панічних атак, що супроводжуються гіпервентиляцією є "Я впаду, якщо в мене буде паморочитися голова". Після психоедукації особи про фізіологічні механізми гіпервентиляції терапевт пропонує клієнту разом із ним навмисно вдатися до гіпервентиляції для того, щоб викликати супутні симптоми. Таким чином клієнт тестує власне переконання, що, відчуваючи ці симптоми, можна не боятися власти.

Зазвичай після поведінкових експериментів клієнту пропонують техніку експозиції із запобіганням реакції, щоб перевчити організм від рефлексу страху на відчуття гіпервентиляції. Ця техніка схожа на техніку систематичної десенсибілізації, що зазначалася в описі першої хвилі когнітивно-поведінкової терапії. Клієнту пропонують поступове наближення до неприємного стимулу, але тепер уже без використання захисної поведінки або відволікання у вигляді релаксації.

Цю техніку можна описати як ілюстрацію поведінкового принципу в когнітивно-поведінковій терапії: переконання найкраще формуються і змінюються унаслідок нової поведінки. Переконання формуються через споглядання за результатами власної поведінки. Особа "дізнається" про те, що вона смілива, коли робить сміливий вчинок. Відповідно, класична поведінкова терапія імпліцитно модифікувала власне переконання особи, що здійснювала експозицію до стимулів, які викликали в неї негативні почуття.

За А. Беком та А. Еллісом, стратегією роботи когнітивного терапевта є дослідження та корекція у формі

сократівського діалогу автоматичних думок та глибинних переконань людини про себе, світ і людей навколо. Психолог мав навчати людину самостійно активно виявляти, перевіряти та коригувати свої переконання та автоматичні думки щодо їх відповідності реальності. Наприклад, у вихідній моделі роботи з депресією за А. Бек виокремлював три мішені роботи: негативні переконання клієнта про себе, своє теперішнє та майбутнє.

Отже, відповідно до поглядів А. Елліса та А. Бека ідеалом психологічного благополуччя є якомога більша реалістичність у сприйнятті реальності, думках про неї. Механізмом досягнення цього є корекція (*challenging*) автоматичних думок особи, постійне тестування реальністю власних припущень, особливо катастрофічних, емоційно негативно забарвлених. На переконання представників другої "хвилі" людина має бути дослідником у розумінні позитивних наук – ставити гіпотези та перевіряти їх. Відповідно, чим більше думки людини позбавлені інтерпретацій та відповідають реальності, тим щасливішою має бути людина.

Термін "третя хвиля когнітивно-поведінкової терапії" запропонував С. Гейс у 2004 р. До нього зараховують низку підходів, які використовують концепт майндфулнес (*Mindfulness*). Цей термін важко однозначно перекласти українською. Найбільш вживаним на сьогодні є переклад "усвідомлюваність", також можливим перекладом може бути "уважність". Найбільш відомими підходами є Терапія прийняття і відповідальності (*Acceptance and commitment therapy*) С. Гейса, Діалектико-поведінкова терапія (*Dialectical behavioral therapy*) М. Лінехан, Метакогнітивна терапія (*Metacognitive therapy*) М. Веллса, Когнітивна терапія, заснована на *mindfulness* (*Mindfulness based cognitive therapy* – *MBCT*), Дж. Тісдейла.

У третій хвилі когнітивно-поведінкової терапії, окрім безпосереднього сприйняття особою ситуації, окремий акцент робиться на визначенні її ставлення до власних інтерпретацій дійсності, автоматизмів мозку. У підходах третьої хвилі інтерпретація дійсності особи та автоматизми її мозку (автоматичні думки, глибинні переконання) об'єктивуються та вважаються "подіями внутрішнього світу". Бажаною вважається позиція спостерігача за "подіями внутрішнього світу", яку має зайняти особа для досягнення психологічного благополуччя.

Слід зазначити, що А. Бек описав цю позицію у 1980-х роках у монографії "КПТ тривожних розладів", використовуючи для цього акронім *AWARE* (Beck et al., 1985): (*A*)ccepting anxiety (приймай тривогу); (*W*)atching anxiety without judgment (спостерігай за тривогою без оцінювання); (*A*)cting with anxiety, as if one were not anxious (Дій, незважаючи на тривогу, так, ніби її немає); (*R*)eppeating the first three steps (повторюй три перші кроки); (*E*)xpecting the best (чекай на краще).

У терапії прийняття і відповідальності (*Acceptance and commitment therapy*) С. Гейса, крім виокремлення автоматичної думки як суб'єктивного сприйняття реальності, проводиться аналіз контексту, в якому вона виникає, та її функції в житті людини. Наприклад, думка "я помру", сама по собі не є ні позитивною ні негативною. Такою її робить контекст, у якому вона виникає, та її функція. Наприклад, вона може викликати натхнення та бажання людини присвячувати цінний час власного життя важливим для неї речам та життю відповідно до її цінностей. У цьому разі ця думка виконує корисну функцію у житті особи.

Філософською основою терапії прийняття і відповідальності є функціональний контекстуалізм, що є розвитком функціонального аналізу Е. Маха, який говорив, що шукати причину будь чого, як і поведінки, описувати її, не потрібно, марно та шкідливо, і не відповідає духу позитивізму. І

завдання науки – лише описувати функціональні зв'язки між стимулом і реакцією, які до того ж були б економічними – тобто лаконічними, і дозволяли передбачати.

Відповідно, у межах філософської основи терапії прийняття і відповідальності неможливо шукати причину поведінки в думках і модифікувати їх для досягнення психологічного благополуччя. Думки бачаться не як причини, а як події, регульовані контекстом. Відповідно, змінювати треба контекст думок, на що спрямовані численні техніки цього підходу.

У межах функціонального аналізу розроблено теоретичну основу підходу – Теорію реляційних фреймів (*relational frame theory*), що є поведінковою теорією мови і когніцій. В її межах мова розглядається як вивчена поведінка, спрямована на побудову і реагування на відносини між об'єктами і подіями, заснованими на соціальних контекстах.

Терапія прийняття і відповідальності використовує власний концепт психологічної гнучкості, що на противагу психологічній негнучкості зумовлює психологічне благополуччя особи (Harris, 2019). Складниками психологічної гнучкості є: контакт з моментом теперішнього замість концентрування лише на минулому чи майбутньому; прийняття важких емоцій та станів замість спроб боротьби з ними чи їх уникання; дистанціювання від думок замість злиття з ними; розуміння себе як контексту замість себе як контенту; розуміння власних цінностей та вчинки відповідно до них.

Доречно навести цитату С. Гейса, який каже, що біль не дорівнює стражданням. Емоції, почуття, фізичний біль стає стражданням тоді, коли ми починаємо румінувати щодо нього.

У метакогнітивній терапії А. Веллса, іншого представника третьої хвилі, наведена власна структура когнітивних утворень, що передбачає зміну в акцентах ролі когнітивних структур у психологічному благополуччі людини. Відповідно до А. Веллса, автоматичні думки, глибинні переконання та правила життя – утворення одного і того самого рівня і однаково впливають на процес переживання. Ключовим чинником процесу переживання є метакогніції – переконання про процес мислення та цінність окремих думок (Wells, 2011). Метакогніції є "диригентом" – моніторять, контролюють і оцінюють процес мислення. Наприклад, метакогніція "я погана людина, якщо думаю погані речі" може спровокувати розвиток obsесивно-компульсивного розладу, якщо людина буде намагатися контролювати свої думки. Людина з метакогніцією "думки нічого не означають" не буде вдаватися до румінацій та звертати увагу на "погані" думки, отже, має меншу схильність до психологічного неблагополуччя.

Метакогніції поділяються на позитивні та негативні. Позитивні стверджують про цінність певного стилю мислення або переживання, наприклад: "звертати увагу на загрозу корисно", "хвилюючись про майбутнє, я можу позбутися небезпеки", "якщо я хвилююсь про когось, значить, я його люблю". Негативні метакогніції стверджують про небезпеку, неконтрольованість думок тощо, наприклад: "я не контролюю свої думки, тривогу", "я можу хибнутися розумом від тривоги", "якщо я буду думати про щось, то зроблю це мимоволі", "неможливість щось згадати свідчить про травму голови".

Неадаптивні метакогніції призводять до "когнітивного синдрому уваги" – тривоги, румінації, фіксованості на думках та переживанні увазі та дисфункціональному копінгі, метою якого є посилити, придушити або змінити певні думки.

Відповідно, ключовим у роботі когнітивно-поведінкового терапевта стає не те, про що людина думає – зміст думок, а те, "як вона про це думає" – процес мислення. Людина може не мати депресії, маючи негативно забарвлені

думки, якщо вона не звертає на них увагу. Основним питанням психолога клієнту стає не "На основі чого ви прийшли до цього висновку?", як було в терапіях другої хвилі, а "Для чого ви це думаєте, у чому цінність цих думок для вас?". Після виявлення метакогніції терапевт може працювати з нею, використовуючи техніки роботи з думками, розроблені в другій хвилі когнітивно-поведінкової терапії.

Дослідження, зокрема, рекурентної депресії, підтверджують погляди представників третьої хвилі – приділення уваги негативним думкам активує стійкі асоціативні ланцюжки негативного мислення і спричинює негативні емоційні переживання.

Отже, у третій хвилі КПТ використовується критерій корисності / некорисності думок. Але шлях досягнення психологічного благополуччя відмінний від запропонованого у другій хвилі когнітивно-поведінкової терапії. Замість корекції (*challenging*) викривлень у сприйнятті реальності та приведення їх у відповідність до об'єктивного її сприйняття, у підходах третьої хвилі когнітивно-поведінкової терапії широко використовується майндфулнес – стан дистанціювання, споглядання за власними думками без боротьби з ними.

Майндфулнес – здійснена Дж. Кабат-Зінн адаптація медитативних технік східної філософії, що пропонують тренувати увагу задля безоцінного споглядання за дійсністю, що відбувається тут-і-зараз, що досягається практикою медитації (Kabat-Zinn, 2005).

А. Веллс пропонує інший концепт майндфулнес – "відсторонений майндфулнес". Основними його відмінностями є такі (Wells, 2005): не включає медитацію; не вимагає тривалого і наполегливого тренування; не включає таких характеристик, як розширене усвідомлення цього моменту; під час медитації використовуються тілесні вправи типу фокусування на диханні (з метою повернути увагу до нього, якщо особа відволікалася на думки), тоді як відсторонений майндфулнес не вимагає будь-яких тілесних якорів для фіксації уваги; відсторонений майндфулнес переважно стосується розвитку метаусвідомлення думок, а не розширеного усвідомлення теперішнього; у відстороненому майндфулнесі відстороненість і усвідомлення внутрішнього життя розглядаються як окремі навички; відсторонений майндфулнес підкреслює відділення "Я" від інших ментальних феноменів.

Отже, існує суперечність: терапії другої "хвилі" пропонують активну конфронтацію з негативними думками, їх спростування та зміну на ті, що відповідають реальності; терапії третьої хвилі – дистанціювання від негативних думок та спостереження за ними.

Попри цю суперечність варто зазначити, що позиція "спостерігача" за власними думками описана А. Беком у формі необхідності вміння ідентифікувати власні автоматичні думки, якого навчають клієнта на початках терапії. Також, попри очевидну суперечність у поглядах на взаємодію з негативними думками, підходи другої та третьої хвилі разом включені в сучасні протоколи роботи з депресією – на початках терапії пропонують використовувати конфронтацію з негативними думками, а на завершальних етапах для попередження майбутніх рецидивів пропонується навчання клієнтів технік дистанціювання майндфулнес. Під час першого епізоду депресії пропонують використовувати класичні техніки когнітивно-поведінкової терапії другої хвилі, а під час наступних епізодів – техніки третьої хвилі.

Отже, ідеалом психологічного благополуччя особи в терапіях третьої хвилі є його позиція спостерігача за подіями власного внутрішнього світу без реагування на них і життя відповідно до власних цінностей, яким надається визначна роль у терапії прийняття та відповідальності

С. Гейса. Автор наголошує на відмінності цінностей від цілей. Цілі мають конкретне формулювання і можуть стати недосяжними. На противагу цьому, цінності можуть бути реалізовані по-іншому завжди, попри всі зовнішні обставини. Життя з навичками майндфулнес без усвідомлення власних цінностей С. Гейс метафорично описує, як поїздку, де ви – водій автобуса, набитою людьми з вашого минулого, вашими страхами, заботами, які постійно вас відволікають, ви опанували навички майндфулнес і вмієте від них дистанціюватися, але без знання цінностей ви не знаєте, куди вести ваш автобус.

Дискусія і висновки

Кожна психотерапевтична модель передбачає власне бачення ідеалу психологічного благополуччя. Цей ідеал передбачає певне уявлення про поведінку особи, певні аспекти її світогляду, що стосуються себе, інших та світу навколо, а також механізм його досягнення.

Як приклад можна навести логотерапію, що постулює необхідність наявності в людини індивідуального сенсу життя, психоаналіз, що постулює прагнення людини до гомеостазу як позбавлення внутрішніх конфліктів і необхідності для цього переміщення змісту підсвідомого у свідомість, гештальт-терапію, яка постулює необхідність переживання непрожитих емоцій. Дещо парадоксально та окремо міститься позиція неративної терапії, яка, виходячи з власних постулатів про неможливість метанаративу, не може нав'язувати клієнту наратив терапевта, а отже, і цінності та ідеали психологічного благополуччя. Цей парадокс вирішується наданням переваги "авторським" наративам клієнта, у яких більше відображається його суб'єктність.

Когнітивно-поведінкова терапія за довгий час свого існування віднайшла у своїй методології різні психотерапевтичні моделі, які по-різному розуміють психологічне благополуччя особи та механізми його досягнення.

Ідеалом психологічного благополуччя класичної поведінкової терапії є толерантність особи до фрустрації, що дозволяє зміну власної реакції на некомфортні стимули. Основними методами, що можуть забезпечити механізм досягнення цього ідеалу, є техніка покрокової десенсибілізації та вироблення іншої поведінки за допомогою оперантного навчання. Обмеження поведінкових терапій закладалися у самій моделі біхевіоризму як нехтування внутрішніми детермінантами, що обумовлюють реакцію на стимули. Незважаючи на це, техніки, що використовувалися біхевіоральною терапією, є актуальними досі і використовуються у протоколах лікування багатьох розладів.

Класична когнітивна терапія А. Елліса та А. Бека оперувала більш повною моделлю, розглядаючи також особистісні чинники реакцій на стимули, що призвело до виникнення технік корекції когнітивних стратегій мислення, які розглядалися як викривлення об'єктивного сприйняття інформації. Відповідно, ідеалом психологічного благополуччя вважався якомога більш реалістичний погляд на реальність, а механізмом – корекція змісту когнітивних утворень – автоматичних думок, глибинних переконань та наближення їх до якомога більш реалістичних шляхом тестування реальності, наприклад, поведінкових експериментів. На переконання представників другої хвилі, людина має бути дослідником у розумінні позитивних наук – ставити гіпотези та перевіряти їх, чим більше думки людини позбавлені інтерпретацій та відповідають реальності – тим щасливішою вона має бути.

Ідеалом психологічного благополуччя КПТ третьої хвилі є зайняття людиною відстороненою позицією спостерігача щодо подій внутрішнього світу, під якими розуміються думки, емоції, глибинні переконання. Також

важливого значення надається переслідуванню людиною своїх власних цінностей. Механізмом досягнення ідеалу є зміна контексту думок, що викликають дистрес без зміни їхнього змісту.

Цікавим аспектом є певна суперечність між поглядами терапій другої та третьої хвилі. Зважаючи на їхнє методологічне підґрунтя, їх інтеграція є неможливою, оскільки, зокрема, класична когнітивна терапія та терапія прийняття та відповідальності вбачають різний статус причинності думок у розвитку психологічних проблем.

Незважаючи на це, у практиці можлива еклектика технік цих підходів, наприклад, на різних етапах роботи з депресією, коли основна робота відбувається у межах другої хвилі, а на етапі роботи на запобігання рецидиву клієнта навчають технік майндфулнес. Для пояснення цього можна запропонувати, що спільним в обох підходах є зміна статусу думок – від істинних до таких, які можна піддати сумніву та дослідити – у другій хвилі, та до подій внутрішнього світу, "погоди", на яку не треба звертати увагу під час слідування власним цінностям. Отже, техніки цих двох хвиль можна використовувати послідовно.

Список використаних джерел

- Beck, A., Rush, J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1987). *Cognitive Therapy of Depression*. Guilford Press.
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive Behavior Therapy, 2nd Ed.: Basics and Beyond*. Guilford Press.
- Beck, A. T., Emery, C., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: a cognitive perspective*. Basic Books.
- Bennett-Levy, J., Butler, G., Fennell, M., Hackman, A., Mueller, M., & Westbrook, D. (2004). *Oxford guide to behavioural experiments in cognitive therapy*. Oxford University Press.
- Ellis, A. (2001). *Overcoming destructive beliefs, feelings, and behaviors: New directions for Rational Emotive Behavior Therapy*. Prometheus Books.
- Ellis, A. (2004). *The Road to Tolerance: The Philosophy of Rational Emotive Behavior Therapy*. Prometheus Books.
- Harris, R. (2019). *ACT Made Simple: An Easy-to-read Primer on Acceptance and Commitment Therapy*. New Harbinger Publications.
- Hayes, S. C. (2016). Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies – Republished Article. *Behavior therapy*, 47(6), 869–885. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.11.006>
- Horney, K. (1950). *Neurosis and Human Growth: The Struggle towards Self-Realization*. W. W. Norton, & Co., Inc.

Kabat-Zinn, J. (2005). *Coming to our senses: healing ourselves and the world through mindfulness*. Hyperion.

Lazarus, A. A. (1990). Multimodal Applications and Research: A Brief Overview and Update. *Elementary School Guidance, & Counseling Multimodal Theory. Research, and Practice*, 24(4).

Wells, A. (2005). Detached Mindfulness In *Cognitive Therapy: A Metacognitive Analysis And Ten Techniques*. *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther*, 23, 337–355. <https://doi.org/10.1007/s10942-005-0018-6>

Wells, A. (2011). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. Guilford Press.

Westbrook, D., Kennerley, H., & Kirk, J. (2007). *An Introduction to Cognitive Behaviour Therapy: Skills and Applications*. SAGE.

References

- Beck, A., Rush, J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1987). *Cognitive Therapy of Depression*. Guilford Press.
- Beck, J. S. (2011). *Cognitive Behavior Therapy, 2nd Ed.: Basics and Beyond*. Guilford Press.
- Beck, A. T., Emery, C., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: a cognitive perspective*. Basic Books.
- Bennett-Levy, J., Butler, G., Fennell, M., Hackman, A., Mueller, M., & Westbrook, D. (2004). *Oxford guide to behavioural experiments in cognitive therapy*. Oxford University Press.
- Ellis, A. (2001). *Overcoming destructive beliefs, feelings, and behaviors: New directions for Rational Emotive Behavior Therapy*. Prometheus Books.
- Ellis, A. (2004). *The Road to Tolerance: The Philosophy of Rational Emotive Behavior Therapy*. Prometheus Books.
- Harris, R. (2019). *ACT Made Simple: An Easy-to-read Primer on Acceptance and Commitment Therapy*. New Harbinger Publications.
- Hayes, S. C. (2016). Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies – Republished Article. *Behavior therapy*, 47(6), 869–885. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2016.11.006>
- Horney, K. (1950). *Neurosis and Human Growth: The Struggle towards Self-Realization*. W. W. Norton, & Co., Inc.
- Kabat-Zinn, J. (2005). *Coming to our senses: healing ourselves and the world through mindfulness*. Hyperion.
- Lazarus, A. A. (1990). Multimodal Applications and Research: A Brief Overview and Update. *Elementary School Guidance, & Counseling Multimodal Theory. Research, and Practice*, 24(4).
- Wells, A. (2005). Detached Mindfulness In *Cognitive Therapy: A Metacognitive Analysis And Ten Techniques*. *J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther*, 23, 337–355. <https://doi.org/10.1007/s10942-005-0018-6>
- Wells, A. (2011). *Metacognitive therapy for anxiety and depression*. Guilford Press.
- Westbrook, D., Kennerley, H., & Kirk, J. (2007). *An Introduction to Cognitive Behaviour Therapy: Skills and Applications*. SAGE.

Отримано редакцією журналу / Received: 11.08.23

Прорецензовано / Revised: 01.10.23

Схвалено до друку / Accepted: 15.11.23

Volodymyr ABRAMOV, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0003-1186-5272
e-mail: volodymyr.abramov@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

CONCEPTS OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN THREE WAVES OF COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY

This article analyzes the concepts of psychological well-being and the mechanisms of its achievement in three waves of cognitive-behavioral therapy (CBT): the behavioral therapy of the first wave, the classical cognitive therapy of A. Ellis and A. Beck of the second wave, and the contextual therapies of the third wave.

The ideal of psychological well-being in classical behavioral therapy involves an individual's frustration tolerance, enabling a change in their response to uncomfortable stimuli. Primary methods to achieve this ideal include step-by-step desensitization and the development of alternative behaviors through operant conditioning.

Classical cognitive therapy by A. Ellis and A. Beck operates with a more comprehensive model, considering personal factors influencing reactions to stimuli. This has led to the development of correction techniques for erroneous thinking strategies, viewed as distortions in objective information processing. Consequently, the ideal of psychological well-being is seen as a more realistic perception of reality, achieved through correcting cognitive constructs such as automatic thoughts and core beliefs aligning them with reality through testing, such as behavioral experiments. According to proponents of the second wave, individuals should adopt a scientist's mindset by formulating and testing hypotheses.

In the third wave of CBT, the ideal of psychological well-being involves individuals adopting a detached observer position toward events in their inner world, including thoughts, emotions, and core beliefs. Additionally, great importance is placed on individuals pursuing their own values. The mechanism for achieving this ideal involves changing the context of distress-inducing thoughts without altering their content.

Despite some contradictions between the views of the second and third waves of CBT, the techniques of these approaches are consistent and can be used sequentially. Corrections in thought processes, as facilitated by second-wave therapy, can change the status of thoughts from being perceived as objective truths, which can be further deepened through third-wave techniques, altering the status of thoughts from objects to contextual elements in an individual's life.

Keywords: cognitive-behavioral therapy, psychological well-being, metacognitive therapy, acceptance and commitment therapy.

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

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

ПАТОГЕНЕТИЧНІ МЕХАНІЗМИ КОМОРБІДНИХ ТРИВОЖНИХ ПОРУШЕНЬ В ОСІБ ІЗ СОЦІАЛЬНИМ ТРИВОЖНИМ РОЗЛАДОМ: РОЛЬ ДИСФУНКЦІЙНИХ КОГНІТИВНИХ СХЕМ

Вступ. *Тривожні розлади є однією з поширених категорій проблем з психічним здоров'ям, які характеризуються стійким виснажливим відчуттям тривоги, яка здебільшого зумовлена непродуктивними очікуваннями щодо потенційних викликів чи загроз. Для людей із соціальним тривожним розладом страх перед соціальними ситуаціями може відчуватися настільки інтенсивним, що опиняється поза їхнім контролем, чим спричинює схильність до соціальної ізоляції та ускладнення процесу відновлення.*

Методи. *Емпіричне дослідження проводилося у період з 2018-го до 2022-го року включно серед осіб (віком 18-40 років) із соціальним тривожним розладом та з клінічно значущими ознаками супутніх тривожних розладів (зокрема, генералізованого тривожного розладу та симптомами панічних атак) згідно з критеріями DSM-5 – основна група складалася з 651 особи. Усі учасники дослідження залучені добровільно й надали усвідомлену інформовану згоду.*

Результати. *Особи із соціальним тривожним розладом проявляють вищий рівень клінічної тривоги та загального дистресу порівняно з контрольною групою. Також виявлені суттєві відмінності в напруженості ранніх дисфункційних схем порівняно з контрольною групою. Продемонстровано кореляційні зв'язки між проявами дисфункційних схем та рівнями соціальної тривоги й проявів коморбідної психопатології. Зазначено, що внесок когнітивних, емоційних та поведінкових реакцій, пов'язаних зі схемами, такими як соціальна ізоляція / відчуження, некомпетентність / очікування невдач та очікування катастрофи, може пояснити розподіл варіабельності в симптомах соціальної тривоги та коморбідної тривожної симптоматики.*

Висновки. *Емпіричне дослідження вказує на те, що люди, які страждають від соціального тривожного розладу, мають дисфункційні переконання, які тісно пов'язані з проявами коморбідної психопатології тривожного спектра. Урахування особливостей функціонування глибинних переконань щодо себе та соціальної взаємодії, структурованих у когнітивні схеми, може сприяти визначенню ефективного підходу до терапії та поліпшенню якості життя осіб із зазначеними симптомами. Подальші дослідження можуть бути скеровані на розширення ролі ранніх дисфункційних схем у патогенезі коморбідних станів та ролі механізмів уникнення у процесі адаптації до життєвих обставин.*

Ключові слова: *соціальний тривожний розлад, соціальна ізоляція, генералізований тривожний розлад, панічні стани, ранні дисфункційні схеми.*

Вступ

Згідно з дослідженнями, проведеними до 2015 р., понад третина населення в Європі впродовж життя відчуває суттєвий дистрес чи інші симптоми тривожних порушень та/чи розладів (Bandelow, & Michaelis, 2015). Тривожні розлади вважаються одними з найпоширеніших категорій проблем з психічним здоров'ям, які демонструють постійне зростання поширеності, захворюваності та збільшення показників інвалідизації – DALY. Важливо наголосити, що показники поширеності психоемоційного дистресу, викликаного клінічною тривогою, залишаються відносно стабільними та обумовлюють взапливність та інші модифікуючі фактори ризику для формування хронічних станів і супутніх коморбідних порушень (Javaid et al., 2023). На сьогодні більшість досліджень, що вивчають коморбідність між тривожними розладами повідомляли про високий ступінь коморбідності між ними. Проблема коморбідності між різними типами тривожних розладів часто ігнорується в наявних дослідженнях, що ускладнює аналіз результатів та їх застосування до конкретних тривожних розладів чи тривоги загалом (Spence, Zubrick, & Lawrence, 2018).

Акцентом нашої уваги став соціальний тривожний розлад, або соціальна фобія. Результати крос-національного дослідження поширеності соціального тривожного розладу опублікованого у 2017 р., підтверджують високу поширеність розладу в межах 4 % впродовж життя людини, але й значну коморбідність між соціальною фобією, тривожними розладами та іншими психічними захворюваннями (Stein et al., 2017). Проведений авторами аналіз вказує, що існують закономірності у стійкості симптомів, психоемоційних порушеннях у різних сферах життєдіяльності, а також спільним патогенезом

коморбідних розладів. У контексті асоціації із соціальною фобією виявлено, що тривожні розлади переважно пов'язані з відчуттям постійної тривоги та занепокоєнням, спрямованим на міжособистісні стосунки. Зокрема, для генералізованого тривожного розладу (коморбідність до 27 %) характерні надмірно узагальнені тривожні думки, які, хоч і не пов'язані із страхом перед негативною соціальною оцінкою напруги, але можуть бути викликані тривожними переконаннями та переживанням невдач у соціальних ситуаціях. Такі механізми й особливості включають надмірне узагальнення, катастрофізацію та фіксацію на негативних малоймовірних наслідках у перспективі, з увагою, яка може зміщуватися з переконань про себе на зовнішні обставини (Turk et al., 2005). Саме тому люди із симптомами тривожних розладів можуть виявляти унікальні варіанти реагування на міжособистісні ситуації, що може сприяти міжособистісній дисфункції та асоціюватися з симптомами соціальної фобії (Аврамчук, 2021а). Згідно з узагальненим аналізом А. Коупсу та його співаторів, виявлено, що коморбідність із панічним розладом коливається в межах від 4,7 % до 26,9 %, тоді як з агорафобією вона становить від 8 % до 45 % (Коупсу et al., 2019). Досвід панічних атак може стати тригером для загострення соціальної фобії, оскільки самі симптоми та відчуття під час атак можуть стати об'єктом небажаної уваги чи викликати переконання про власну слабкість. Зосереджуючись на досвіді панічних атак, особи із соціальною фобією можуть уникати обставин, пов'язаних із фізичним дискомфортом або нав'язливими фантазіями про втрату контролю. Збільшення частоти панічних станів може підштовхувати осіб із соціальною фобією до звернення за лікуванням, навіть якщо вони довгий час вже відчувають соціальну тривогу.

Зауважимо, що поєднання агорафобії та соціальної фобії може призводити до соціальної депривації та усамітнення, що загострює клінічний стан і ускладнює можливості своєчасного звернення за необхідною допомогою (Vigne et al., 2018).

Незважаючи на виявлені характеристики, теоретичні моделі та особливості тривожних станів вимагають подальших досліджень та розширення.

Метою нашої роботи є емпірично дослідити їхні взаємозв'язки та вплив когнітивних дисфункційних схем на вираженість коморбідної тривожної патології в осіб із соціальним тривожним розладом.

Методи

З метою дослідження актуальності та виокремлення ключових аспектів для подальшої інтерпретації результатів було використано такі критерії на етапі теоретичного аналізу: дослідження спрямовувалися на осіб із встановленим діагнозом *соціальний тривожний розлад* або тих, які належали до субклінічної групи (виявлені ознаки психосоціального дистресу в соціальній взаємодії чи перед нею); здійснювалася первинна оцінка або аналіз впливу ранніх дисфункційних схем; об'єктом уваги досліджень були соціальна фобія та/або супутні тривожні стани.

Результати емпіричного етапу дослідження базуються на інформації, зібраній в період з 2018-го до 2022-го року включно від осіб, що зверталися по психологічну допомогу. Усі учасники надали інформовану згоду на використання своїх даних у дослідженні з урахуванням конфіденційності персональних даних. У розгляді враховувалися соціальні та демографічні аспекти, такі як вік, стать, освіта та соціальний статус, а також історія психічних захворювань, зокрема соціального тривожного розладу та епізодів тривожних розладів. Середній вік учасників 27–28 років, переважно жінки (близько 73 % учасників), 65,17 % мають завершену освіту та 59 % проживають з рідними чи відмічають їхню безпосередню підтримку. Психопатологічні стани, які виникають у зв'язку з хронічною соматичною патологією, включаючи наслідки від перенесеного COVID-19, та які асоційовані із уживанням психоактивних речовин або є результатом інших

психічних порушень (таких як шизофренія, біполярний розлад, психоорганічні порушення, інтелектуальна неповноправність), було враховано як критерії виключення.

Дослідження використовувало комплексний підхід до збору та аналізу даних. Первинне діагностичне інтерв'ю здійснювалося з використанням моделі інтерв'ювання "The MINI: International Neuropsychiatric Interview" (Sheehan et al., 1998-2016) з метою збору інформації від осіб із соціальним тривожним розладом чи субклінічними ознаками. Оцінка рівня соціальної тривоги та відповідність критеріям соціальної фобії здійснювалася за допомогою опитувальника "Social Phobia Inventory" (SPIN; Connor, 2000). Для визначення вираженості тривожних порушень використовувався опитувальник General Anxiety Disorder-7 (GAD-7; Spitzer et al., 2006); мінімальним балом щодо клінічно значущих симптомів тривожних станів зазвичай вважають 7 балів й вище. Для аналізу коморбідної симптоматики використовувалася методика "Symptom Checklist-90-R, Revised" (SCL-90-R; Derogatis, Unger, 2010): субшкали "міжособистісної чутливості", тривоги та загального симптоматологічного дистресу.

Для вивчення глибинних переконань у моделі патогенезу соціального тривожного розладу (Calvete, Orue, & Hankin, 2013; Mairret, Boag, & Warburton, 2014; Penney, Norton, 2022) було застосовано діагностичний опитувальник Дж Янга – "Young Schema Questionnaire: Short Form" (YSQ-S3; Young, & Brown, 2005), теоретична модель якого охоплює когнітивні та поведінкові стратегії опанування та враховує тип прив'язаності.

Усі статистичні обчислення проводилися за допомогою програмного забезпечення SPSS Version 23.0 (SPSS Inc., 2019).

Результати

За результатами первинного аналізу продемонстровано статистичну значущість порівняно з контрольною групою щодо вираженості симптомів соціального тривожного розладу та коморбідних проявів тривожного спектра (табл. 1).

Таблиця 1

Вираженість симптомів соціальної тривоги та тривожних станів по групах

	Основна група, n = 651 M (SD)	Контрольна група, N = 532 M (SD)	p value	Effect size Hedges' g (95 % CI)
SPIN	29,20 (9,76)	21,28 (8,49)	0,000	0,86 (0,78-0,94)
SCL-90-R: INT	2,38 (0,95)	1,97 (0,92)	0,001	0,44 (0,36-0,51)
GAD-7	10,78 (2,32)	10,19 (2,14)	0,002	0,23 (0,11-0,34)
SCL-90-R: ANX	1,86 (0,93)	1,72 (0,94)	0,045	0,22 (0,11-0,34)
SCL-90-R: GSI	5,62 (0,78)	5,16 (0,70)	0,000	0,62 (0,50-0,73)
SCL-90-R: PSDI	4,51 (1,03)	3,97 (0,98)	0,000	0,54 (0,42-0,65)

SCL-90-R: INT – субшкала SCL-90-R "міжособистісна чутливість"; SCL-90-R: ANX – субшкала тривожності SCL-90-R; GSI – загальний індекс тяжкості симптоматики; PSDI – індекс наявного симптоматологічного дистресу.

Виявлено прямий кореляційний зв'язок між рівнями загальних тривожних симптомів та суб'єктивним дистресом через тривогу й клінічно значущими рівнями соціального тривожного розладу ($r = 0,51 - 0,57$, $p < 0,000$). Ці результати також доповнюються скаргами людей під час діагностичних зустрічей. У результаті проведених діагностичних інтерв'ю виявлено, що більшість респондентів висловлювали посилений рівень загальної напруги та очікування панічного стану в зазначених ситуаціях соціальної взаємодії чи їх очікуванні. Істотну частину страху перед негативною оцінкою асоціювали з неспроможністю втримати свій стан під контролем та переконаннями, що їхні прояви тривоги розглядатимуться

як слабкість та вразливість. Також важливим фактором була непродуктивна фіксація на фізіологічних змінах у тілі, які пов'язувалися з імовірністю панічної атаки чи іншого дискомфорту. У контексті стратегій опанування соціальною тривою, що виявилися панівними, спостерігалася соціальне відсторонення: обмежували час проведення поряд з іншими та рідко зверталися за допомогою чи підтримкою, демонстрували обмеження у спілкуванні та прагнули уникати зорового контакту.

Аналіз кореляційного зв'язку між вираженістю коморбідної тривожної симптоматики в осіб із соціальним тривожним розладом підтвердив наявність суттєвих асоціацій із ранніми дисфункційними схемами. Зокрема,

виявлено суттєві кореляції зі схемами соціальної ізоляції / відчуження, недовіри, емоційної депривації, емоційної інгібіції, очікування катастрофи, некомпетентності / очікування невдач та безпорадності та залежності (коефіцієнти кореляції в діапазоні $r = 0,31 - 0,57$, $p < 0,000$),

що також знайшло своє підтвердження у наших попередніх дослідженнях (Аврамчук, 2021b)

У табл. 2 представлено порівняльний аналіз основної та контрольної груп щодо вираженості (напруженості) ранніх дисфункційних схем.

Таблиця 2

Вираженість дисфункційних когнітивних схем у групах досліджуваних*

Дисфункційні когнітивні схеми	Основна група M(SD)	Контрольна група M(SD)	Effect size Hedges' g (95 % CI)
Схема емоційної депривації	3,24 (1,61)	2,83 (1,47)	0,26 (0,15-0,38)
Схема соціальної ізоляції / відчуження	3,94 (1,31)	3,15 (1,30)	0,60 (0,49-0,72)
Схема недовіри	3,99 (1,08)	3,71 (1,15)	0,25 (0,14-0,37)
Схема покинення	3,48 (1,39)	3,28 (1,24)	0,15 (0,04-0,27)
Схема дефективності	2,97 (1,47)	2,62 (1,44)	0,24 (0,12-0,36)
Схема підкорення	3,48 (1,36)	3,19 (1,16)	0,23 (0,12-0,35)
Схема емоційної інгібіції	4,00 (1,03)	3,71 (1,28)	0,25 (0,14-0,37)
Схема надвисоких стандартів	4,06 (1,05)	3,74 (1,12)	0,30 (0,18-0,41)
Схема неминучих невдач / некомпетентності	3,61 (1,02)	3,06 (1,38)	0,46 (0,34-0,58)
Схема очікування катастрофи	3,62 (1,19)	3,02 (1,14)	0,51 (0,40-0,63)
Схема безпорадності / залежності	2,77 (1,39)	2,60 (1,39)	0,12 (0,01-0,24)

*включено лише дані, що продемонстрували статистичну значущість при $p < 0,05$.

Результати регресійного аналізу дозволили зробити висновки щодо взаємозв'язку переконань та поведінкового реагування, що визначаються ранніми дисфункційними схемами, із вираженістю коморбідної тривожної симптоматики. У цьому контексті поєднання схем соціальної ізоляції / відчуження, недовіри, некомпетентності / очікування невдач, очікування катастрофи, безпорадності та залежності, а також схеми підкорення, разом описують значну частину (52 %) варіації у вираженості коморбідної тривожної симптоматики. Додатково схеми соціальної ізоляції / відчуження, некомпетентності / очікування невдач, очікування катастрофи, безпорадності та залежності, а також схема злиття / невідокремленої особистої ідентичності й

підкорення є ключовими показниками для розуміння симптомологічного дистресу, пов'язаного із тривогою (46 % варіації за шкалою SCL-90-R). На підставі аналізу виявлено, що п'ять дисфункційних схем – соціальної ізоляції / відчуження, неминучих невдач / некомпетентності, схема очікування катастрофи, підкорення і схема безпорадності та залежності є спільними предикторами для коморбідної тривожності, як представлено на табл. 3. Показники вираженості схем недовіри та схеми злиття / невідокремленої особистої ідентичності, хоч і мають статистично значущий вплив ($\beta = 0,072$, $p < 0,000$ і $\beta = 0,078$, $p < 0,000$ відповідно за шкалами GAD-7 та SCL-90-R), усе ж мають невеликий вплив на коморбідні тривожні стани.

Таблиця 3

Лінійна модель регресії із залежною змінною вираженості тривожної симптоматики в осіб з соціальним тривожним розладом

Дисфункційні когнітивні схеми	B	SEB	β	t	p	Pearson Correlation
Схема соціальної ізоляції / відчуження	0,552	0,061	0,309	8,991	0,000	0,572
Схема неминучих невдач / некомпетентності	0,508	0,060	0,294	8,429	0,000	0,517
Схема очікування катастрофи	0,642	0,070	0,327	9,201	0,000	0,560
Схема підкорення	0,370	0,068	0,161	5,432	0,000	0,367
Схема безпорадності та залежності	-0,232	0,070	-0,112	-3,329	0,001	0,268

49 % дисперсії показника вираженості симптомів соціального тривожного розладу ($R^2 = 0,490$, $F_{(3; 647)} = 206,86$, $p < 0,000$, Cohen's f^2 (CI95%) = 0,876) було описано схемами соціальної ізоляції / відчуження, некомпетентності / очікування неминучих невдач і схема очікування катастрофи. Варто відзначити, що до аналізу не було включено схеми безпорадності та залежності й підкорення, оскільки під час порівняння з контрольною групою продемонстрували суттєво низький розмір ефекту, що може свідчити про випадковий характер відмінностей.

На основі проведеного регресійного аналізу встановлено, що значна частина вираженості симптомів соціального тривожного розладу може бути пояснена трьома дисфункційними схемами: соціальної ізоляції / відчуження, некомпетентності / очікування неминучих невдач і схеми очікування катастрофи. Результати ($R^2 = 0,490$, $F_{(3; 647)} = 206,86$, $p < 0,000$, Cohen's f^2 (CI95%) = 0,876) вказують на високий ступінь значущості та великий розмір ефекту в моделі. Слід відзначити, що схеми безпорадності та залежності й підкорення не були включені до

аналізу через їхній суттєво низький розмір ефекту порівняно з контрольною групою, що може свідчити про ймовірний випадковий характер відмінностей у цих схемах.

На основі отриманих результатів можна зробити висновки, що очікування неминучих невдач та очікування катастрофи відіграють важливу роль у формуванні непродуктивних переконань стосовно неможливості або обмежених шансів успішного результату соціальної взаємодії. Так званий механізм "пророцтва, що здійснюється", пов'язане зі схемами некомпетентності та очікування неминучих невдач, спонукає особу відчувати тривогу перед спробами, яких ще немає, особливо, коли існують переконання, що вони будуть негативно оцінені чи визначені. Унаслідок цього індивід, вдаючись до стратегій уникнення, обмежує можливість засвоєння коригувального емоційного досвіду та метакогнітивного опрацювання життєвих ситуацій. Невдачі призводять до посилення переконань у власній некомпетентності, підкріплюючи ригідні переконання щодо власних обмежень. Цей цикл може зумовлювати

постійну тривогу щодо можливих наслідків та невдач, зокрема в ситуаціях невизначеності чи нового досвіду, що, у свою чергу, призводить до когнітивних викривлень, таких як гіперузагальнення та катастрофізація.

Важливо відзначити, що негативні очікування та надані значення, сформовані на основі взаємодії ранніх дисфункційних схем, можуть обмежувати поведінку індивіда та сприяти його уникненню соціальної взаємодії. Це може призводити до виникнення соціальної ізоляції та підкріплення відчуття вразливості перед ризиком невдачі у взаємодії з оточенням. На нашу думку, когнітивні схеми емоційної депривації, соціальної ізоляції, очікування неминучих невдач й очікування катастрофи можуть виступати предикторами уникної поведінки й водночас слугувати механізмом розвитку коморбідного й комплементарного патогенетичного зв'язку.

Дискусія і висновки

Здійснений аналіз результатів емпіричного дослідження підтверджує тісний зв'язок між дисфункційними переконаннями та вираженістю ключової психопатології восі із соціальним тривожним розладом. За отриманими даними можна зазначити, що в людей із соціальною фобією у минулому може існувати постійне очікування невдачі, страх недосягнення успіху та неспроможності виявити себе в соціальних ситуаціях. Це може породжувати почуття невпевненості, некомпетентності та негативного уявлення про майбутнє, що збільшує вразливість перед очікуваною невдачею або катастрофою й виявляється у симптомах коморбідних тривожних станів та розладів.

Типові уявлення, що характерні для соціальної фобії та пов'язані з очікуванням негативної оцінки від інших, сприяють уникненню прямих соціальних контактів та використанню непродуктивних стратегій захисного поведіння, таких як емоційна депривація та соціальне відсторонення. Переконання у небезпеці, неприйнятності вираження власних емоцій чи втраті контролю над ними може пояснювати раціоналізацію порушеного почуття соціальної належності.

Отримані результати свідчать про потребу в розробленні інтервенцій, спрямованих на зменшення стресу, пов'язаного із соціальною взаємодією, та розвиток адаптивних стратегій управління тривогою. Урахування цих особливостей може сприяти ефективному підходу до терапії та поліпшенню якості життя осіб із зазначеними симптомами. Також результати нашого дослідження дають підставу для подальших роздумів та досліджень механізмів уникнення у здобутті коригувального досвіду. Ці напрями досліджень можуть сприяти розумінню психологічної негнучкості та порушень адаптації в осіб із соціальним тривожним розладом та допомогти в удосконаленні підходів до їх терапевтичного супроводу.

Список використаних джерел

- Аврамчук, О. (2021а). Роль впливу соціального уникнення та дистанціювання на схильність до тривожних розладів у період пандемії COVID-19. *Психосоматична медицина та загальна практика*, 6(4). <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.9.11>
- Аврамчук, О. (2021б). Соціальна тривога серед студентів під час COVID-19: роль ранніх дисфункційних схем. *Психологічний часопис*, 7(9), 136–145. <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.9.11>
- Bandelow, B., & Michaelis, S. (2015). Epidemiology of anxiety disorders in the 21st century. *Dialogues in clinical neuroscience*, 17(3), 327–335. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2015.17.3/bbandelow>
- Calvete, E., Orue, I., & Hankin, B. L. (2013). Early maladaptive schemas and social anxiety in adolescents: the mediating role of anxious automatic thoughts. *Journal of anxiety disorders*, 27(3), 278–288. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.02.011>
- Javaid, S. F., Hashim I., Jawad, H. M., Jawad, Stip, E., Samad, M. A., & Al Ahbabi, A. (2023). Epidemiology of anxiety disorders: global burden and

sociodemographic associations. *Middle East Curr Psychiatry*, 30, 44. <https://doi.org/10.1186/s43045-023-00315-3>

Koyuncu, A., Ince, E., Ertekin, E., & Tükel, R. (2019). Comorbidity in social anxiety disorder: diagnostic and therapeutic challenges. *Drugs in context*, 8. <https://doi.org/10.7573/dic.212573>

Mairet K., Boag S., & Warburton W. (2014) How important is temperament? The relationship between coping styles, early maladaptive schemas and social anxiety. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14(2), 171–190.

Penney, E. S., & Norton, A. R. (2022). A Novel Application of the Schema Therapy Mode Model for Social Anxiety Disorder: A Naturalistic Case Study. *Clinical Case Studies*, 21(1), 34–47. <https://doi.org/10.1177/15346501211027866>

Spence, S.H., Zubrick, S.R., & Lawrence, D. (2018) A profile of social, separation and generalized anxiety disorders in an Australian nationally representative sample of children and adolescents: Prevalence, comorbidity and correlates. *Australian, & New Zealand Journal of Psychiatry*, 52(5), 446–460. <https://doi.org/10.1177/0004867417741981>

Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of internal medicine*, 166(10), 1092–1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>

Stein, Dan J., Lim, Carmen C. W., Roes, Annelieke M., Jonge, Peter de, Aguilar-Gaxiola, Sergio, Al-Hamzawi, Ali, Alonso, Jordi, Benjet, Corina, Bromet, Evelyn J., Bruffaerts, Ronny, Girolamo, Giovanni de, Florescu, Silvia, Gureje, Oye, Haro, Josep Maria, Harris, Meredith G., He, Yanling, Hinkov, Hristo, Horiguchi, Itsuko, Hu, Chiyi, . . . Navarro-Mateu Fernando (2017). The cross-national epidemiology of social anxiety disorder: Data from the World Mental Health Survey Initiative. *BMC Med*, 15, 143. <https://doi.org/10.1186/s12916-017-0889-2>

Turk, C. L., Heimberg, R. G., Luterek, J. A., Mennin, D. S., & Fresco, D. M. (2005). Emotion Dysregulation in Generalized Anxiety Disorder: A Comparison with Social Anxiety Disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 29(1), 89–106. <https://doi.org/10.1007/s10608-005-1651-1>

Vigne, P., Fortes, P., Dias, R. V., Laurito, L. D., Loureiro, C. P., Menez, G. B. de, Stangier, U., & Fontenelle, L. F. (2018). Duration of untreated illness in a cross-diagnostic sample of obsessive-compulsive disorder, panic disorder, and social anxiety disorder. *CNS Spectrums*, 1–7. <http://doi.org/10.1017/s1092852918001281>

Young, J. E., & Brown, G. (2005). *Young Schema Questionnaire-Short Form; Version 3 (YSQ-S3, YSQ)* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t67023-000>

References

- Avramchuk, O. (2021a). The role of social avoidance and distancing in susceptibility to anxiety disorders during the pandemic COVID-19. *Psychosomatic Medicine and General Practice*, 6(4). <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.9.11> [in Ukrainian]
- Avramchuk, O. (2021b). Social anxiety among students during COVID-19: the role of early maladaptive schemas. *Psychological Journal*, 7(9), 136–145. <https://doi.org/10.31108/1.2021.7.9.11> [in Ukrainian]
- Bandelow, B., & Michaelis, S. (2015). Epidemiology of anxiety disorders in the 21st century. *Dialogues in clinical neuroscience*, 17(3), 327–335. <https://doi.org/10.31887/DCNS.2015.17.3/bbandelow>
- Calvete, E., Orue, I., & Hankin, B. L. (2013). Early maladaptive schemas and social anxiety in adolescents: the mediating role of anxious automatic thoughts. *Journal of anxiety disorders*, 27(3), 278–288. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.02.011>
- Javaid, S. F., Hashim I., Jawad, H. M., Jawad, Stip, E., Samad, M. A., & Al Ahbabi, A. (2023). Epidemiology of anxiety disorders: global burden and sociodemographic associations. *Middle East Curr Psychiatry*, 30, 44. <https://doi.org/10.1186/s43045-023-00315-3>
- Koyuncu, A., Ince, E., Ertekin, E., & Tükel, R. (2019). Comorbidity in social anxiety disorder: diagnostic and therapeutic challenges. *Drugs in context*, 8. <https://doi.org/10.7573/dic.212573>
- Mairet K., Boag S., & Warburton W. (2014) How important is temperament? The relationship between coping styles, early maladaptive schemas and social anxiety. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14(2), 171–190.
- Penney, E. S., & Norton, A. R. (2022). A Novel Application of the Schema Therapy Mode Model for Social Anxiety Disorder: A Naturalistic Case Study. *Clinical Case Studies*, 21(1), 34–47. <https://doi.org/10.1177/15346501211027866>
- Spence, S.H., Zubrick, S.R., & Lawrence, D. (2018) A profile of social, separation and generalized anxiety disorders in an Australian nationally representative sample of children and adolescents: Prevalence, comorbidity and correlates. *Australian, & New Zealand Journal of Psychiatry*, 52(5), 446–460. <https://doi.org/10.1177/0004867417741981>
- Spitzer, R. L., Kroenke, K., Williams, J. B., & Löwe, B. (2006). A brief measure for assessing generalized anxiety disorder: the GAD-7. *Archives of internal medicine*, 166(10), 1092–1097. <https://doi.org/10.1001/archinte.166.10.1092>
- Stein, Dan J., Lim, Carmen C. W., Roes, Annelieke M., Jonge, Peter de, Aguilar-Gaxiola, Sergio, Al-Hamzawi, Ali, Alonso, Jordi, Benjet, Corina, Bromet, Evelyn J., Bruffaerts, Ronny, Girolamo, Giovanni de, Florescu, Silvia, Gureje, Oye, Haro, Josep Maria, Harris, Meredith G., He, Yanling, Hinkov, Hristo, Horiguchi, Itsuko, Hu, Chiyi, . . . Navarro-Mateu Fernando (2017). The cross-national epidemiology of social anxiety disorder: Data from the World Mental Health Survey Initiative. *BMC Med*, 15, 143. <https://doi.org/10.1186/s12916-017-0889-2>

Turk, C. L., Heimberg, R. G., Luterek, J. A., Mennin, D. S., & Fresco, D. M. (2005). Emotion Dysregulation in Generalized Anxiety Disorder: A Comparison with Social Anxiety Disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 29(1), 89–106. <https://doi.org/10.1007/s10608-005-1651-1>

Vigne, P., Fortes, P., Dias, R. V., Laurito, L. D., Loureiro, C. P., Menez, G. B. de, Stangier, U., & Fontenelle, L. F. (2018). Duration of untreated illness in a cross-diagnostic sample of obsessive-compulsive disorder, panic disorder,

and social anxiety disorder. *CNS Spectrums*, 1–7. <http://doi.org/10.1017/s1092852918001281>

Young, J. E., & Brown, G. (2005). *Young Schema Questionnaire-Short Form; Version 3 (YSQ-S3, YSQ)* [Database record]. APA PsycTests. <https://doi.org/10.1037/t67023-000>

Отримано редакцією журналу: / Received: 10.09.23
Прорецензовано: / Revised: 06.10.23
Схвалено до друку: / Accepted: 15.11.23

Oleksandr AVRAMCHUK, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0001-8512-7817
e-mail: avramchuk.md@ucu.edu.ua
Ukrainian Catholic University, Lviv, Ukraine

PATHOGENETIC MECHANISMS OF COMORBID ANXIETY DISORDERS IN PERSONS WITH SOCIAL ANXIETY DISORDER: THE ROLE OF DYSFUNCTION COGNITIVE SCHEMES

Background. Anxiety disorders are one of the common categories of mental health problems characterized by a persistent debilitating feeling of anxiety, which is due mainly to unproductive expectations about potential challenges or threats. For example, for people with social anxiety disorder, the fear of social situations can feel so intense that it seems out of their control, leading to a tendency toward social isolation and complicating the recovery process.

Methods. An empirical study was conducted between 2018 and 2022 among individuals (aged 18-40) with social anxiety disorder and with clinically significant symptoms of co-occurring anxiety disorders (including generalized anxiety disorder and symptoms of panic attacks) according to DSM-5 criteria – the main the group consisted of 651 people. All study participants participated voluntarily and provided informed consent.

Results. Individuals with social anxiety disorder exhibit higher levels of clinical anxiety and general distress compared to controls. Significant differences in the intensity of early dysfunctional schemes were also found compared to the control group. Correlations between manifestations of dysfunctional schemas, levels of social anxiety and manifestations of comorbid psychopathology have been demonstrated. It has been suggested that the contribution of cognitive, emotional, and behavioral responses related to schemas such as social isolation/alienation, incompetence/failure anticipation, and catastrophe anticipation may explain the distribution of variability in social anxiety symptoms and comorbid anxiety symptoms.

Conclusions. The analysis of the results of the empirical study confirms the close relationship between dysfunctional beliefs and the severity of anxiety psychopathology in individuals with social anxiety disorder. Considering the features of the functioning of deep beliefs about oneself and social interaction, structured into cognitive schemes, can contribute to a practical approach to therapy and improve the quality of life of persons with the specified symptoms. Further research can be directed at expanding the role of early dysfunctional schemes in the pathogenesis of comorbid conditions and the role of avoidance mechanisms in adapting to life circumstances.

Keywords: social anxiety, social phobia, social isolation, generalized anxiety disorder, panic attacks, early maladaptive schemas.

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

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

Катерина АККАЯ, асп.

ORCID ID: 0000-0001-9561-7676

e-mail: k.malofeikina@student.karazin.ua

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, Харків, Україна

Валерій ОЛЕФІР, д-р психол. наук, доц.

ORCID ID: 0000-0003-3552-3277

e-mail: voolefir@karazin.ua

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна, Харків, Україна

ПСИХОМЕТРИЧНІ ВЛАСТИВОСТІ УКРАЇНСЬКОЇ ВЕРСІЇ ОПИТУВАЛЬНИКА "ОЦІНКА СТАТУСІВ ПРОФЕСІЙНОЇ ІДЕНТИЧНОСТІ" (VISA-19)

Вступ. Актуальність і мета дослідження. Професійна ідентичність вважається однією з найбільш важливих сфер загальної ідентичності, а її дослідження набуває все більшої актуальності та популярності серед українських дослідників. Особливо значущою темою серед досліджень професійної ідентичності є дослідження її становлення. Проте наразі фактично відсутні українськомовні методики дослідження становлення професійної ідентичності. Тому дослідження присвячено перекладу та адаптації англomовного опитувальника Оцінювання статусів професійної ідентичності (VISA), а також перевірку психометричних властивостей та виміральної інваріантності даної адаптації для українських студентів.

Методи. У кроспорепоновому дослідженні взяли участь 458 студентів 1–5 курсів різних спеціальностей (62 % жінок) віком 17–22 років ($M = 19$). Для перекладу було взято північноамериканський опитувальник статусів професійної ідентичності Vocational Identity Status Assessment (VISA). Прямий та зворотний переклад було виконано двома перекладачами, і перекладену версію було представлено у Гугл Формі досліджуванам. Для оцінювання факторної структури, валідності, надійності та виміральної інваріантності опитувальника за ознакою статі було проведено конфірмаційний факторний аналіз.

Результати. За основну версію було прийнято скорочений варіант опитувальника (VISA-19), який показав відповідність оригінальній шестифакторній моделі та гарні психометричні властивості: $CFI = 0,954$, $TLI = 0,943$, $RMSEA = 0,067$ [0,060-0,075], $SRMR = 0,053$, α коливається у межах 0,69-0,81, $CR = 0,65$ -0,77, $AVE = 0,43$ -0,59, $HTMT = 0,057$ -0,856. Було встановлено метричну, скалярну і строгу вимірвальну інваріантність за ознакою статі для скороченої версії опитувальника, ΔCFI коливалася в межах -0,004-0,000, $\Delta RMSEA = -0,001$ -0,003, $\Delta SRMR = 0,001$ -0,005.

Висновки. Українська скорочена версія опитувальника VISA-19 показала гарні психометричні властивості та вимірвальну інваріантність за ознакою статі та може використовуватися для подальших досліджень та практики.

Ключові слова: ідентичність, професійна ідентичність, психометрична оцінка, конфірмаційний факторний аналіз, інваріантність вимірювань.

Вступ

Як предмет психологічних досліджень поняття ідентичності було запропоновано Е. Еріксоном. Будучи, швидше, психоаналітиком, ніж науковцем, Е. Еріксон залишив у своїх працях дуже туманне визначення ідентичності. Зазвичай йому приписують таке визначення: "внутрішня безперервність, тотожність людини самій собі, а також усвідомлення своєї унікальності незалежно від соціальних ролей та деяка солідарність із установками, цінностями групи". Проте в його трудах ми можемо знайти, що не менш важливим є усвідомлення того, що певний спосіб оволодіння досвідом (его-синтез) є у відповідності з певною груповою ідентичністю та груповими очікуваннями. Також він наголошує, що ідентичність – це не тільки інтеграція усіх ідентифікацій між собою, але і їх інтеграція з потребами, нахилами, здібностями, соціальними ролями, а також із певними сприйняттями іншими індивідами, "виявленого в реальній перспективі кар'єри" (Erikson, 1993, с. 228).

Таким чином, по-перше, ідентичність – це форма інтеграції досвіду людини з її внутрішніми характеристиками та очікуваннями суспільства. По-друге, звідси випливає, що ідентичність не може бути встановлена лише за зовнішніми характеристиками. Це багатогранне явище, яке ґрунтується на інтерпретації людиною соціальних очікувань, я-концепції та, що найважливіше, конгруентності, яка виражається у тому "почутті тотожності", яким оперує Е. Еріксон. Процес формування ідентичності він бачив через протистояння синтезу Еґо – його дифузії. І, по-третє, можна побачити, що найважливішим аспектом встановлення ідентичності він бачив саме встановлення професійної визначеності.

Дж. Марсія, працюючи над операціоналізацією теорії Е. Еріксона, спробував описати її як динамічну

організацію внутрішніх структур, таких як потреби, здібності, переконання, персональні історії тощо, спостережувану через вибори, які роблять люди (Kroger, & Marcia, 2011). Її формування він бачив саме через формування певних патернів способів прийняття цих виборів. Для дослідження ідентичності він вирішив два процеси, через які ідентичність формується: дослідження та прихильність (Marcia, 1966). Дослідження – це процес, під час якого людина активно цікавиться різними варіантами ідентичності та експериментує з різними соціальними ролями. Виражаючи прихильність до того чи іншого варіанта ідентичності, людина бере на себе певні зобов'язання дотримуватися норм, цінностей, цілей обраної ідентичності (Luysckx, & Robitschek, 2014). На перетині цих двох процесів Дж. Марсія виокремив чотири статуси ідентичності – дифузний, передчасний, мораторій та досягнутий, які і стали найбільш популярними для аналізу на довгі роки, як серед академічних, так і серед вітчизняних авторів (Злобіна, 2017; Загرای, & Готич, 2021).

Але з часом з'явилася критика статусної моделі розвитку ідентичності, зокрема, у питанні оптимальної послідовності статусів для розвитку (Al-Owaidha et al., 2009). Також значним обмеженням статусної парадигми Дж. Марсія стало те, що неможливо однозначно зарахувати людину до певного статусу (Bosma, 1992): зазвичай результати наводяться у відсотковому співвідношенні між статусами (25 % моїх відповідей стосуються дифузного статусу, 15 % досягнутого тощо). Часто виникає ситуація, яка не дозволяє зарахувати досліджуваного до того чи іншого статусу – коли відсоткове співвідношення приблизно рівне. Тому дослідники повернулися до аналізу та розвитку парадигми процесів ідентичності. Три найбільш впливові моделі на цей час було розроблено в цьому руслі: інтегративна модель (Luysckx et al., 2006),

© Аккая Катерина, Олефір Валерій, 2023

трифакторна модель (Crocetti et al., 2008) та модель стилю набуття ідентичності (Berzonsky, 1989).

Огляд літератури. Статусна парадигма Дж. Марсія надихала дослідників на нові розробки. Зокрема, його процеси формування ідентичності у 80–90-х роках розширив Х. А. Босма (Bosma, 1992). Він звернув увагу на те, що саме прихильність до якоїсь ідентичності не є тим же самим, що і ідентифікація з цією прихильністю. Таким чином, взяття зобов'язання дотримуватися певної ідентичності зовсім не означає, що людина почувається впевненою щодо прихильності цій ідентичності. Тож чіткою ідентичність стає тільки тоді, коли людина не просто зупиняє свій вибір на якійсь ідентичності, не просто бере зобов'язання дотримуватися цієї ідентичності, але коли вона почувається впевненою щодо цього та усвідомлює ці зобов'язання як важливу та бажану частину особистості (Luysckx et al., 2006).

Іншим розширенням процесів, за Дж. Марсія, є розділення процесу дослідження на два: дослідження різних варіантів ("розширене дослідження") та "поглиблене дослідження" – поглиблення знань про вже обраний вибір. Це розділення почало складатися з робіт про цикли мораторію-досагнення – ідеї про те, що дослідження та прихильність організуються у повторювані цикли (Stephen et al., 1992), однак чітке розділення та назву воно отримало в дослідженні інших авторів (Luysckx et al., 2006). Зокрема, було відмічено, що дослідження Дж. Марсія – це дослідження різних альтернатив, але дослідження перед обранням одного з варіантів не включає те, що після вибору прихильності до конкретної ідентичності людина продовжує досліджувати "вглиб" – рефлексувати та збирати більше інформації про ці зобов'язання (Meeus, 1996). Тоді ми отримуємо процес такого вигляду: розширене дослідження → вибір прихильності → поглиблене дослідження → ідентифікація з прихильністю. Зі змінами (внутрішніми чи зовнішніми) у людини, що вже ідентифікувалася із прихильністю до ідентичності, може виникнути потреба переглянути зроблені зобов'язання, що може "відкидати" її на поглиблене дослідження або на розширене дослідження – якщо поглиблене дослідження не дало бажаних результатів.

Проаналізувавши ці ідеї, колектив авторів висунув чотирипроцесну модель ідентичності (інтегративну): формування прихильності, ідентифікація з прихильністю, розширене дослідження, поглиблене дослідження (Luysckx et al., 2006).

У процесі валідазації опитувальника та наступних досліджень вони виявили невідповідність: дослідження ідентичності було пов'язане як з допитливістю та відкритістю, так і з тривогою та депресією. Подальші дослідження (Luysckx et al., 2008) дозволили додати п'ятий процес до моделі – нав'язливе (румінативне, неадаптивне) дослідження. Це дисфункційна форма дослідження ідентичності, яка характеризується постійними роздумами та сумнівами щодо можливих варіантів ідентичності та відмовою виражати прихильність та приймати зобов'язання щодо якоїсь однієї.

Ці п'ять процесів добре кластеризуються у традиційні досягнуту та передчасну ідентичності. Класичний мораторій не було виявлено, натомість було виявлено румінативний мораторій, який характеризується високими балами за нав'язливим дослідженням. Дифузний статус поділився на змішану дифузію ("confused diffusion") та безтурботну дифузію ("carefree diffusion") – вони розрізняються тим, що в змішаній дифузії відбувається нав'язливе дослідження за низьких показників усіх інших процесів, а в безтурботній

румінація також відсутня. Також ця кластеризація відрізняється від традиційної статусної моделі виділенням недиференційованого статусу – коли всі процеси мають середні оцінки. У цьому дослідженні таких випадків виявилось аж чверть (Luysckx et al., 2008).

Інша модель, що також заснована на цих процесах дослідження, формування прихильності та нав'язливого дослідження – трифакторна модель формування ідентичності (Crocetti et al., 2008; Meeus et al., 2010). Автори висунули ідею про три процеси: 1) прихильність до ідентичності: прийняття твердого вибору та впевненість, яка виходить з цього вибору; 2) поглиблене дослідження (пошук): ступінь, у якому підлітки активно досліджують прийняті зобов'язання, думаючи про ці вибори, шукаючи про них інформацію чи розмовляючи з іншими людьми про них; 3) перегляд прихильності: бажання "скасувати" попередні зобов'язання та шукати нові, порівняння наявних прихильностей з новими можливими, коли наявні вже не задовольняють підлітка.

Від інтегративної моделі вона відрізняється, по-перше, кількістю процесів, про які йдеться, а, по-друге, порядком цих процесів: якщо в інтегративній моделі формуванню прихильності передують поверхове ознайомлення із варіантами ідентичностей, то в трифакторній моделі вважається, що підліток уже має якісь більш чи менш сформовані прихильності до початку формування ідентичності.

Деякі автори (Crocetti et al., 2013) розглядають зв'язок цієї моделі з такою концептуалізацією ідентичності, як функції ідентичності, а також зі статусами та стилями набуття ідентичності.

Модель стилю набуття ідентичності (Berzonsky, 1989) взяла за основу також Еріксонівський підхід. Згідно з нею, люди різняться у способі набуття ідентичності, а саме в соціально-когнітивних стратегіях виконання чи уникання завдань, пов'язаних із набуттям ідентичності. Цих "стилів" три – інформаційна орієнтація (включає саморефлексію, збирання та оцінювання Я-релевантної інформації), нормативна (характеризується автоматичним прийняттям установок, цінностей, очікувань інших) та дифузно-уніка (характеризується відмовою поринати в розв'язання проблем ідентичності). Ця модель, імовірно, тяжіє до когнітивістського підходу, проте розглядає ті ж процеси, що і вищеописані моделі.

Вважається, що ідентичність формується по-різному в різних сферах життя – "доменах". При цьому існують докази (Skorikov, & Vondracek, 2011; Porfeli et al., 2011), що в загальній ідентичності домен професійної ідентичності є найбільш важливим з усіх, таким, що веде за собою розвиток у всіх інших доменах. Тому вважається доцільним створення опитувальника для діагностики розвитку саме професійної ідентичності на основі сучасних моделей розвитку ідентичності.

У закордонних дослідженнях ці розробки було втілено в різних опитувальниках (Porfeli et al., 2011), однак відповідних досліджень для української популяції на сьогодні немає. Ми вважаємо, причини на це як мінімум дві – відсутність широкої обізнаності на цій проблематиці та недостатність відповідного діагностичного інструментарію. На сьогодні діагностика професійної ідентичності в Еріксонівській парадигмі можлива або за допомогою Марсієвського інтерв'ю, яке вимагає багато часу для проведення та аналізу, або "збірним" інструментарієм (набір неспеціалізованих опитувальників, кожен дослідник наново "винаходить" цей набір), або не українськомовними опитувальниками, частина з яких не проходила психометричну перевірку, частина створена для вузьких

професійних чи вікових груп, а решта – застаріла щодо європо-американських (а тому не дозволяє зіставляти результати) (Малофейкіна, 2022). Зазначимо також, що нестача психодіагностичного інструментарію породжує проблему відтворюваності результатів: дослідники часто користуються комплексом методів, склад яких винаходять кожного разу свій, що призводить до складнощів у порівнянні результатів та неможливості метааналітичного дослідження.

Зараз, коли українська наука, як ніколи, прямує до інтеграції у світову, нам необхідні релевантні методи діагностики, які дадуть можливість не тільки бути більш помітними у світовому науковому просторі, але також, що важливо, порівнювати результати дослідження української та закордонних популяцій.

Перелічені проблеми дають підставу вважати актуальним та значущим створення українськомовної версії опитувальника професійної ідентичності, заснованого на одній з найбільш поширених моделей розвитку ідентичності – інтегративній моделі.

Методи

Оригінальний опитувальник Vocational Identity Status Assessment (VISA) створено у 2011 р. групою північно-американських дослідників (Porfeli et al., 2011). Він призначався для школярів старшої школи та студентів ЗВО та показував гарні психометричні якості. В основу було покладено інтегративну модель розвитку ідентичності.

Готовий опитувальник складався з шести шкал:

- 1) формування прихильності (Career Commitment): прийняття відносно твердого вибору щодо професії;
- 2) ідентифікація з прихильністю (Identification with Career Commitment): характеризується почуттям впевненості щодо зробленого вибору;
- 3) розширене дослідження професійного шляху (In-Breadth Career Exploration): пошук та обдумування різних можливих варіантів професійних шляхів;
- 4) поглиблене дослідження професійного шляху (In-Depth Career Exploration): дослідження обраного професійного шляху та себе щодо обраного професійного шляху;
- 5) професійна невпевненість у собі, або професійні сумніви (Career Self-Doubt): характеризується сумнівом, занепокоєнням і турбуванням про поточний професійний вибір та відчуттям, що інші поділяють ті ж почуття та ідеї;
- 6) гнучкість прихильності (Career Commitment Flexibility): активний та постійний розгляд альтернатив та визнання і прийняття того, що вибір кар'єри, інтереси та цінності можуть змінюватися у майбутньому у результаті навчання та досвіду.

До кожної шкали належать по п'ять пунктів у вигляді тверджень, які необхідно оцінити за шкалою Лайкерта від "Повністю не згоден" (1 бал) до "Повністю згоден" (5 балів). Таким чином за кожною шкалою можна було отримати від 5 до 25 балів включно. Загальна шкала не обчислюється (концептуально обумовлено).

Кластерним аналізом автори опитувальника виділяли шість можливих статусів професійної ідентичності: досягнута, пошуковий мораторій, мораторій, передчасна, дифузна та недиференційована ідентичність.

Опитувальник було переведено різними мовами, з відомих нам – китайською (Zhang et al., 2019), іспанською (Guerra García Novak, 2017), французькою (Lannegrand-Willems, & Perchec, 2017), словацькою (Baňasová et al., 2016), італійською (Sestito et al., 2015), корейською (Lee et al., 2014), турецькою (Öngen, 2014) мовами, і ці версії також показували гарні психометричні якості (деякі – лише за умови певних модифікацій).

Тож, **метою** цього дослідження є перевірка психометричних якостей української адаптації опитувальника VISA.

Було виконано прямий та зворотний переклад опитувальника із залученням двох перекладачів. Отриманий скоректований переклад ми оформили в опитувальник та опитали студентів харківських ЗВО в мережі Інтернет (з використанням Google Forms). Участь у дослідженні була суто добровільною, усі учасники прочитали та прийняли інформовану згоду на участь у дослідженні. У дослідженні взяли участь 458 студентів 1–5 курсів віком 17–22 років ($M = 19$) різних спеціальностей, із них 36 % чоловіків, 62 % жінок та 2 % позначили стат'я як "Інше/не хочу говорити".

На першому етапі за отриманими емпіричними даними було проведено конфірматорний факторний аналіз (КФА) для перевірки факторної структури та пошуку найліпшої моделі для української вибірки. Усі обчислення проводилися за допомогою R (R Core Team, 2022) та RStudio (Posit team, 2023), пакети *semTools* та *lavaan*. Для обчислень придатності моделі значення за пунктами вважалися порядковими з використанням оцінювача WLSMV (зважені найменші квадрати з припасованими середніми та дисперсією), який не передбачає необхідності нормального розподілення даних та підходить для опрацювання порядкових даних.

Ми протестували 5 моделей:

- модель із шістьма оригінальними корельованими факторами (Модель 1) (Porfeli et al., 2011),
- модель із шістьма оригінальними некорельованими факторами (Модель 2),
- дві ієрархічні моделі – з шістьма корельованими факторами та одним загальним фактором другого порядку (Модель 3) та з шістьма факторами і трьома корельованими факторами другого порядку – фактор дослідження, фактор прихильності та фактор переосмислення ідентичності (Модель 4),
- та модель з трьома корельованими факторами (спираючись на трифакторну модель (Crocetti et al., 2008) – прихильність до професії (перші дві субшкали), четверта шкала "поглиблене дослідження" та дві останні шкали як фактор переосмислення) (Модель 5).

Вибір цих моделей обумовлений теоретичними засадами оригінального опитувальника: Модель 1 є оригінальною моделлю опитувальника, Модель 2 тестує гіпотезу, що оригінальні фактори є унікальними та не пов'язаними один з одним, Модель 3 та 4 має під собою ідею загального фактора розвитку ідентичності, одного чи трьох вищого порядку (орієнтуючись на попередні теорії вимірів ідентичності). Модель 5 схожа на Модель 4, але, щоб повторити оригінальну теорію, нам доводиться уникати пунктів, що дають навантаження на третій фактор "Розширене дослідження", та навантажувати три загальні фактори прямо, втрачаючи певну діагностичну інформацію.

Результати

Придатними вважалися моделі, для яких індекси відповідності $CFI > 0,9$, $TLI > 0,9$, $RMSEA < 0,8$, $SRMR < 0,8$. Загалом три з п'яти моделей виявили прийнятні індекси відповідності (табл. 1, виділено жирним шрифтом): оригінальна модель опитувальника (Модель 1), модель із трьома факторами другого порядку (Модель 4) та з трьома факторами першого порядку з виключенням пунктів шкали "Розширене дослідження" (Модель 5).

Таблиця 1

Індекси відповідності моделей опитувальника з різними факторними структурами

	Модель 1	Модель 2	Модель 3	Модель 4	Модель 5
CFI	0,927	0,291	0,834	0,907	0,931
TLI	0,919	0,239	0,819	0,898	0,923
RMSEA	0,059	0,180	0,088	0,066	0,066
[CI]	[0,054–0,063]	[0,176–0,184]	[0,084–0,092]	[0,062–0,070]	[0,061–0,072]
SRMR ("no mean" method)	0,064	0,231	0,093	0,073	0,062

Ми зупинилися на Моделі 1, оскільки вона показала кращі індекси відповідності порівняно з Моделлю 4 (шість оригінальних факторів, які утворюють три фактори другого порядку), та більш інформативна порівняно з Моделлю 5 (три фактори першого порядку з виключенням пунктів, що навантажують шкалу "Розширене дослідження").

Таким чином, подальша перевірка психометричних властивостей опитувальника відбувалася з використанням Моделі 1: F1 – латентний фактор "Прихильність до професії", F2 – латентний фактор "Ідентифікація з прихильністю", F3 – латентний фактор "Розширене дослідження", F4 – латентний фактор "Поглиблене дослідження", F5 – латентний фактор "Професійні сумніви", F6 – латентний фактор "Гнучкість прихильності".

Готова шкала містила 28 пунктів та 6 субшкал: "Формування прихильності" (F1) – пункти 1, 5, 9, 13, 17, "Ідентифікація з прихильністю" (F2) – пункти 2, 6, 10, 14, 18, "Розширене дослідження" (F3) – пункти 21, 23, 24, 27, 29, "Поглиблене дослідження" (F4) – пункти 22, 25, 26, 28, 30, "Професійні сумніви" (F5) – пункти 3, 7, 11, 15, 19, "Гнучкість прихильності" (F6) – пункти 4, 8, 12, 16, 20. Стандартизовані факторні навантаження пунктів та коваріації між факторами наведено дод. 1 та в табл. 2 відповідно.

Далі ми перевірили її валідність та надійність відповідно до рекомендацій (Hair Jr, et al., 2021). Першим кроком рекомендується оцінити індикаторну надійність, тобто факторні навантаження. Найчастіше критерієм відсічення стає навантаження менше ніж $g = 0,4$. Усі факторні навантаження у цьому варіанті опитувальника є статистично значущими на рівні $p < 0,001$, але пункт 7 навантажує фактор "Професійні сумніви" з навантаженням $g = 0,243$, що свідчить про низьку надійність цього індикатора.

Для оцінювання внутрішньої узгодженості було використано "порядковий альфа" (відповідно до стандартного

α Кронбаха; Zumbo et al., 2007) та коефіцієнт композитної надійності (CR, hierarchical omega). Для оцінювання конвергентної валідності було використано коефіцієнт AVE (середня вилучена дисперсія), обчислений через порядковий характер пунктів на основі поліхоричних (полісерійних) кореляцій, а не кореляцій Пірсона. Для оцінювання дискримінантної валідності було використано коефіцієнт HTMT-ratio (пропорція між гетеро- та монорисами, використовувався HTMT2 як тест для оцінювання багатовимірного конструкту) (Roemer et al., 2021).

Задовільними вважалися такі результати (Hair Jr. et al., 2021):

1. Для порядкового альфа: $\geq 0,6$;
2. Для CR: $\geq 0,6$;

3. Для AVE: $\geq 0,5$; якщо $CR \geq 0,6$, то $AVE \geq 0,4$ також вважається прийнятним відповідно до (Huang et al., 2013);

4. Для HTMT: $\leq 0,9$ (через концептуальну близькість конструктів) (Hensler et al., 2015).

Результати обчислень можна побачити в табл. 2. Відповідно до вищезазначених критеріїв, усі коефіцієнти можна вважати задовільними. Варто зауважити, що 1) субшкали "Професійні сумніви" та "Гнучкість прихильності" мають трохи завищений показник дискримінантної валідності 0,906, що свідчить про високу концептуальну близькість цих конструктів; 2) трохи заниженими відповідно до встановлених критеріїв можна вважати показники конвергентної валідності для шкал "Розширене дослідження" та "Професійні сумніви". Подальші дослідження показують, що конвергентна валідність цих шкал може бути підвищена шляхом видалення пунктів 7, 27 та 29 як таких, що мають відносно слабкі факторні навантаження та велику помилку виміру.

Таблиця 2

Кореляції між факторами, показники валідності та надійності для Моделі 1

	α	CR	AVE	F1	F2	F3	F4	F5	F6
F1	0,788	0,779	0,445	–	0,841***	–0,096	0,624***	–0,809***	–0,743***
F2	0,811	0,773	0,476	0,848	–	–0,063	0,674***	–0,694***	–0,631***
F3	0,700	0,680	0,330	0,115	0,118	–	0,554***	0,228**	0,453***
F4	0,783	0,747	0,430	0,613	0,652	0,438	–	–0,442***	–0,287***
F5	0,734	0,688	0,383	0,648	0,607	0,205	0,325	–	0,866***
F6	0,766	0,766	0,429	0,735	0,587	0,398	0,238	0,906	–

Примітка: показники внутрішньої узгодженості α порядкова, композитної валідності CR, конвергентної валідності AVE, показник дискримінантної валідності HTMT (під діагоналлю), кореляції між факторами (над діагоналлю).

** – кореляція на рівні $p < 0,01$, *** – кореляція на рівні $p < 0,001$.

Наступним кроком для забезпечення швидкості та легкості проведення опитування, за збереження валідності та надійності, ми скоротили шкалу. Скорочення пунктів відбувалося відповідно до таких критеріїв (Stanton et al., 2002):

- видаляються пункти, які мають найнижчі факторні навантаження відповідно до субшкали, яку вони утворюють;
- не видаляються пункти, якщо їх відсутність зменшує надійність опитувальника;

- не видаляються пункти, якщо при цьому зміст фактора або важливі аспекти опитувальника страждають.

Таким чином, з огляду на виокремлені критерії, ми скоротили опитувальник до 19 пунктів (VISA-19) (рис. 1): "Формування прихильності" (F1) – пункти 1, 5, 9, 13, "Ідентифікація з прихильністю" (F2) – пункти 2, 6, 14, "Розширене дослідження" (F3) – пункти 21, 23, 24, "Поглиблене дослідження" (F4) – пункти 22, 25, 26, "Професійні сумніви" (F5) – пункти 3, 15, 19, "Гнучкість прихильності" (F6) – пункти 4, 8, 16.

У кожній субшкалі, окрім F1, по три пункти, які відображають суть фактора та не знижують індекси відповідності та валідності і надійності шкали. Для F1 було знайдено компроміс у чотири пункти, які відображають суть фактора та не знижують індекси відповідності та валідності і надійності шкали.

Для цієї моделі індекси відповідності також є прийнятними: CFI = 0,954, TLI = 0,943, RMSEA = 0,067 [0,060–0,075], SRMR ("no mean" method) = 0,053. Кореляції між факторами та коефіцієнти надійності і валідності наведені в табл. 3.

Таблиця 3

Кореляції між факторами, показники валідності та надійності для скороченої моделі (VISA-19)

	α	CR	AVE	F1	F2	F3	F4	F5	F6
F1	0,779	0,765	0,486	–	0,824***	–0,108	0,628***	–0,847***	–0,770***
F2	0,809	0,761	0,587	0,821	–	–0,010	0,724***	–0,751***	–0,673***
F3	0,689	0,653	0,428	0,119	0,057	–	0,450***	0,230***	0,380***
F4	0,721	0,680	0,474	0,615	0,717	0,429	–	–0,528***	–0,390***
F5	0,741	0,703	0,492	0,856	0,727	0,167	0,498	–	0,804***
F6	0,756	0,759	0,542	0,823	0,674	0,383	0,388	0,824	–

Примітка: показники внутрішньої узгодженості α порядкова, композитної валідності CR, конвергентної валідності AVE, показник дискримінантної валідності HTMT (під діагоналлю), кореляції між факторами (над діагоналлю).

*** – кореляція на рівні $p < 0,001$.

Факторні навантаження пунктів опитувальника всі високі (0,595–0,818) та значущі ($p < 0,001$) (рис 1), а коефіцієнти надійності та валідності в межах прийнятного (зокрема, розв'язалася проблема дискримінантної валідності).

Таким чином, скорочений опитувальник (19 пунктів) показує не гірші (де-коли кращі) результати, ніж

опитувальник у 28 пунктів, та загалом має задовільні психометричні властивості. Оскільки він показує кращу дискримінантну валідність, то було вирішено вважати його основною версією української адаптації опитувальника VISA (Porfeli et al., 2011).

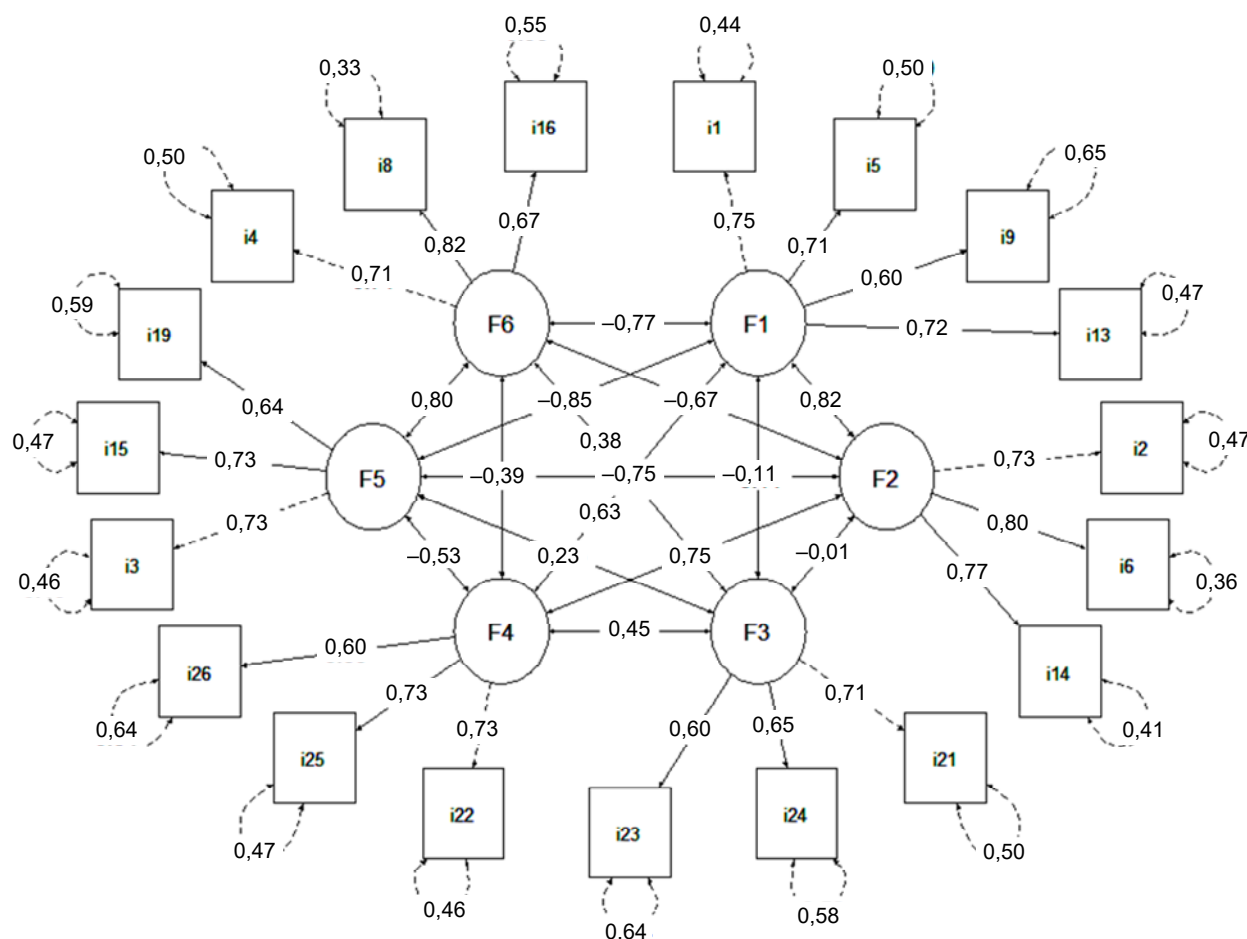


Рис. 1. Оцінена модель скороченої української версії опитувальника VISA-19

Готовий 19-пунктовий опитувальник VISA-19 було протестовано на іншій вибірці ($n = 192$) зі схожими соціально-демографічними характеристиками для підтвердження факторної структури, валідності та надійності. Усі показники відповідності виявилися прийнятними

(CFI = 0,954, TLI = 0,942, RMSEA = 0,069 [0,057–0,082], SRMR ("no mean" method) = 0,067). Показники надійності та валідності (окрім AVE для субшкали "Широке дослідження" (0,364)) також були задовільними та загалом

підтвердили факторну структуру, валідність та надійність опитувальника (табл. 4).

Таблиця 4

Підтвердження валідності та надійності VISA-19 на додатковій вибірці

	α	CR	AVE	F1	F2	F3	F4	F5	F6
F1	0,794	0,789	0,516	—	0,755***	0,050	0,760***	-0,781***	-0,734***
F2	0,806	0,766	0,590	0,782	—	0,010	0,779***	-0,683***	-0,678***
F3	0,613	0,596	0,364	0,161	0,086	—	0,461***	-0,010	0,255**
F4	0,747	0,718	0,516	0,793	0,791	0,387	—	-0,606***	-0,560***
F5	0,774	0,712	0,539	0,742	0,596	0,098	0,566	—	0,724***
F6	0,778	0,785	0,582	0,722	0,619	0,189	0,587	0,707	—

Примітка: показники внутрішньої узгодженості α порядкова, композитної валідності CR, конвергентної валідності AVE, показник дискримінантної валідності HTMT (під діагоналлю), кореляції між факторами (над діагоналлю).

** – кореляція на рівні $p < 0,01$, *** – кореляція на рівні $p < 0,001$.

Останнім кроком в адаптації опитувальника була перевірка його вимірювальної інваріантності (за статтю) для оцінювання можливості порівнювати результати двох груп (чоловіків та жінок). Існує кілька рівнів вимірювальної інваріантності:

1. Конфігураційна інваріантність: цей рівень перевіряє, чи мають структурні параметри вимірювальної моделі однакові значення для всіх груп, тобто чи однакова структура моделі для всіх груп.

2. Метрична інваріантність: цей рівень перевіряє, чи мають факторні навантаження однаковий масштаб для усіх груп, тобто чи однакова відносна важливість пунктів для груп порівняння.

3. Скалярна інваріантність: на цьому рівні перевіряється, чи однакові для всіх груп значення інтерсептів, а також факторні навантаження, тобто чи "нульова точка" вимірювання однакова для груп порівняння.

4. Строга інваріантність: цей рівень перевіряє, чи однакові для всіх груп залишкові відхилення після урахування факторної структури й інтерсептів, що показує, чи має ті ж тенденції залишкова (непояснена) дисперсія серед груп порівняння.

Для перевірки кожного з припущень використовувався багатогруповий КФА (методом robust (стійкого) WLSMV) у групах за статтю (жінки та чоловіки). З аналізу було виключено дані досліджуваних, які на запитання про стать відповіли "Інше / не хочу говорити", після чого загальний розмір вибірки становив 448 (283 жінки, 165 чоловіків).

Метою цього аналізу є встановлення прийнятності індексів відповідності моделей для чоловіків та жінок, а також наявності чи відсутності значущої різниці між вкладеними моделями з різним рівнем обмежень. Порівнювалися моделі: 1) конфігураційна та вкладена в неї метрична; 2) метрична та вкладена у неї скалярна; 3) скалярна та вкладена в неї строга. У разі прийнятності індексів відповідності та відсутності значущої різниці між моделями ми можемо стверджувати, що опитувальник придатний для порівняння результатів у групах за ознакою статі. Для оцінювання індексів відповідності використовувалися ті ж критерії, що і для попередніх оцінок моделей. Для оцінювання різниці між моделями використовувалися такі критерії: $\Delta CFI \leq -0,02$, $\Delta RMSEA \leq 0,015$ і $\Delta SRMR \leq 0,03$ для становлення метричної інваріантності і $\Delta CFI \leq -0,01$, $RMSEA \leq 0,015$ і $SRMR \leq 0,01$ для перевірки скалярної і строгої інваріантності (Chen, 2007).

Результати перевірки щодо вимірювальної інваріантності за ознакою статі наведені в табл. 5. Введення обмежень на факторні навантаження, інтерсепти та залишкові дисперсії не змінює суттєво індекси відповідності, усі параметри задовольняють зазначені критерії, а тому можна вважати конфігураційну, метричну, скалярну та строгу інваріантності встановленими для порівняння груп за ознакою статі. Таким чином, даний опитувальник є прийнятним інструментом для порівняння розвитку професійної ідентичності за статтю.

Таблиця 5

Показники вимірювальної інваріантності VISA-19

Модель	CFI _{robust}	RMSEA _{robust}	SRMR _{robust}
Конфігураційна	0,985	0,350	0,530
Метрична	0,982	0,390	0,580
Скалярна	0,981	0,390	0,590
Строга	0,981	0,380	0,610
Різниця у моделях	ΔCFI	$\Delta RMSEA$	$\Delta SRMR$
Метрична-конфігураційна	-0,004	0,003	0,005
Скалярна-метрична	-0,001	0,000	0,001
Строга-скалярна	0,000	-0,001	0,002

Дискусія і висновки

Це дослідження було спрямоване на переклад і адаптацію англomовного (північноамериканського) опитувальника оцінювання статусів професійної ідентичності VISA до української вибірки, а також на перевірку психометричних якостей (валідності, надійності, вимірювальної інваріантності) отриманого перекладу методами конфірмаційного факторного аналізу. Індикси відповідності для оригінальної факторної моделі опитувальника виявилися прийнятними, як і коефіцієнт внутрішньої

узгодженості, про який доповідають найчастіше, проводячи іншомовну адаптацію.

Зокрема, для іншомовних версій CFI коливається в межах 0,890–0,920, RMSEA – в межах 0,048–0,054, SRMR – у межах 0,045–0,054, а α – в межах 0,067–0,087. Для нашої скороченої версії CFI = 0,954, TLI = 0,943, RMSEA = 0,067 [0,060–0,075], SRMR ("no mean" method) = 0,053, а α коливається у межах 0,69–0,81, що вважається цілком задовільним та відповідає результатам інших дослідників (Zhang et al., 2019; Guerra García Novak, 2017; Lannegrand-Willems,

& Perchec, 2017; Baňasová et al., 2016; Sestito et al., 2015; Lee et al., 2014; Öngen, 2014).

Що стосується композитної надійності та конвергентної та дискримінантної валідності, то результатів такої перевірки за допомогою КФА у жодній із наявних версій опитувальника ми не знайшли, а тому не можемо порівняти. У нашому випадку повна версія опитувальника виявила деякі проблемні моменти конвергентної та дискримінантної валідності, а ось скорочена версія показала прийнятні показники.

Говорячи про структуру, варто зазначити, що шестифакторна оригінальна структура підтвердилася як в повному, так і в скороченому варіантах. При цьому міжфакторні кореляції для української вибірки виявилися дещо відмінними від звітованих в інших версіях опитувальника. Наприклад, виділяються для українських студентів сильні кореляції між формуванням прихильності та ідентифікацією з нею, а також між професійними сумнівами та гнучкістю прихильності та між формуванням прихильності і професійними сумнівами. Схоже, для українських студентів впевненість у своєму професійному виборі (формування прихильності) тісніше пов'язана з почуттям, що обрана професія відповідає їхнім цінностям та дозволить реалізувати себе якнайкраще (ідентифікація з прихильністю), а також відсутністю невпевненості у своїх можливостях у професії (професійні сумніви), ніж для студентів інших країн.

Також варто звернути увагу на питання скорочення опитувальника. Незважаючи на те, що повний опитувальник не є надто довгим, принцип економності потребує зберегти час та зусилля за збереження якості – психометричних властивостей. І скорочена версія показує не гірші психометричні властивості, ніж повна. Крім того, зі скороченням деяких питань, які несуть в собі найбільшу помилку вимірювання (слабкіше факторне навантаження) без утрати сенсу тесту, надійність та валідність опитувальника тільки поліпшується. У результаті цього ми вважаємо використання скороченої версії опитувальника більш доцільним.

Також варто зауважити, що опитувальник показав повну вимірювальну інваріантність для статі, що означає, що опитувальник працює однаково для чоловіків та жінок, і за його допомогою можна порівнювати ці групи. У нашій вибірці було знайдено, що дівчата мають вищі показники за "розширеним дослідженням" ($p < 0,001$, $d = 0,391$) та "професійними сумнівами" ($p < 0,05$, $d = 0,197$), а хлопці – за формуванням прихильності до професії ($p < 0,05$, $d = -0,227$). Загалом можна зробити висновок, що дівчата менш схильні формувати сильну прихильність та більше сумніваються у своєму професійному майбутньому, а хлопці менше розглядають альтернативні професійні шляхи та менше досліджують себе і світ професій щодо їх збігу, відповідності. Але розмір ефекту показує, що, хоча відмінності і значущі, але не сильні.

Деякі дослідники проводять аналіз вимірювальної інваріантності і за віком, наприклад (Porfeli et al., 2011), але вони порівнюють старшокласників та студентів університету. Оскільки ми не тестували студентів старшої школи, то і не обчислювали вимірювальну інваріантність за віком.

Ми свідомо не стали визначати статуси ідентичності, що дозволяє робити опитувальник завдяки кластерному аналізу, оскільки вважаємо, що аналіз вимірів (процесів) ідентичності дає більшу інформативність порівняно зі статусами. Однак перевагою такого підходу є те, що кожен дослідник може самостійно вирішувати, чи класифікувати дані в статуси ідентичності, чи використовувати інформацію з наявних шкал.

Однак варто зауважити і обмеження нашого дослідження. По-перше, вибірка, хоч і репрезентує стандартний розподіл студентів за ознакою статі на курсах, які ми опитували, усе ж чоловіків виявилось пропорційно менше, ніж жінок, що означає необхідність розширити вибірку в майбутньому. Також, торкаючись проблеми вибірки, варто зауважити, що більшість студентів становили студенти-психологи та студенти комп'ютерних наук, таким чином, перспективою подальших досліджень є урізноманітнення та розширення вибірки. Іншим обмеженням є проблема порівняння наших результатів надійності та валідності з закордонними вибірками, оскільки їхній підхід до оцінювання відрізняється від нашого.

Підбиваючи підсумок, можна сказати, що скорочений український варіант опитувальника VISA-19 показав гарні психометричні властивості – сам собою та порівняно з його закордонними варіантами, а також вимірювальну інваріантність за ознакою статі, тож, може бути використаний для подальших досліджень, а також для практичних цілей.

Внесок авторів: Катерина Аккая – методологія, збір даних, формальний аналіз, написання – оригінальна чернетка; Валерій Олефір – концептуалізація, збір даних, написання – перегляд і редагування.

Список використаних джерел

- Злобіна, О. Г. (2017). Від юності до молодості: можливості епігенетичної моделі в соціокультурному аналізі. *Психологія особистості*, 8(1), 90–96. <https://doi.org/10.15330/ps.8.1.90-96>
- Загрой, Л. Д., & Готич, В. О. (2021). Особистісна криза: показники переживання у студентства. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія "Психологічні науки"*, 3, 80–87. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2021-3-11>
- Малофейкіна, К. О. (2022). Діагностика статусів професійної ідентичності в Україні: порівняння результатів двох опитувальників. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія Психологія*, 73, 17–25. <https://doi.org/10.26565/2225-7756-2022-73-02>
- Al-Owida, A., Green, K. E., & Kroger, J. (2009). On the question of an identity status category order: Rasch model step and scale statistics used to identify category order. *International Journal of Behavioral Development*, 33(1), 88–96. <https://doi.org/10.1177/0165025408100110>
- Bañasová, K., Sollár, T., & Sollárová, E. (2016). Vocational identity in the context of values and career motivation. *Psychology Applications, & Developments II Advances in Psychology and Psychological Trends Series*, 116–129. <https://press.insciencypress.org/index.php/press/catalog/book/8>
- Berzonsky, M. D. (1989). Identity style: Conceptualization and measurement. *Journal of adolescent research*, 4(3), 268–282. <https://doi.org/10.1177/074355488943002>
- Bosma, H. A. (1992). Identity in adolescence: Managing commitments. In G. R. Adams, T. P. Gullotta, & R. Montemayor, (Eds.), *Identity Formation and Development. Advances in Adolescent Development*, 4, 91–121. Sage Publications. <https://www.researchgate.net/profile/Harke-Bosma/publication>
- Chen, F. F. (2007). Sensitivity of goodness of fit indexes to lack of measurement invariance. *Structural Equation Modeling*, 14(3), 464–504. <https://doi.org/10.1080/10705510701301834>
- Crocetti, E., Rubini, M., & Meeus, W. (2008). Capturing the dynamics of identity formation in various ethnic groups: Development and validation of a three-dimensional model. *Journal of Adolescence*, 31, 207–222. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2007.09.002>
- Crocetti, E., Sica, L. S., Schwartz, S. J., Serafini, T., & Meeus, W. (2013). Identity styles, dimensions, statuses, and functions: Making connections among identity conceptualizations. *European Review of Applied Psychology*, 63(1), 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2012.09.001>
- Erikson E. H. (1993). *Childhood and society*. W.W. Norton, & Company.
- Guerra García Novak, M. (2017). Identidad vocacional, claridad del autoconcepto y satisfacción con la vida en adolescentes de quinto de secundaria [Bachelor's thesis, Pontificia Universidad Católica del Perú]. PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/9838>
- Hair Jr, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., Sarstedt, M., Danks, N. P., Ray, S., ..., & Ray, S. (2021). Evaluation of reflective measurement models. *Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) Using R: A Workbook*, 75–90. <https://library.oapen.org/handle/20.500.12657/51463>
- Hensler, A. S., Hagemann, S. G., Rosière, C. A., Angerer, T., & Gilbert, S. (2015). Hydrothermal and metamorphic fluid-rock interaction associated with hypogene "hard" iron ore mineralisation in the Quadrilátero Ferrífero, Brazil: implications from in-situ laser ablation ICP-MS iron oxide chemistry. *Ore Geology Reviews*, 69, 325–351. <https://doi.org/10.1016/j.oregeorev.2015.02.023>
- Huang, C. C., Wang, Y. M., Wu, T. W., & Wang, P. A. (2013). An empirical analysis of the antecedents and performance consequences of using the

- moodle platform. *International Journal of Information and Education Technology*, 3(2), 217–221. <http://www.ijiet.org/papers/267-IT0040.pdf>
- Kroger, J., & Marcia, J. E. (2011). The identity statuses: Origins, meanings, and interpretations. In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research*, pp. 31–53. Springer Science + Business Media. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9_2
- Lannegrand-Willems, L., & Perchee, C. (2017). Évaluer les processus de l'identité vocationnelle de l'adolescence à l'entrée dans l'âge adulte: validation française du "Vocational Identity Status Assessment"(VISA). *European Review of Applied Psychology*, 67(2), 91–102. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2016.12.006>
- Lee, B., Chung, J., & Lee, J. (2014). Validation of vocational identity status assessment in Korean (VISA-K). *Korean Journal of Counseling*, 15, 1163–1181. <https://doi.org/10.16983/kjcp.2020.17.2.145>
- Luyckx, K., Goossens, L., Soenens, B., & Beyers, W. (2006). Unpacking commitment and exploration: Preliminary validation of an integrative model of late adolescent identity formation. *Journal of adolescence*, 29(3), 361–378. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.03.008>
- Luyckx, K., Schwartz, S. J., Berzonsky, M. D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., & Goossens, L. (2008). Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of research in personality*, 42(1), 58–82. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.04.004>
- Luyckx, K., & Robitschek, C. (2014). Personal growth initiative and identity formation in adolescence through young adulthood: Mediating processes on the pathway to well-being. *Journal of adolescence*, 37(7), 973–981. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.07.009>
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551–558. <https://doi.org/10.1037/h0023281>
- Meeus, W. (1996). Studies on identity development in adolescence: An overview of research and some new data. *Journal of Youth and Adolescence*, 25, 569–598. <https://link.springer.com/article/10.1007/BF01537355>
- Meeus, W., Van De Schoot, R., Keijsers, L., Schwartz, S. J., & Branje, S. (2010). On the progression and stability of adolescent identity formation: A five-wave longitudinal study in early-to-middle and middle-to-late adolescence. *Child development*, 81(5), 1565–1581. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01492.x>
- Öngen, D. E. (2014). Vocational identity status among Turkish youth: Relationships between perfectionisms and decision making style. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 116, 472–476. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.242>
- Porfeli, E. J., Lee, B., Vondracek, F. W., & Weigold, I. K. (2011). A multi-dimensional measure of vocational identity status. *Journal of adolescence*, 34(5), 853–871. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.02.001>
- Roemer, E., Schuberth, F., & Henseler, J. (2021). HTMT2-An improved criterion for assessing discriminant validity in structural equation modeling. *Industrial Management, & Data Systems*, 121(12), 2637–2650. <https://doi.org/10.1108/IMDS-02-2021-0082>
- Sestito, L. A., Sica, L. S., Ragozini, G., Porfeli, E., Weisblat, G., & Di Palma, T. (2015). Vocational and overall identity: A person-centered approach in Italian university students. *Journal of Vocational Behavior*, 91, 157–169. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.10.001>
- Skorikov, V. B., & Vondracek, F. W. (2011). Occupational identity. *Handbook of identity theory and research*, 693–714. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4419-7988-9_29
- Stanton, J. M., Sinar, E. F., Balzer, W. K., & Smith, P. C. (2002). Issues and strategies for reducing the length of self-report scales. *Personnel Psychology*, 55(1), 167–194. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2002.tb00108.x>
- Stephen, J., Fraser, E., & Marcia, J. E. (1992). Moratorium-achievement (Mama) cycles in lifespan identity development: Value orientations and reasoning system correlates. *Journal of adolescence*, 15(3), 283–300. [https://doi.org/10.1016/0140-1971\(92\)90031-Y](https://doi.org/10.1016/0140-1971(92)90031-Y)
- Zhang, J., Chen, G., & Yuen, M. (2019). Validation of the Vocational Identity Status Assessment (VISA) using Chinese technical college students. *Journal of Career Assessment*, 27(4), 675–692. <https://doi.org/10.1177/1069072718808798>
- Zumbo, B. D., Gadermann, A. M., & Zeisser, C. (2007). Ordinal versions of coefficients alpha and theta for Likert rating scales. *Journal of modern applied statistical methods*, 6(1), 21–29. <https://doi.org/10.22237/jmasm/1177992180>
- References**
- Al-Owida, A., Green, K. E., & Kroger, J. (2009). On the question of an identity status category order: Rasch model step and scale statistics used to identify category order. *International Journal of Behavioral Development*, 33(1), 88–96. <https://doi.org/10.1177/0165025408100110>
- Bañasová, K., Sollár, T., & Sollárová, E. (2016). Vocational identity in the context of values and career motivation. *Psychology Applications, & Developments II Advances in Psychology and Psychological Trends Series*, 116–129. <https://press.insciencypress.org/index.php/press/catalog/book/8>
- Berzonsky, M. D. (1989). Identity style: Conceptualization and measurement. *Journal of adolescent research*, 4(3), 268–282. <https://doi.org/10.1177/074355488943002>
- Bosma, H. A. (1992). Identity in adolescence: Managing commitments. In G. R. Adams, T. P. Gullotta, & R. Montemayor, (Eds.), *Identity Formation and Development. Advances in Adolescent Development*, 4, 91–121. Sage Publications. <https://www.researchgate.net/profile/Harke-Bosma/publication>
- Chen, F. F. (2007). Sensitivity of goodness of fit indexes to lack of measurement invariance. *Structural Equation Modeling*, 14(3), 464–504. <https://doi.org/10.1080/10705510701301834>
- Crocetti, E., Rubini, M., & Meeus, W. (2008). Capturing the dynamics of identity formation in various ethnic groups: Development and validation of a three-dimensional model. *Journal of Adolescence*, 31, 207–222. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2007.09.002>
- Crocetti, E., Sica, L. S., Schwartz, C. J., Sarafini, T., & Meeus, W. (2013). Identity styles, dimensions, statuses, and functions: Making connections among identity conceptualizations. *European Review of Applied Psychology*, 63(1), 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2012.09.001>
- Erikson E. H. (1993). *Childhood and society*. W.W. Norton, & Company.
- Guerra García Novak, M. (2017). Identidad vocacional, claridad del autoconcepto y satisfacción con la vida en adolescentes de quinto de secundaria [Bachelor's thesis, Pontificia Universidad Católica del Perú]. PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/9838>
- Hair Jr, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., Sarstedt, M., Danks, N. P., Ray, S., ..., & Ray, S. (2021). Evaluation of reflective measurement models. *Partial Least Squares Structural Equation Modeling (PLS-SEM) Using R: A Workbook*, 75–90. <https://library.oapen.org/handle/20.500.12657/51463>
- Hensler, A. S., Hagemann, S. G., Rosière, C. A., Angerer, T., & Gilbert, S. (2015). Hydrothermal and metamorphic fluid-rock interaction associated with hypogene "hard" iron ore mineralisation in the Quadrilátero Ferrífero, Brazil: implications from in-situ laser ablation ICP-MS iron oxide chemistry. *Ore Geology Reviews*, 69, 325–351. <https://doi.org/10.1016/j.oregeorev.2015.02.023>
- Huang, C. C., Wang, Y. M., Wu, T. W., & Wang, P. A. (2013). An empirical analysis of the antecedents and performance consequences of using the moodle platform. *International Journal of Information and Education Technology*, 3(2), 217–221. <http://www.ijiet.org/papers/267-IT0040.pdf>
- Kroger, J., & Marcia, J. E. (2011). The identity statuses: Origins, meanings, and interpretations. In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research*, 31–53. Springer Science + Business Media. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-7988-9_2
- Lannegrand-Willems, L., & Perchee, C. (2017). Évaluer les processus de l'identité vocationnelle de l'adolescence à l'entrée dans l'âge adulte: validation française du "Vocational Identity Status Assessment"(VISA). *European Review of Applied Psychology*, 67(2), 91–102. <https://doi.org/10.1016/j.erap.2016.12.006>
- Lee, B., Chung, J., & Lee, J. (2014). Validation of vocational identity status assessment in Korean (VISA-K). *Korean Journal of Counseling*, 15, 1163–1181. <https://doi.org/10.16983/kjcp.2020.17.2.145>
- Luyckx, K., Goossens, L., Soenens, B., & Beyers, W. (2006). Unpacking commitment and exploration: Preliminary validation of an integrative model of late adolescent identity formation. *Journal of adolescence*, 29(3), 361–378. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2005.03.008>
- Luyckx, K., Schwartz, S. J., Berzonsky, M. D., Soenens, B., Vansteenkiste, M., Smits, I., & Goossens, L. (2008). Capturing ruminative exploration: Extending the four-dimensional model of identity formation in late adolescence. *Journal of research in personality*, 42(1), 58–82. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2007.04.004>
- Luyckx, K., & Robitschek, C. (2014). Personal growth initiative and identity formation in adolescence through young adulthood: Mediating processes on the pathway to well-being. *Journal of adolescence*, 37(7), 973–981. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2014.07.009>
- Malofeikina, K. (2022). Diagnostics of Professional Identity Statuses in Ukraine: Comparison of the Results of Two Questionnaires. *The Journal of VN Karazin Kharkiv National University. A Series of "Psychology"*, 73, 17–25 [In Ukrainian].
- Marcia, J. E. (1966). Development and validation of ego-identity status. *Journal of Personality and Social Psychology*, 3(5), 551–558. <https://doi.org/10.1037/h0023281>
- Meeus, W. (1996). Studies on identity development in adolescence: An overview of research and some new data. *Journal of Youth and Adolescence*, 25, 569–598. <https://link.springer.com/article/10.1007/BF01537355>
- Meeus, W., Van De Schoot, R., Keijsers, L., Schwartz, S. J., & Branje, S. (2010). On the progression and stability of adolescent identity formation: A five-wave longitudinal study in early-to-middle and middle-to-late adolescence. *Child development*, 81(5), 1565–1581. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2010.01492.x>
- Öngen, D. E. (2014). Vocational identity status among Turkish youth: Relationships between perfectionisms and decision making style. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 116, 472–476. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.01.242>
- Porfeli, E. J., Lee, B., Vondracek, F. W., & Weigold, I. K. (2011). A multi-dimensional measure of vocational identity status. *Journal of adolescence*, 34(5), 853–871. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2011.02.001>
- Roemer, E., Schuberth, F., & Henseler, J. (2021). HTMT2-An improved criterion for assessing discriminant validity in structural equation modeling. *Industrial Management, & Data Systems*, 121(12), 2637–2650. <https://doi.org/10.1108/IMDS-02-2021-0082>
- Sestito, L. A., Sica, L. S., Ragozini, G., Porfeli, E., Weisblat, G., & Di Palma, T. (2015). Vocational and overall identity: A person-centered approach in Italian university students. *Journal of Vocational Behavior*, 91, 157–169. <https://doi.org/10.1016/j.jvb.2015.10.001>

Skorikov, V. B., & Vondracek, F. W. (2011). Occupational identity. *Handbook of identity theory and research*, 693–714. https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-1-4419-7988-9_29

Stanton, J. M., Sinar, E. F., Balzer, W. K., & Smith, P. C. (2002). Issues and strategies for reducing the length of self-report scales. *Personnel Psychology*, 55(1), 167–194. <https://doi.org/10.1111/j.1744-6570.2002.tb00108.x>

Stephen, J., Fraser, E., & Marcia, J. E. (1992). Moratorium-achievement (Mama) cycles in lifespan identity development: Value orientations and reasoning system correlates. *Journal of Adolescence*, 15(3), 283–300. [https://doi.org/10.1016/0140-1971\(92\)90031-Y](https://doi.org/10.1016/0140-1971(92)90031-Y)

Zahrai L. D., Hotych V. O. (2021) Personal crisis: indicators of student experience. *Scientific Bulletin of KSU Series Psychological Sciences*, 3, 80–87 [In Ukrainian].

Zhang, J., Chen, G., & Yuen, M. (2019). Validation of the Vocational Identity Status Assessment (VISA) using Chinese technical college students. *Journal of Career Assessment*, 27(4), 675–692. <https://doi.org/10.1177/1069072718808798>

Zlobina, O. (2017). From juvenility to youth: possibilities of the epigenetic model in sociocultural analysis. *Psychology of Personality*, 8(1), 90–96 [In Ukrainian].

Zumbo, B. D., Gadermann, A. M., & Zeisser, C. (2007). Ordinal versions of coefficients alpha and theta for Likert rating scales. *Journal of modern applied statistical methods*, 6(1), 21–29. <https://doi.org/10.22237/jmasm/1177992180>

Отримано редакцією журналу / Received: 19.08.23

Прорецензовано / Revised: 17.10.23

Схвалено до друку / Accepted: 01.11.23

Додаток 1

Факторні навантаження пунктів опитувальника в повному (30 пунктів) та скороченому (19 пунктів) варіантах опитувальника

Факторні навантаження повної моделі (Модель 1)			Факторні навантаження скороченої моделі VISA-19		
Фактор	Пункт №	Std.lv	Фактор	Пункт №	Std.lv
F1	i1	0,747	F1	i1	0,749
	i5	0,692		i5	0,708
	i9	0,599		i9	0,595
	i13	0,716		i13	0,725
	i17	0,561		i2	0,727
F2	i2	0,718	F2	i6	0,798
	i6	0,805		i14	0,771
	i10	0,576		i21	0,708
	i14	0,773		i23	0,600
F3	i18	0,538	F3	i24	0,649
	i21	0,638		i22	0,732
	i23	0,564		i25	0,725
	i24	0,638		i26	0,601
	i27	0,584		i3	0,733
F4	i29	0,420	F4	i15	0,728
	i22	0,741		i19	0,640
	i25	0,742		i4	0,709
	i26	0,638		i8	0,818
	i28	0,622		i16	0,673
F5	i30	0,507	F5		
	i3	0,741			
	i7	0,243			
	i11	0,592			
	i15	0,735			
F6	i19	0,644	F6		
	i4	0,719			
	i8	0,815			
	i12	0,520			
	i16	0,678			
	i20	0,485			

Примітка: усі факторні навантаження значущі на рівні $p < 0,001$

Додаток 2

Опитувальник "Оцінка професійної ідентичності" VISA-19

Визначте, наскільки ви погоджуєтесь із наведеними твердженнями. Варіанти відповідей:

- а) повністю згоден;
- б) згоден;
- в) і згоден, і не згоден;
- г) не згоден;
- д) повністю не згоден

1. Я знаю, яка робота для мене найкраща.
2. Моя професія допоможе мені в досягненні глибоко особистих цілей.
3. Коли я думаю про професійний вибір, мені стає ніяково.
4. Мої робочі інтереси, імовірно, зміняться у майбутньому.
5. Жоден інший професійний шлях не є для мене настільки привабливим, як той, яким я планую рухатися.
6. Почавши працювати в обраній мною професії, я зможу стати тією людиною, якою мрію бути.
8. Найімовірніше, я зміню свої професійні цілі.
9. Ніхто не змінить мою думку щодо обраної мною професії.
13. Я давно знаю, який професійний шлях для мене найкращий.
14. Я обрав професію, яка дозволить мені залишатися вірним своїм цінностям.
15. Я сумніваюсь, що знайду професію, яка мені підходить.
16. Мій професійний вибір може виявитися не таким, як я очікував.
19. Можливо, я не зможу отримати роботу, яку насправді хочу.

Прямо зараз я...

21. Мимохідь дізнаюся про різні незнайомі мені професійні шляхи, щоб підібрати кілька для їх подальшого розгляду.
22. Виявляю свої найсильніші таланти, коли думаю про професію.
23. Думаю про те, як я міг би вписатися у багато різних професійних шляхів.
24. Намагаюся отримувати багато різноманітного досвіду, щоб я міг знайти кілька професій, що підходять мені.
25. Дізнаюся, що я можу зробити, щоб поліпшити свої шанси на обраний професійний шлях.
26. Намагаюся дізнатися якомога більше про конкретні освітні вимоги професії, яка мене найбільше цікавить.

Шкали:

Формування прихильності: 1, 5, 9, 13.
 Ідентифікація з прихильністю: 2, 6, 14.
 Розширене дослідження: 21, 23, 24.
 Поглиблене дослідження: 22, 25, 26.
 Професійні сумніви: 3, 15, 19.
 Гнучкість прихильності до професії: 4, 8, 16.

За кожною шкалою можна отримати від 3 до 15 балів. За шкалою "Формування прихильності" можна отримати від 4 до 20 балів. Чим більший бал, тим більше виражений певний процес професійної ідентичності.

Kateryna AKKAYA, PhD Student
 ORCID ID: 0000-0001-9561-7676
 e-mail: k.malofeikina@student.karazin.ua
 V. N. Karazin Kharkiv National University, Kharkiv, Ukraine

Valeriy OLEFIR, DSc (Psychol.), Assoc. Prof.
 ORCID ID: 0000-0003-3552-3277
 e-mail: voolefir@karazin.ua
 V. N. Karazin Kharkiv National University, Kharkiv, Ukraine

PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE UKRAINIAN VERSION OF THE VOCATIONAL IDENTITY STATUS ASSESSMENT (VISA-19)

Background. Vocational identity is considered one of the most important domains of overall identity, and its study is gaining increasing relevance and popularity among Ukrainian researchers. An especially crucial aspect of the research on vocational identity is the study of its development. However, we have identified a lack of Ukrainian methods for researching vocational identity development. This study is dedicated to translating and adapting the English-language Vocational Identity Status Assessment (VISA) questionnaire and examining its psychometric properties and measurement invariance for Ukrainian students.

Methods. In a cross-sectional study, 458 students from various specialties in their 1st to 5th years participated (62% were female), aged 17 to 22 years ($M = 19$). The North American Vocational Identity Status Assessment (VISA) questionnaire, developed by Porfeli et al. (2011), was used for translation. Two translators performed both forward and backward translations, and the translated version was presented to the participants via Google Forms. A confirmatory factor analysis was conducted to assess the questionnaire's factor structure, validity, reliability, and measurement invariance.

Results. The shortened version of the questionnaire (VISA-19) was accepted as the primary version, demonstrating the six-factor original structure and good psychometric properties: $CFI = 0,954$, $TLI = 0,943$, $RMSEA = 0.067 [0,060-0,075]$, $SRMR = 0,053$, α ranges from 0,69 to 0,81, CR from 0,65 to 0,77, AVE from 0,43 to 0,59, HTMT from 0,057 to 0,856. Metric, scalar, and strict measurement invariance by gender for the shortened version of the questionnaire was established, with ΔCFI ranging from $-0,004$ to $0,000$, $\Delta RMSEA$ from $-0,001$ to $0,003$, and $\Delta SRMR$ from $0,001$ to $0,005$.

Conclusions. The Ukrainian shortened version of the VISA-19 questionnaire exhibited good psychometric properties and measurement invariance by gender and can be utilized for further research and practical applications.

Keywords: identity, vocational identity, psychometric evaluation, confirmatory factor analysis, measurement invariance.

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

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

УДК 159.98:159.955.4+159.942.5+81'373.612.2
DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).4](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).4)

Роман БАБИЧ, методолог
ORCID ID: 0009-0007-7608-9258
e-mail: apt.in.ua@gmail.com

ГО "Всеукраїнська асоціація «Активне громадське мислення»", Дніпро, Україна

Світлана ЛАТИНІНА, магістр
ORCID ID: 0009-0007-9060-2839
e-mail: apt.in.ua@gmail.com

Міжрегіональна академія управління персоналом
ГО "Всеукраїнська асоціація «Активне громадське мислення»", Дніпро, Україна

РЕКОНСТРУКЦІЯ СИМВОЛІЧНИХ РЕПРЕЗЕНТАЦІЙ ЯК МЕХАНІЗМ ГАРМОНІЗАЦІЇ ЧУТТЄВО-ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

Означено, що консультант-психолог, який ставить перед собою завдання отримати конкретні результати консультування у конкретні часові рамки, стикається з тим, що ефективність його роботи залежить від двох різнополярних вимог. З одного боку, консультанту необхідно дотримуватись певної стратегії дій, яка гарантувала би досягнення результату, а, з іншого боку, клієнт повинен бути максимально зацікавленим у процесі вирішення питання та мати широку свободу для творчої роботи та розвитку.

Описано технологію гармонізації чуттєво-емоційних станів, яка ґрунтується на засадах системо-мислєдїяльнїсного пїдходу до психологїчного консультування.

Мета полягає в тому, щоб у межах однієї технології об'єднати стратегічну спрямованість консультанта та творчу свободу клієнта. Як метод конфігурування було використано схему психологїчного консультування у системо-мислєдїяльнїсному пїдходї та принципи її реалїзацїї. Об'єкт психотехнїчної роботи – символїчні репрезентацїї чуттєво-емоцїйних станів. Психотехнїчні засоби – Чиста мова та Символїчне моделювання.

Обговорено стратегію дій психолога-консультанта, розкрито принципи, засади та механізми психологїчного консультування у системо-мислєдїяльнїсному пїдходї. Розглянуто способи їх реалїзацїї в межах наведеної технологїї. Окрему увагу придїлено особливостям психоактивної метафори як знаково-символїчної репрезентацїї чуттєво-емоцїйних станів та засобом роботи з нею.

Розглянуто схему, завдяки якій консультант може управляти процесом дослідження клієнтом власного символїчного простору. Додано опис рефлексивних переходів, які проходять клієнт і консультант у процесі проблематизації та розвитку схем організації думки та дії. Також наведено докладний опис однієї із тактик реконструкції символїчних репрезентацій та приклад її практичної реалізації.

Ключові слова: психотехніка, стратегія, консультування, репрезентація, метафора, рефлексія.

Вступ

Широкомасштабна війна, економічна та гуманітарна криза в Україні кидає багато викликів усім українцям. Ситуація, що склалася, з одного боку, потребує від людей дій з граничним напруженням фізичних та душевних сил, а, з іншого боку, негативні емоційні стани, що виникають внаслідок стресових та травматичних ситуацій, стають на перешкоді відновленню сил та руйнівним чином впливають на психологічне та фізичне здоров'я людей.

Одним із ефективних способів вирішення цієї суперечливої ситуації можуть бути використані короткострокові методики гармонізації емоційних станів, які дозволять людині швидко подолати негативні стани та перейти від переживань до продуктивної діяльності.

Проблема ефективності психологїчного консультування є предметом постійного обговорення та дискусії в психологїчній спільнотї (Eysenck, 1993; Nardone, & Watzlawick, 1993). Якщо ми погодимось з тезою, що успіхом терапїї стане розв'язання проблем клієнта та досягнення цїлей, якї були узгодженї з ним на початку консультування ((Nardone, & Watzlawick, 1993), то ми повиннї погодитися і з тим, що ефективнїсть консультування залежить, по-перше, від того, наскїльки активно клієнт бере участь у вирїшеннї свого питання, по-друге, від того, наскїльки методика, яку використовує консультант, відповідає сутї питання клієнта, по-третє, від того, наскїльки методика консультанта відповідає інтелектуальним, особистїсним та психологїчним особливостям клієнта.

Цї роздуми пїдводять нас до проблем природи об'єктивностї в психотерапїї та права спецїалїста на втручання (Minuchin, 1992) та вїдкриття для клієнта доступу до його власного досвїду в термїнах його власної концептуальної системи (Lawley, & Tompkins, 2000). Таким

чином, ми повиннї говорити про два вимїри ефективностї психологїчного консультування:

1. З боку клієнта – час та якїсть вирїшення питання.

2. З боку консультанта – час та ресурси, якї були витраченї на вирїшення питання клієнта/клїєнтом.

На перетинї цих вимїрїв і виникають проблеми втручання з боку консультанта та співучастї з боку клієнта. З одного боку, вирїшення питання клієнта є результатом ефективного втручання консультанта, але, з іншого боку, будь-якї змїни не можуть вїдбутися без згоди та активної участї клієнта в їх реалїзацїї.

Серед численних варїантів розв'язання цїєї проблеми хотїлося б виокремити два напрями психологїчного консультування, оскїльки вони уособлюють протилежнї орієнтацїї до комунїкацїї консультанта та клієнта. Це:

1. Стратегїчна короткострокова психотерапїя Джорджо Нардоне і Пола Ватцлавїка (Nardone, & Watzlawick, 1993; Nardone, Salvini, & Watzlawick, 2008).

2. Чиста мова та Символїчне моделювання Девїда Гроува (Sullivan, & Rees, 2008; Lawley, & Tompkins, 2000).

Першїй пїдхїд полягає у максимальнїй формалїзацїї структури консультативного дїалогу, таким чином залучаючи клієнта у воронку логїчних мїркувань (Nardone, Salvini, & Watzlawick, 2008). Терапевт, згїдно з концепцїєю авторів, має створити вир запитань, якї пїдводять клієнта до поворотного моменту стосовно своїх переконань.

Другий пїдхїд, навпаки, робить ставку на природнї "органїчнї" процеси самомоделювання та самоорганїзацїї клієнта. "Коли самомоделювання продовжується, вїдбувається дивовижне явище – клієнт починає генерувати новий досвїд. [...] Таким чином, у символїчному моделюванні змїни є побїчним продуктом процесу моделювання" (Lawley, & Tompkins, 2000, p. 26).

© Бабич Роман, Латинїна Світлана, 2023

Як підхід, який, з одного боку, давав би клієнту широкі можливості для творчості у вирішенні свого питання, а це означає, забезпечував його максимальну залученість та зацікавленість, а, з іншого боку, забезпечував стратегічну орієнтацію, ми пропонуємо розглянути системо-мислительський підхід до психологічного консультування (далі СМД-консультування) (Дідковський, 2019). Ми ґрунтуємося на тезі, що СМД-консультування завдяки конфігуруванню двох фокусів – на організацію процесу вирішення питання клієнта та на природний рух клієнта в розмірковуванні над своїм питанням – створює сприятливі умови для підвищення ефективності процесу консультування як з боку клієнта, який вирішує своє питання, так і з боку консультанта, який організовує цей процес.

Мета статті полягає в описанні технології гармонізації чуттєво-емоційних станів за допомогою процедур реконструкції їх символічних репрезентацій, яка, з одного боку, давала би консультанту прозору схему дій та одночасно надавала б клієнту широкі можливості для творчого самовиявлення під час вирішення свого питання.

СМД-консультування ґрунтується на уявленнях про розвиток колективного мислення та діяльності (Щедровицький, 2006), які реалізовані в схемі психологічного консультування у СМД-підході (Дідковський, 2019).

Базова ідея СМД-консультування полягає у розрізненні складнощів у діяльності та проблем у схемах мислення. Схеми мислення задають логіку процесів думки й дії та визначають відповідні пункти в оцінюванні людиною своєї ситуації та прийняті рішення про дію. З цього погляду, негативні чуттєво-емоційні стани є результатом реалізації проблемних схем мислення, які не забезпечують людині цілісного розуміння суті того, що відбувається.

Завдання консультанта полягає у тому, щоб організувати процес виявлення та усунення проблем (суперечностей, обмежень, неповноти) у схемах мислення клієнта. Зрозуміло, що процес проблематизації та розвитку схем мислення неможливо здійснити ззовні. Схеми мислення не можуть бути виявлені із зовнішньої позиції шляхом спостереження за клієнтом як за об'єктом дослідження. Схеми мислення виявляються у процесі технічно організованої комунікації клієнта та консультанта, при цьому обидва є її учасниками, і спостерігачами одночасно. Ключову роль у цьому процесі відіграє зацікавленість, активність та залученість клієнта.

Принцип знакового заміщення. У СМД-підході мислення треба розглядати, по-перше, як фіксоване знання, по-друге, як процес, у якому це знання формується. У найпростішому випадку до структури знання входять три елементи: об'єктивний зміст, який виокремлюється в об'єкті пізнання; знакова форма, яка фіксує відповідні риси та характеристики об'єкта; зв'язок-значення – процес заміщення властивостей об'єкта та віднесення знакових форм до об'єкта пізнання (Щедровицький, 2001). Таким чином, знання фіксує у собі не тільки об'єктивний зміст, а також логіку або форму організації процесів мислення, у яких це знання було отримане. Це означає, що для виконання свого основного завдання – проблематизації та розвитку схем мислення клієнта, консультанту необхідно якимось чином зафіксувати за допомогою знакових форм уявлення клієнта щодо питання, яке він хоче вирішити. Звичайно, консультант має справу з текстами мовлення клієнта, але вирішення його питання міститься у площині аналізу логіки організації процесів мислення, у яких формується уявлення клієнта про себе, про інших людей та про світ загалом.

Тексти мовлення є не зовсім зручним матеріалом для такого аналізу через викривлення, які обумовлені

особливостями процесів розуміння та інтерпретації значень у комунікації. Тому консультант організує процес об'єктивації уявлень клієнта в знаково-символічних формах на зовнішніх носіях (малюнок, модель, символ) та/або у вигляді образу свідомості (Дідковський, 2019). Такий хід дозволяє отримати об'єкт, що може сприйматися чуттєво і звертання до якого робить можливим аналіз логіки процесів мислення.

Принцип поділу форми та змісту мислення. Категоріальна опозиція "форма – матеріал" була введена ще Арістотелем, вона була пов'язана з аналізом діяльності. Поява виробу мислилася як накладення форми на матеріал. "Субстратом же називають, по-перше, матерію, по-друге, форму, а, по-третє, те, що з них складається (матерією ж я називаю, наприклад, мідь, а формою – зовнішній вигляд, а те, що з них складається, статую – цілим); тож, якщо форма є переднішою за матерію і більшою мірою суцільною, то на тій же підставі вона буде переднішою і того, що з них обох складається" (Арістотель, 2020). Пізніше під формою мислення стали розуміти мисленнєві засоби, за допомогою яких відбувається мисленнєве відображення дійсності.

У СМД-підході мислення розуміється як діяльність з оперування знаковими формами, у яких фіксується відповідний зміст. Наприклад, під час операції лічби ми фіксуємо сукупну кількість предметів (зміст) і записуємо результат лічби за допомогою цифр (знакова форма). А самі мисленнєві дії здійснюються за рахунок оперативних засобів або схем. Для операції лічби таким оперативним засобом буде виступати числовий ряд.

Спроби відокремлення форми (мисленнєвих засобів або схем мислення) від змісту (того, що виділяється в об'єкті мислі) виникає низка складнощів, які зумовлені тим, що бачення відповідного становища справ насправді неможливе без вираження цього бачення у знаковій формі.

Щоб вирішити цю складність та відокремити схему організації мислення від його змісту, було введено уявлення о площинах (проекціях) мислення – площина об'єктів та площина засобів дії. Перша площина отримала назву онтологічної, а друга – організаційно-діяльній. Щоб діяти, людина повинна мати уявлення про об'єкти дії – про те, з чим вона має справу, а також про те, як їй потрібно діяти, щоб отримати результат. Використання цього засобу мислення дає змогу консультанту відокремити зміст обговорюваного питання (стани, ситуації, відносини) від схеми організації мислення клієнта (засоби думки та дії) (Дідковський, 2007; 2009).

Консультанту необхідно розуміти, що знаково-символічні форми, які створює клієнт, у метафоричній формі виражають сенс, який він приписує ситуації, що обговорюється. Тож, аналіз структурної організації знаково-символічних форм дозволяє розкрити схеми мислення, у якому ці форми створюються.

Принцип рефлексії. Консультант організує для клієнта послідовність рефлексивних переходів. Спочатку консультант направляє фокус рефлексії клієнта на зміст його уявлень відносно питання, що обговорюється, а далі – на схему організації його мислення. Цей перехід реалізується завдяки тому, що консультант переводить увагу клієнта зі змісту питання на структурну організацію знаково-символічних форм (Дідковський, 2005).

Оскільки знаково-символічна форма (рисунок, модель, образ) репрезентує зміст та логіку думки та дії клієнта, то виявлення та усунення проблем в логіці організації знаково-символічної форми приводить до змін логіки думки та дії в ситуації соціальної взаємодії.

Таким є рефлексивний механізм вирішення клієнтом свого питання з погляду СМД-консультування.

Стратегія СМД-консультування полягає у тому, що консультант допомагає клієнту:

1. Сфокусуватися на питанні, яке потребує вирішення.
2. Знайти наочну форму для об'єктивації своїх уявлень про питання, що його турбує.
3. Провести аналіз схеми організації думки та дії, на яких ґрунтуються уявлення клієнта про питання, що обговорюється.
4. Усвідомити проблеми в схемах організації мислення, які породжують складнощі в діяльності та негативні стани.
5. Підібрати засоби для усунення проблем, які були виявлені на попередньому етапі.
6. Провести реконструкцію знаково-символічних форм і таким чином усунути проблеми в схемах організації мислення.
7. Зафіксувати нове бачення ситуації, яке виникає з опорою на нові схеми організації думки та дії (реконструкція змісту).
8. Обговорити рішення, що випливають із нового бачення та запланувати дії з їх реалізації.

Функція консультанта полягає в тому, що він організує процес проблематизації та розвитку схем мислення, тоді як клієнт фокусується на засобах об'єктивації та роботі зі змістом свого мислення (Дідковський, 2001).

Одним із головних завдань консультанта є пошук форм знаково-символічного заміщення клієнтом змісту свого питання. Весь подальший хід консультації цілком визначається специфікою обраних засобів об'єктивації та характером отриманих знаково-символічних форм.

Результати

Технологія, яку ми пропонуємо, є одним із варіантів реалізації стратегії СМД-консультування на оперативному рівні. Мета технології – гармонізація негативних чуттєво-емоційних станів. Об'єкт заміщення – проблемний стан. Тип знаково-символічної форми – психоактивні епістемологічні метафори, образи свідомості. Спосіб об'єктивації – символічне моделювання. Оскільки образи свідомості клієнта недоступні для безпосереднього спостереження консультантом, мінливі та нестабільні, все це накладає відповідні вимоги та обмеження на засоби та способи його роботи.

Епістемологічна психоактивна метафора. За твердженням Дж. Лакоффа і М. Джонсона: "Наша повсякденна понятійна система, в межах якої ми думаємо та діємо, за своєю суттю метафорична. [...] Наші поняття структурують, що ми сприймаємо, як ми орієнтуємося у світі і як ми ставимося до інших людей" (Lakoff, & Johnson, 1980, р. 3). На наш погляд, метафора відображає логіку уявлень людини про те, як влаштовані або функціонують об'єкти її думки та дії. Саме логіка мислення та діяльності знаходить своє вираження у таких висловлюваннях як, наприклад, "машина бізнесу", "організм (тіло) компанії", "людський капітал", "сімейне гніздо" тощо. Іншими словами, за метафорами "ховаються"

схеми організації мислення та діяльності. Об'єктивація метафор дозволяє провести аналіз схем мислення, на яких вони ґрунтуються, та виявити проблеми та обмеження, які вони накладають на думку та дію людини.

Епістемологічну метафору як метод психотерапії було розроблено новозеландським психотерапевтом Девідом Гроуом. Епістемологічна метафора проявляє себе в результаті відповіді на так зване епістемологічне запитання: "Як ти знаєш, що...?" Щоб відповісти на це запитання, людина повинна направити фокус своєї рефлексії на структури свого стану та особистісного знання про те, що з нею відбувається. Епістемологічне запитання спонукає клієнта звернутися до змісту свого стану та спробувати описати його якимось своїм унікальним чином.

Оскільки не існує технічної мови для змістовного опису чуттєво-емоційних станів, клієнту доводиться вдаватися до мови метафор. З цим стикався будь-хто, хто намагався описати характер своїх відчуттів у кабінеті лікаря. Консультант уважно та серйозно ставиться до метафор клієнта, які той використовує для описання своїх станів. Консультант крок за кроком допомагає клієнту сформувати образ цих метафор і в результаті формується психоактивна метафора – жива суб'єктивна реальність клієнта, яка являє собою зв'язок мовлення, полімодального образу свідомості, тілесного відчуття та емоційного переживання.

Психоактивні метафори утворюють метафоричні ландшафти, які складаються із символів, які взаємодіють між собою (Sullivan, & Rees, 2008). Особливість психоактивної метафори полягає в тому, що сам клієнт розміщується у символічному просторі і таким чином стає елементом метафоричного ландшафту.

Ми казали про те, що метафора відображає логіку уявлень людини про те, як влаштований об'єкт думки та дії. А тому таке уявлення про об'єкт визначає і характер дій, які можна і потрібно застосувати до цього об'єкта. Оскільки психоактивна метафора заміщує собою чуттєво-емоційний стан людини, ми, таким чином, можемо сказати, що вона відображає спосіб, за допомогою якого мислення людини створює цей стан або як людина впливає на себе. З цього погляду психоактивні метафори є символічними репрезентаціями схем організації думки та дії людини.

Особливості психоактивної метафори як знаково-символічної форми в структурі консультування. Оскільки психоактивна метафора клієнта не може бути безпосередньо сприйнятою консультантом, а її поява і закони "життя" визначаються внутрішніми принципами функціонування свідомості клієнта, то для її дослідження і реконструкції треба використати особливі проєктно-аналітичні процедури.

Чиста мова. Засобом роботи з психоактивною метафорою є Чиста мова – психотерапевтична техніка комунікації, яка являє собою "простий набір запитань, у яких використовуються тільки базові елементи людського сприйняття: простір, подія, категорія, властивість і намір" (Sullivan, & Rees, 2008, р. VIII) (табл. 1).

Таблиця 1

Запитання чистої мови

Простір	Подія	Категорія	Властивість	Наміри
(И) де це X?	(И) коли X, що відбувається тоді?	(И) що це за X?	(И) яке це X?	(И) що б це X бажало би, щоб відбулося?

Консультант за допомогою так званих "чистих" запитань спрямовує вектор думок клієнта на дослідження його психоактивних метафор. Завдяки особливій

лінгвістичній конструкції запитання Чистої мови дозволяють консультанту не привносити свій зміст у процес розмірковування клієнта.

У процесі роботи з психоактивними метафорами консультант виконує три завдання:

1. Формування та розвиток метафор клієнта.
2. Дослідження витоків та послідовності подій на метафоричних ландшафтах.

3. Пояснення намірів елементів та символів метафори.

З функціонального погляду виокремлюються три групи "чистих" запитань: запитання для розвитку метафори, послідовності та витоків, запитання намірів (табл. 2).

Таблиця 2

Функціональна типологія чистих запитань

Запитання для розвитку метафори	Запитання послідовності та витоків	Запитання намірів
• (І) що це за Х? • (І) це Х яке? • (І) чи є що-небудь ще про Х? • (І) де (саме) міститься Х? • (І) чи є який-небудь зв'язок між Х та Y? • (І) коли Х, що відбувається з Y? • (І) це Х, як що?	• (І) що відбувається тоді? • (І) що відбувається потім? • (І) що відбувається саме перед Х? • (І) звідки могло б з'явитися Х?	• (І) що Х бажало би, щоб відбулося? • (І) що потрібно для того, щоб Х відбулося? • (І) чи може Х відбутися?

Приклади "чистих" запитань можна подивитись у Дж. Лоулі та П. Томпкінс (Lawley, & Tompkins, 2000, p. 282).

Для формулювання запитань використовується повний синтаксис Чистої мови:

І (відтворити опис – слова та невербальні прояви клієнта), **пауза, і коли** (сфокусуватися на деталі – слова та невербальні прояви клієнта), **пауза, чи є що-небудь ще**

про це (чисте запитання стосовно цієї деталі)? (Lawley, & Tompkins, 2000, p. 282).

Схема технології реконструкції символічних репрезентацій. Технологія реконструкції символічних репрезентацій ґрунтується на схемі проблематизації в організаційно-діяльній грі та на схемах консультування як мислєдїяльності (Дідковський, 2019). Схема технології (рис. 1) має багатоплосщину організацію.



Рух клієнта в процесі дослідження власного символічного простору

Рис. 1. Схема технології реконструкції символічних репрезентацій негативних чуттєво-емоційних станів

У вертикальному вимірі фіксуються рефлексивні переходи та процеси мислєдїяльності, а в горизонтальному – процес проблематизації та розвитку мислення.

Завдання консультанта полягає у тому, щоб провести клієнта етапами проблематизації і розвитку, організуючи висхідні та низхідні рефлексивні переходи. На кожному етапі виконуються відповідні завдання стратегії СМД-консультування. При цьому повинні враховуватися особливості психоактивної метафори як особливого типу знаково-символічних форм, що заміщують проблемні стани клієнта.

Для організації та управління процесом проблематизації та розвитку схем мислення консультанта необхідно розрізняти три горизонтальних простори:

1. Простір чуттєво-емоційних станів клієнта.
2. Простір комунікації, у якому відбувається взаємодія клієнта та консультанта.

3. Простір мислення, у якому відбувається перебіг рефлексивного дослідження клієнтом змісту та форми організації власної думки та дії.

Верхня межа схеми являє собою опис організаційно-управлінських завдань консультанта, які виконує консультант. Нижня межа – послідовність етапів трансформації мислєдїяльності, які проходить клієнт у ході процесу проблематизації та розвитку схем мислення.

У горизонтальному вимірі ми вирізняємо три стадії процесу проблематизації та розвитку: аналітичну, перехідну та проектну. У ході аналітичної стадії консультант допомагає клієнту провести процедури об'єктивації метафор проблемного стану, а також усвідомити проблеми в їхньому змісті та формі організації.

На перехідній стадії консультант організує вихід клієнта в позицію організатора символічного простору. Цей

крок дозволяє виконати кілька завдань. Клієнт отримує можливість:

1. Поставитися до змісту метафор із зовнішньої позиції.
2. Висунути вимоги до реконструкції метафор.
3. Визначити засоби та способи реконструкції змісту та форми організації метафор.

В ході проєктної стадії клієнт реалізує свій задум щодо реконструкції змісту психоактивних метафор. Процес буде таким чином, щоб нові метафоричні структури забезпечували вирішення тієї символічної ситуації, що розгортається у просторі метафоричних ландшафтів.

Одночасно з процесом реконструкції психоактивних метафор відбувається процес реконструювання схем мислення, яким керує консультант, ставлячи запитання в певній послідовності та фокусуванні.

Усунення проблем у змісті психоактивних метафор та схем, на яких вони ґрунтуються, приводить до того, що клієнт починає по-іншому структурувати свій досвід, змінює погляд на питання, що його турбує. Це, у свою чергу, приводить до гармонізації чуттєво-емоційних станів.

У вертикальному вимірі схеми виокремлюються чотири рівні **рефлексивних переходів** (рис. 2). На аналітичній стадії рефлексивні переходи здійснюються у висхідному напрямі. Перехідна стадія – горизонтальний рух від площини аналізу до площини проєктування. На проєктній стадії відбувається рефлексивний рух вниз.

Аналітична стадія

Нульовий рефлексивний рівень (R0). Клієнт перебуває у проблемному стані, не відрізняє своїх уявлень про світ від самого світу. На цьому рівні людина живе "природним життям". За висловом Е. Гуссерля: "Природне життя [...] є життя в універсальному нетематизованому обрії. У його природності це якраз світ, постійно попередньо даний нам як те, що існує" (Husserl, 1970, p. 145).

Перший рефлексивний рівень (R1↑). Консультант пропонує клієнту обговорити суть свого проблемного стану та сформулювати запит на консультування. Таким чином консультант залучає клієнта до процесу тематизації його власного життєвого світу.

Другий рефлексивний рівень (R2↑). Консультант пропонує клієнту описати зміст проблемного стану. Для виконання цього завдання він використовує епістемологічне запитання: "Як ти знаєш, що...?". Завдяки цьому комунікація зміщується у змістову площину. Це дозволяє консультанту ініціювати процес об'єктивації стану клієнта у формі психоактивної метафори.

Третій рефлексивний рівень (R3↑). Консультант організує процес дослідження та проблематизації структури та змісту психоактивної метафори клієнта. Результатом цього етапу повинно стати усвідомлення клієнтом суті проблем у змісті і формі організації психоактивної метафори, що заміщує собою негативний стан. У результаті цього усвідомлення у клієнта природним чином виникає бажання щось із цим зробити, що створює передумови для переходу на наступний рефлексивний рівень.

Четвертий рефлексивний рівень (R4→). Консультант пропонує клієнту поставитися до метафоричного ландшафту, що розгортається у просторі образів його свідомості. Таким чином консультант спонукає клієнта зайняти позицію організатора власного символічного простору і сформулювати вимоги на реконструкцію метафоричного ландшафту. Також клієнту пропонується поміркувати над тим, як це можна було б здійснити, урахувуючи внутрішні "закони життя" конкретно цієї

психоактивної метафори. Починаючи з цього моменту, відбувається рефлексивний рух донизу.

Проєктна стадія

Третій рефлексивний рівень (R3↓). Консультант підтримує природний рух клієнта з реконструкції метафоричного ландшафту, фіксує його увагу на ресурсних образах та їхніх ключових елементах, допомагає поглиблювати та розширювати позитивні символи.

Другий рефлексивний рівень (R2↓). На цьому рівні консультант направляє увагу клієнта на його стан у ситуації "тут-і-зараз". Новій формі і змісту психоактивної метафори відповідає й нова форма організації процесів думки та дії клієнта. Реконструкція форм організації мислення відбувається на концептуальному рівні та захоплює структури думки та дії, які відповідають за різні контексти його соціального життя. Тому у клієнта на цьому етапі виникають нові, часто несподівані, рішення відносно таких сфер його життя та діяльності, які можуть зовні здаватися не пов'язаними з первісним запитом.

Перший рефлексивний рівень (R1↓). Консультант організує процес співвіднесення отриманих рішень та станів із первісним запитом або ситуацією, що вирішується. Насправді це є дуже тонкий маневр з боку консультанта. Пряма вказівка на первісний запит, надто – в його первісному формулюванні, може: а) здаватися безглуздом, оскільки змінилися і рамка мислі, і дискурс клієнта; б) попередні формулювання можуть повертати клієнта в негативний стан, тому що актуалізують попередні мисленнєві конструкції. Тому консультанту краще використовувати загальні або нейтральні формулювання (Про що ти думаєш зараз? Що в тебе на думці? Які думки до тебе приходять (у тебе з'являються?) та інше).

Завершується процес виходом із консультативного контакту та повертанням клієнта на нульовий рефлексивний рівень (R0) до "природного життя", але вже в іншій символічній та концептуальній рамці.

Програма дій консультанта. Для ілюстрації дій консультанта наведемо одну із можливих тактик реалізації технології реконструкції символічних репрезентацій (табл. 3).

Після побудування контакту консультант допомагає клієнту сформулювати запит. Для цього він використовує відкриті запитання: "І що ти хотів би, щоб відбулось?". Британський психотерапевт Норман Воотон на своїх семінарах зазначає, що на це запитання може бути чотири варіанти відповіді.

1. Негативний запит. "Я не хотів би бути таким нещасним".
2. Позитивний запит. "Я хотів би бути щасливим".
3. Невизначений запит. "Я не знаю..."
4. Погано сформульований запит. "Мабуть, це..."

Консультанту необхідно досягти перших двох типів запиту, після чого за допомогою епістемологічного запитання перевести фокус рефлексії клієнта на зміст його чуттєво-емоційного стану. "І коли ти такий нещасний, як ти знаєш, що ти такий нещасливий?".

Фокусуючись на своєму стані, клієнт поглинає у світ власних відчуттів та образів свідомості. Консультант спрямовує увагу клієнта на місце розташування цих відчуттів та їхні характеристики. І коли консультант бачить, що клієнт сформував мисленнєвий об'єкт свідомості стосовно свого стану, він організує оформлення цього образу у вигляді психоактивної метафори.

У результаті клієнт опиняється у реалістичному світі власних образів та відчуттів, навколо нього розгортається метафоричний ландшафт, символи якого мають

для нього концептуальне значення. Він і сам є структурним елементом метафоричного ландшафту. Тому наступне завдання консультанта полягає у тому, щоб допомогти клієнту з'ясувати сутність відносин між собою та елементами метафоричного ландшафту – як ключові елементи ландшафту впливають на клієнта, яку дію вони здійснюють стосовно нього.

Усвідомлення дії елементу метафоричного ландшафту дозволяє перейти до формування бачення позитивної структури метафоричного ландшафту. Консультант підхоплює проектний рух клієнта і таким чином допомагає йому побудувати позитивну конфігурацію метафоричного ландшафту, яка несе в собі ресурсні стани та

рішення. Клієнт займає позицію організатора власного символічного простору.

Паралельно з цим процесом відбувається реконструкція змісту ставлення клієнта до питання, що обговорюється, та його чуттєво-емоційного стану. Консультант спрямовує увагу клієнта на його стан "тут-і-зараз" і допомагає довершити реконструкцію його чуттєво-емоційного стану. Коли стан клієнта набуває ідеальні характеристики, консультант організує планування дій та рефлексію нового ставлення клієнта до його життєвої ситуації. (Коментар: опис програми має зняти низку проблем щодо невизначеності запитань у табл. 3.)

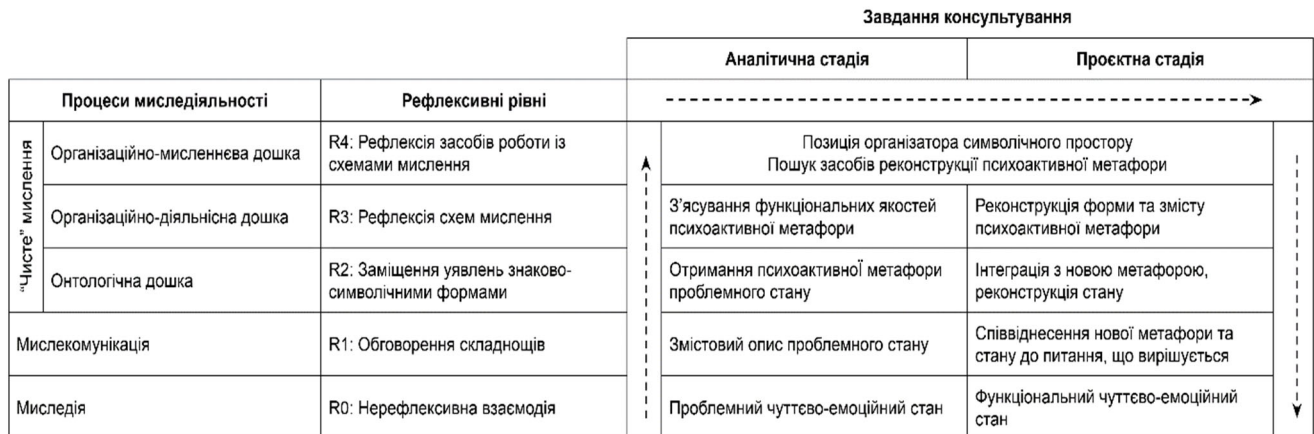


Рис. 2. Структура рефлексивних переходів

Таблиця 3

Програма дій консультанта з реконструкції символічних репрезентацій негативних станів

Завдання, що виконує консультант	Чисте запитання	Дія клієнта
Побудова консультативного контакту		Вхід в ситуацію консультування
Організація формулювання запиту	– І що ти хотів би, щоби відбулось? – І що ти хотів би, щоби відбулося на цій зустрічі?	Формулювання запиту
Фокусування на змісті проблемного стану і особистісного знання	– І як ти знаєш, що...?	Рефлексія змісту проблемного стану
Прояв і розвиток психоактивної метафори	– І що це за...? – І чи є що-небудь ще про...? – І де є це...? – І це ... як що? – І що це за...? – І чи має це ... колір, форму, розмір, матеріал? (Визначення метафори образу негативного стану)	Формування та дослідження психоактивної метафори
Переведення уваги на функцію метафори і характер відносин клієнта і метафори	– І що робить це...? (Визначення метафори образу негативного стану) – І що відбувається з тобою, коли ... робить...?	Усвідомлення проблем у змісті та формі організації психоактивної метафори
Організація виходу клієнта в позицію організатора символічним простором	– І як тобі, коли ... ? – І що ти хотів би, щоби відбулось?	Перехід у позицію організатора символічним простором
Організація реконструкції форми та змісту психоактивної метафори	– І що відбувається тоді? – І що відбувається потім? – І що це за...? – І чи є що-небудь ще про це...? – І чи є у цього ... колір, розмір, форма, матеріал?	Реконструкція форми та змісту психоактивної метафори
Організація реконструкції чуттєво-емоційного стану	– І коли це ..., то що відбувається з тобою? – І де це...? – І як себе відчуває твоє тіло?	Реконструкція чуттєво-емоційного стану
Організація планування дій	– І про що ти думаєш зараз? – Якї думки до тебе приходять? – І що в тебе на думці, коли...?	Рефлексія нових рішень, планування дій
Завершення консультативного контакту		Вихід у ситуацію соціальної взаємодії

Дискусія і висновки

Від самого початку ми виходили з того, що ефективність психологічного консультування залежить, серед іншого, від двох параметрів:

1. Від того, наскільки методика, яку використовує консультант, відповідає особистісним та психологічним властивостям клієнта.

2. Від того, наскільки клієнт є залученим до процесу вирішення свого питання.

Наша мета полягала в тому, щоб представити засіб вирішення питань ефективності консультування шляхом конфігурування фокусів стратегічних дій консультанта та природності руху думки клієнта.

Як методологічне підґрунтя ми використали системомислєдальнісний (СМД) підхід та побудоване на його засадах СМД-консультування. Як психотехнічні засоби – технології Чистої мови та Символічного моделювання.

Ми поставили перед собою завдання – описати технологію гармонізації чуттєво-емоційних станів, яка задовольняла б три умови:

1. Забезпечувала для консультанта можливість управляти процесом консультування і таким чином дозволяла реалізувати стратегічний складник.

2. Відкривала широкий простір для залучення і творчості клієнта у вирішенні свого питання.

3. Дозволяла б консультанту гнучко реагувати на унікальність кожної людини, на її неповторні засоби усвідомлення та описання чуттєво-емоційних станів.

Особливість технології полягає у тому, що вирішення питання є результатом співпраці консультанта і клієнта з опорою на концептуальну систему клієнта. Одночасно процес є керованим завдяки чіткому описанню процедур та поділу аналітичних і проектних тактів роботи.

У межах технології ми представили одну із тактик її реалізації, яка є достатньо простою і одночасно дозволяє отримати суттєві результати щодо гармонізації чуттєво-емоційних станів.

З практичного погляду технологія реконструкції символічних репрезентацій є ефективним додатковим засобом для роботи з посттравматичними розладами, розвитку емоційного інтелекту та символічної сфери особистості.

У перспективі нам здається цікавим докладне описання інших тактик реконструкції символічних репрезентацій, а також розроблювання програм навчання технологіям дослідження та трансформації символічних просторів життєвого світу особистості.

Внесок авторів: Роман Бабиш – концептуалізація, методологія, написання – оригінальна чернетка; Світлана Латиніна – написання – перегляд і редагування.

Список використаних джерел

- Арістотель. (2020). *Метафізика* (О. Юдін, Ред.; О. Юдін, Пер.). Фоліо.
- Дидковський, С. В. (2005). Модель акта арт-терапії. *Журнал практикуючого психолога*, (11), 134–142.
- Дидковський, С. В. (2001). Структура соціально-психологічного консультування. *Соціологія. Психологія. Педагогіка*, (9), 32–35.
- Дидковський, С. В. (2007). Розвиток теоретичних концепцій соціально-психологічного проектування. *Актуальні проблеми психології: Психологічна теорія і технологія навчання*, 8(4), 58–64.
- Дидковський, С. В. (2009). Подвійне розуміння схем в оргпроектванні. *Актуальні проблеми психології: Психологічна теорія і технологія навчання*, 8(6), 79–85.

Дидковський, С. В. (2019). Схема організації психологічного консультування. *Технології розвитку інтелекту*, 2(9(20)). <https://doi.org/10.31108/3.2019.2.9.8>

Щедровицький, Г. П. (2001). Розуміння та інтерпретація схеми знання. *Психологія і суспільство*, 4(6), 8–15. <http://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/43>

Щедровицький, Г. П. (2006). Організаційно-діяльнісна гра як нова форма організації та метод розвитку колективної мислєдальності. *Психологія і суспільство*, 3(25), 58–69. <http://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/259>

Eysenck, H. J. (1993). Forty Years On: The Outcome Problem in Psychotherapy Revisited. In T. R. Giles (Ed.), *Handbook of Effective Psychotherapy* (p. 3–20). Springer Science+Business Media.

Husserl, E. (1970). *Crisis of European Sciences and Transcendental Phenomenology: Studies in Phenomenology and Existential Philosophy* (D. Carr, Trans.). Northwestern University Press.

Lakoff, G., & Johnson, M. (1980). *Metaphors We Live by*. University of Chicago Press.

Lawley, J., & Tompkins, P. (2000). *Metaphors in Mind*. The Developing Company Press.

Minuchin, S. (1992). The Restored History of Family Therapy. In J. K. Zeig (Ed.), *The Evolution of Psychotherapy: The Second Conference* (p. 3–9). Brunner/Mazel.

Nardone, G., Salvini, G., & Watzlawick, P. (2008). *The Strategic Dialogue: Rendering the Diagnostic Interview a Real Therapeutic Intervention*. Karnac Books.

Nardone, G., & Watzlawick, P. (1993). *The Art of Change: Strategic Therapy and Hypnotherapy Without Trance*. Jossey-Bass.

Sullivan, W., & Rees, J. (2008). *Clean Language: Revealing Metaphors and Opening Minds*. Crown House Publishing.

References

- Aristotle. (2020). *Metaphysics* (O. Yudin, Ed.; O. Yudin, Trans.). Folio [in Ukrainian].
- Didkovsky, S. V. (2001). Structure of Social and Psychological Counseling. *Sociology. Psychology. Pedagogy*, (9), 32–35 [in Ukrainian].
- Didkovsky, S. V. (2005). The Model of Art Therapy Act. *Journal of Practicing Psychologist*, 11, 134–142 [in Russian].
- Didkovsky, S. V. (2007). Development of Theoretical Concepts of Social-Psychological Design. *Current problems in psychology: Psychological theory and technology*, 8(4), 58–64 [in Ukrainian].
- Didkovsky, S. V. (2009). Double Understanding of Schemes in Organizational Design. *Current problems in psychology: Psychological theory and technology*, 8(6), 79–85 [in Ukrainian].
- Didkovsky, S. V. (2019). The Scheme of Organizing Psychological Counseling. In *Technologies of Intellectual Development*, 2(9(20)). <https://doi.org/10.31108/3.2019.2.9.8> [in Ukrainian].
- Eysenck, H. J. (1993). Forty Years On: The Outcome Problem in Psychotherapy Revisited. In T. R. Giles (Ed.), *Handbook of Effective Psychotherapy* (p. 3–20). Springer Science+Business Media.
- Husserl, E. (1970). *Crisis of European Sciences and Transcendental Phenomenology: Studies in Phenomenology and Existential Philosophy* (D. Carr, Trans.). Northwestern University Press.
- Lakoff, G., & Johnson, M. (1980). *Metaphors We Live by*. University of Chicago Press.
- Lawley, J., & Tompkins, P. (2000). *Metaphors in Mind*. The Developing Company Press.
- Minuchin, S. (1992). The Restored History of Family Therapy. In J. K. Zeig (Ed.), *The Evolution of Psychotherapy: The Second Conference* (p. 3–9). Brunner/Mazel.
- Nardone, G., Salvini, G., & Watzlawick, P. (2008). *The Strategic Dialogue: Rendering the Diagnostic Interview a Real Therapeutic Intervention*. Karnac Books.
- Nardone, G., & Watzlawick, P. (1993). *The Art of Change: Strategic Therapy and Hypnotherapy Without Trance*. Jossey-Bass.
- Sullivan, W., & Rees, J. (2008). *Clean Language: Revealing Metaphors and Opening Minds*. Crown House Publishing.
- Shchedrovitsky, G.P. (2001). Understanding and interpretation of knowledge schemes. In *Psychology and society*, 4(6), 8–15. <http://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/43> [in Ukrainian].
- Shchedrovitsky, G.P. (2006). Organisational activity games – a new way of organising and a method for developing collective thinking activity. In *Psychology and society*, 3(25), 58–69. <http://pis.wunu.edu.ua/index.php/uapis/article/view/259> [in Ukrainian].

Отримано редакцією журналу / Received: 23.09.23

Прорецензовано / Revised: 27.10.23

Схвалено до друку / Accepted: 03.11.23

Roman BABYCH, Methodologist
ORCID ID: 0009-0007-7608-9258
e-mail: apt.in.ua@gmail.com
NGO "Ukrainian Association «Active Public Thinking»", Dnipro, Ukraine

Svitlana LATYNINA, Master of Arts
ORCID ID: 0009-0007-9060-2839
e-mail: apt.in.ua@gmail.com
Interregional Academy of Personnel Management,
NGO "Ukrainian Association «Active Public Thinking»", Dnipro, Ukraine

RECONSTRUCTION OF SYMBOLIC REPRESENTATIONS AS A MECHANISM FOR HARMONISING SENSORY-EMOTIONAL STATES IN PSYCHOLOGICAL COUNSELING

A consultant psychologist aiming to achieve specific results within a defined timeframe faces the challenge that the effectiveness of their work depends on two opposing demands. On the one hand, the consultant must adhere to a specific action strategy to guarantee achieving the desired outcome. On the other hand, the client must be highly engaged in the problem-solving process and have the freedom for creative work and personal development.

The article aims to describe a technology for harmonizing sensory-emotional states based on the principles of a system-thinking-activity approach to psychological counseling.

Our aim is to combine the consultant's strategic orientation and the client's creative freedom within one technology. We used the scheme of psychological counseling in a system-thinking-activity approach and the principles of its implementation as a method of configuration. The object of psychotechnical work is the symbolic representations of sensory-emotional states, and the psychotechnical tools used are Clean Language and Symbolic Modeling.

The article examines the action strategy of a consultant psychologist and discusses the principles, foundations, and mechanisms of psychological counseling within the system-thinking-activity approach. Methods of their implementation within the technology are also considered. Particular attention is given to the features of the psychoactive metaphor as a sign-symbolic representation of sensory-emotional states and the means of working with it.

The study investigates the scheme that allows the consultant to manage the process of exploring the client's own symbolic space. It describes reflective transitions that both the client and the consultant go through during problematization and the development of schemes for organizing thought and action. It also includes a detailed description of one of the tactics for reconstructing symbolic representations, along with an example of its practical implementation.

Key words: *psychotechnique, strategy, counseling, representation, metaphor, reflection.*

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

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

УДК 159.947.5:304.3:613-053.67/.81
DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).5](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).5)

Олександра БАЛАН, асп.
ORCID ID: 0009-0001-8043-9149
e-mail: redbull.aleksandra@gmail.com
Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Київ, Україна

ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ МОЛОДІ

Вступ. Розглянуто питання здорового способу життя, його значення, чинники, що сприяють його формуванню, а також засоби та методи за допомогою яких даний процес стає можливим. Розпочинати формування здорового способу життя, бажано з раннього віку, оскільки найміцніше необхідні якості прививаються, саме у дитячому віці. Надалі здоровий спосіб життя гарантуватиме гармонійний розвиток особистості, повноцінну життєдіяльність, активне довголіття та поліпшення адаптивних можливостей організму. Метою статті було розкрити значення здорового способу життя, а також засоби та методи його формування у осіб молодого віку в період навчання у закладах вищої освіти. Адже питання здорового способу не втрачає своєї актуальності, а навпаки, з кожним роком постає дедалі гостріше. Також неможливо залишити поза увагою той факт, що протягом навчання у закладах вищої освіти спостерігається помітне зниження рівня здоров'я через значне навчальне навантаження та зміни побутових умов.

Результати. Підтверджено особливу важливість формування здорового способу життя у осіб молодого віку, що здобувають вищу освіту, та визначено чинники, які справляють вплив на формування здорового способу життя. Доведено, що за рахунок здорового способу життя збільшується можливість досягнення життєвого успіху, адже саме здорова особистість більше налаштована на досягнення бажаного результату.

Висновки. На підставі аналізу наукової літератури встановлено необхідність активної роботи з організації системної діяльності в умовах закладу вищої освіти, що полягає у засвоєнні на практиці оздоровчих технологій, створенні, здійсненні та вдосконаленні власної оздоровчої системи протягом навчання. Важливим регулятором життєдіяльності та поведінки загалом виступають цінності й ціннісні орієнтації. Чільне місце посідає мотивація щодо збереження здоров'я, його поліпшення та дотримання правил здорового способу життя. Перспективи подальших наукових досліджень полягають у визначенні найбільш ефективних оздоровчих методик та їх впровадженні до освітньої програми.

Ключові слова: здоров'язбережна поведінка, мотивація, повноцінна життєдіяльність, ціннісні орієнтації.

Вступ

Актуальність дослідження. Науковці (Косівська, & Ровний, 2015) зазначають, що питання здорового способу життя не втрачає своєї актуальності, а навпаки – з кожним роком постає все більш гостро перед сучасним молодим поколінням. Збереження та поліпшення здоров'я, на думку вчених, є соціальним завданням українського суспільства, що набуло надзвичайно важливого значення. Оскільки підготовка висококваліфікованих кадрів просто неможлива без достатнього рівня здоров'я та високого рівня працездатності, можна говорити про те, що формування здорового способу життя та позитивного ставлення до нього є однією з найактуальніших проблем сьогодення (Гуртова, & Безгребельна, 2017).

Дослідник Антонюк (2020) здоровий спосіб життя вважає необхідним та важливим компонентом в освітньому просторі, адже така індивідуальна система поведінки, власне звичок кожного окремого індивіда, забезпечує йому необхідний рівень життєдіяльності та збільшення тривалості життя. Основними ж принципами, за яких відбувається формування здорового способу життя, на думку вченого, є принципи усвідомленості, активності, доступності, динамічності та індивідуальності.

У роботі (Мекед, Рябенко, & Жара, 2019) зазначено, що низький рівень здоров'я сучасного українського населення викликає неабияке занепокоєння та вимагає пошуку і впровадження нових підходів до формування ціннісних орієнтацій молоді щодо власного здоров'я та питань його збереження. Бойко (2015) у своїй роботі вказує на те, що в сучасній педагогічній теорії та практиці проблема формування ціннісного ставлення до здоров'я та здорового способу життя посідає одне з пріоритетних місць. Мекед (2019) впевнена, що найважливіша роль у збереженні та формуванні здоров'я належить самій людині, способу її життя, системі цінностей, настановам, рівню гармонізації внутрішнього світу та стосунків з оточенням. Омельченко (2017) говорить про те, що, оскільки джерелом лідерства в царині охорони здоров'я стають численні зацікавлені сторони, то велику відповідальність саме в межах пропаганди здорового

способу життя, повинні взяти на себе заклади вищої освіти, адже саме вони визначають основні напрями соціалізації молоді. Деякі дослідники (Черевко, & Індиченко, 2016) вважають, що педагоги закладу вищої освіти як активні учасники збереження та зміцнення здоров'я на державному, суспільному та особистісному рівнях у процесі своєї професійної діяльності повинні формувати готовність здобувачів вищої освіти до здоров'язбережної діяльності та популяризувати здоровий спосіб життя. Л. Рибалко (2017) натомість у своїй роботі вказує, що сформовані фізичний, психічний та духовний складники здоров'я у молодого покоління українців є запорукою їхньої професійної досконалості, гарантом реалізації фахових умінь, чинником працездатності протягом життя. **Метою роботи** є визначити значення здорового способу життя, а також засоби та методи його формування у осіб молодого віку в період навчання у закладах вищої освіти.

Результати

Науковці (Косівська, & Ровний, 2015) найважливішим завданням вищої школи вважають усебічний розвиток особистості, а саме – розвиток фізичних та духовних сил. Заклади вищої освіти сприяють залученню здобувачів вищої освіти до систематичних занять фізичними вправами, формування рухових навичок та стійких звичок до занять фізичною культурою, виховання у молодих людей колективізму, патріотизму та цілеспрямованості, поліпшення їх підготовки до професійної діяльності. Оскільки викладачі закладів вищої освіти виступають активними учасниками зміцнення та збереження здоров'я на державному, суспільному та особистісному рівнях, то вони зобов'язані формувати готовність здобувачів вищої освіти до діяльності, яка створює та зберігає здоров'я. Застосування різних форм організаційно-виховної, волонтерської роботи, нових технологій стосовно збереження власного й колективного здоров'я сформує відповідні умови, за яких молоді люди будуть спроможні взяти на себе відповідальність за власні дії, вчинку, справи та слова стосовно дотримання здорового способу життя (Бондаренко, 2015).

На жаль, за свідченнями Бойко (2015) у сучасній педагогічній практиці процес збереження та зміцнення здоров'я здобувачів вищої освіти, а також формування цінності здорового способу життя часто буває фрагментарним та має суто формальний характер. Відповідно, більшість молодих людей мають недостатньо сформоване ціннісне ставлення до власного здоров'я, а також бажання та вміння піклуватися про нього. Проте загалом суспільство здатне впливати на формування здорового способу життя молодого покоління. Досягти цього можливо завдяки створенню оптимальних умов, що сприятимуть духовному та психологічному розвитку (Шепітько, Борута, & Валерійович, 2020). На жаль, у сучасних навчальних умовах процес формування власне культури здоров'я досить складний та потребує комплексного вирішення. Дослідники (Черевко, & Індиченко, 2016) вважають, що наразі питанням духовного оздоровлення молодих людей не приділяється достатньої кількості уваги. Загалом здоров'я молодим людям варто розглядати таким чином, де першим та основним аспектом буде духовний, потім психічний і нарешті – фізичний.

Мехед (2019) зазначає науково-практичні засади створення та ефективного функціонування соціально-педагогічної системи взаємодії соціальних інститутів суспільства з такими базовими аспектами, як освітній, що реалізується через інститути освіти, фізичної культури, сім'ї та охорони здоров'я (має на увазі реалізацію педагогічних і психологічних умов щодо здоров'язбережної компетенції); виховний, що реалізується через інститути освіти, науки, охорони здоров'я, засобів масової інформації, та культури (пов'язаний із формуванням позитивної мотивації щодо збереження свого здоров'я та здоров'я інших людей), а також практичний аспект, направлений на втілення в життя мети та завдань оздоровчих заходів.

На думку Косівської та Ровного (2015), здоровий спосіб життя – це система форм життєдіяльності, що сприяє збереженню та зміцненню здоров'я. Формування здорового способу життя розпочинається з раннього віку, адже найбільш міцними є ті якості, що прищеплюються в дитинстві, вони будуть активно впливати на весь подальший процес формування особистості. Батьки в процесі виховання власних дітей із метою прищеплення їм здорового способу життя часто застосовують різні психологічні механізми, такі як механізм підкріплення, тобто заохочення або ж покарання за поведінку, яку вважають правильною чи неправильною відповідно. Таким чином, відбувається формування системи ціннісних норм, стандартів та життєвих планів, дотримання яких поступово стає внутрішньою потребою. За умови, якщо ці плани й стандарти реалістичні, то їх реалізація підвищить рівень особистої самоповаги та дозволить сформувати позитивний "Я-образ". Якщо плани й стандарти старшого покоління не співвідносяться з наявними можливостями дитини, не зауважують її схильностей та інтересів, а в разі невдачі – виникають проблеми із самовизначенням, то знижується рівень самоповаги та втрачається віра в себе (Рибалко, 2017).

Також здоровий спосіб життя можна визначити як діяльність людини, спрямовану на збереження та зміцнення її здоров'я. Здоровий спосіб життя зумовлений особливостями соціокультурного розвитку, цінностями, що переважають у соціумі, та загальним рівнем моральності людей. Здоровий спосіб життя забезпечує гармонійний розвиток усіх сфер особистості, активне довголіття, повноцінну життєдіяльність та поліпшення адаптивних можливостей організму (Омельченко, 2017).

У широкому значенні під здоровим способом життя розуміють динамічне буття особистості, що відображає позитивне ставлення до здоров'я як цінності, спрямоване на самозбереження й самореалізацію у різних сферах життя, яке справляє позитивний вплив на творчу активність особистості. У вузькому ж значенні здоровий спосіб життя слід розуміти як сукупність ціннісних орієнтацій та установок, звичок, темпу й режиму життя, що спрямовані на формування, зміцнення, збереження та відтворення здоров'я під час процесу навчання, спілкування, виховання, праці та відпочинку, а також у процесі майбутньої професійної діяльності (Бойко, 2015).

Рибалко (2017) здоровий спосіб життя розглядає як сукупність раціональних методів, направлених на поліпшення здоров'я та гармонійний розвиток особистості. Такий підхід забезпечує формування здорового способу життя під час освітнього процесу за рахунок оновлення методики та змісту навчання через використання нових педагогічних технологій. Найефективнішими педагогічними умовами формування здорового способу життя визначено: визнання питання здоров'я та здорового способу життя пріоритетними проблемами суспільства у нормативних документах про освіту, наявність навчальних дисциплін за цією тематикою, проведення руханок, флеш-мобів, форми та методи навчання, які сприяють здоров'ю, контроль та корекція знань здобувачів освіти щодо зазначеної тематики.

Омельченко (2017) пише про те, що формування здорового способу життя – процес динамічний, невід'ємна складова частина процесу соціалізації, що являє собою систему стихійних, цілеспрямованих впливів на особистість та, відповідно, зумовлює високий рівень сформованості її компетентності у питаннях збереження здоров'я, а також позитивне ставлення до самого себе, власної життєдіяльності та навколишнього середовища.

Важливими чинниками формування здорового способу життя виступають насамперед: ведення сприятливої для здоров'я державної політики, створення сприятливого середовища на основі соціоекологічного підходу до здоров'я; підвищення активності громади та активізація молодіжної участі, формування особистісних навичок за допомогою інформування, спеціальної освіти й навчання; переорієнтація системи охорони здоров'я з урахуванням проблем здорового способу життя (Адаменко, Литвиненко, & Борецька, 2019). Натомість на відтворення здорового способу життя та формування здоров'язбережувальної поведінки позитивний вплив справляє здорове соціальне середовище, що урівнює проблеми суспільства та людини, опосередковує наявність соціальних норм та цінностей. Загалом як аудиторні заняття, так і позааудиторні заходи спрямовані на підтримку середовища, у якому здоров'я є найвищою цінністю (Мехед, 2019).

На думку Вакуленко (2016), найефективнішими формами роботи з молодим поколінням стосовно популяризації здорового способу життя є масові інформаційно-профілактичні заходи, фестивалі, форуми, конкурси соціальних робіт і проєктів, спортивні та навчально-інформаційні заходи, поширення інформаційних матеріалів, організація змістовного дозвілля та активного відпочинку, впровадження соціальних проєктів на локальному рівні за участю молоді.

Важливо також, щоб навчання здорового способу життя було систематичним та сприяло гармонійному розвитку психофізичних здібностей молодих людей. Отже, обов'язково повинна спостерігатись взаємопогодженість знань, умінь та навичок у молодих людей, що й

гарантуватиме надалі необхідний рівень їхньої моралі, духовності та загалом працездатності. Досягнення цієї мети можливе за рахунок знань основних положень фізіології, психології, соціології та деяких інших суміжних дисциплін, адже набуті знання забезпечать свідоме ставлення до власного здоров'я та, відповідно, його збереження, зміцнення та формування (Шепітько, Борута, & Валерійович, 2020).

До факторів, які забезпечують здоровий спосіб життя, належать: гармонія з навколишнім середовищем, оптимальна рухова активність, повноцінне харчування, умови праці та навчання, побут, відсутність шкідливих звичок, нормальний психологічний мікроклімат у сім'ї та колективі, панівна установка на пріоритетну цінність здоров'я, самоосвіта та самовиховання у питаннях збереження здоров'я (Бойко, 2015). Натомість збереження здоров'я передбачає процес життєдіяльності, спрямований на засвоєння та застосування інформації, яка поєднує у собі основні складники діяльності зі збереження здоров'я і формування правильних цінностей, фундаментальних для здорової особистості (Янцаловський, 2021). Мехед, Рябченко та Жара (2019) вважають визначним вплив освітнього середовища, заснований на принципах збереження та розвитку здоров'я, стимулювання позитивних процесів фізичного, психічного, духовного та інтелектуального розвитку, показниками якості якого визначають динаміку стану здоров'я, а також рівень навченості та виховання. Під час навчальної діяльності важливо розуміти, що за умови створення конкретних організаційно-педагогічних умов можливе формування установок на діяльність, що мотивує до збереження здоров'я. Цей процес розпочинається з актуалізації проблеми здоров'я та його суттєвих ознак, тобто: цілісності, системності, багатокomпонентності; співвідношення структурного та динамічного аспектів здоров'я; рівнів здоров'я; взаємозалежності і взаємообумовленості благополуччя. Звісно, сприяння здоров'ю відбувається як за рахунок самої людини, так і за рахунок керівництва з боку соціуму (Бондаренко, 2015).

Загалом розв'язання проблеми формування здорового способу життя вимагає чіткого усвідомлення молодими людьми того, що з метою зміцнення фізичного й психічного здоров'я та соціального благополуччя варто чітко дотримуватись правил здорового способу життя. Те, що сприятиме зміцненню здоров'я, надасть змогу легше переносити фізичні та психічні навантаження протягом адаптації до нових умов навчання, а також зберігати активність і високий рівень працездатності. Ці правила обумовлюються індивідуальними особливостями кожної молодої людини, їхніми потребами та мотивами, нахилами та можливостями. Надалі вони передбачатимуть сформованість знань, умінь та навичок щодо способу організації життєдіяльності (Пляка, Ольховська, & Гавриш, 2017).

Учені Черевко та Індиченко (2016) кажуть про те, що від рівня культури людини залежить збереження та відтворення її особистого здоров'я. Крім системи знань про здоров'я, культура здоров'я повинна включати й відповідну поведінку, спрямовану на його збереження. Отже, важливо формувати таку поведінку під час роботи з молодими людьми. Шепітько, Борута та Валерійович (2020) також зазначають, що поведінка людини є надзвичайно важливою для здоров'я, адже чинить безпосередній вплив на нього через спосіб життя або ж опосередкований – через економічні чи соціоекономічні умови. Самі поведінкові чинники можуть бути сприятливими або ж шкідливими для здоров'я залежно від вибору способу життя. Вплив на поведінку людини можливий за рахунок зусиль самої людини, сім'ї та суспільства загалом.

Бойко (2015) поняття способу життя визначає як діяльність людини, детерміновану умовами певної суспільно-економічної формації, рівнем життя, способом виробництва, сукупністю природно-географічних та суспільно-історичних умов, ціннісних установок, притаманних окремим індивідам, соціальним групам або ж суспільству загалом. З позиції системного підходу, спосіб життя – це цілісне явище, що поєднує типові види життєдіяльності суспільства та індивіда, сформоване в процесі інтеграції цілей, мотивів, ціннісних орієнтацій, наполегливості, волі, емоційної оцінки досягнень, досвіду втілення у життя способів та форм щодо організації власної життєдіяльності.

Формування позитивної установки на активну підтримку здоров'я – один зі шляхів, що певною мірою здатен забезпечити розв'язання проблеми здоров'я здобувачів вищої освіти. Загалом формування ціннісних орієнтирів молодих людей щодо збереження здоров'я вважається основою концепції формування здорового способу життя та культури дозвілля (Гуртова, & Безгребельна, 2017).

Бойко (2015) також найбільш значущим регулятором життєдіяльності та поведінки людей вважає саме цінності та ціннісні орієнтації. Ціннісні орієнтації прямо залежать від установок особистості, оскільки як одні, так й інші виникають на основі потреб й конкретних ситуацій, також ціннісні орієнтації та установки особистості регулюють взаємини між особистістю та суспільством.

Постійно спостерігається зростання вимог до людини та обсягу її діяльності, що, у свою чергу, вимагає значного підвищення фізичного й духовного потенціалу. Косівська та Ровний (2015) вважають, що високий рівень здоров'я визначає можливість освоєння людиною інших цінностей, адже він – основа, відсутність якої робить сам процес розвитку людини малоефективним. Ціннісні орієнтації стосовно власного здоров'я, які домінують у молодіжному середовищі, прямо залежать від характеру ідеалів та авторитетів, які визначають спрямування у духовному світі конкретної молодіжної групи. Зважаючи на постійне зниження духовного потенціалу та здоров'я молодих людей, особливо щодо підлітків, гостро постає питання формування у них здорових звичок та здорового способу життя загалом (Мехед, Рябченко, & Жара, 2019).

Компоненти формування здорового способу життя, вважають Адаменко, Литвиненко та Борецька (2019), розподіляються на змістовий, мотиваційний та діяльнісний. Надзвичайно важливим є змістовий компонент, а саме усвідомлення молодими людьми сутності культури здоров'я, засвоєння необхідного обсягу знань, умінь та навичок щодо його формування, а також наявність розуміння того, що збереження та зміцнення здоров'я можливе за комплексної його реалізації на фізичному, психічному, соціальному та духовному рівнях. Свідоме ж розуміння молодими людьми здоров'я як найвищої цінності досягається за рахунок мотиваційного компоненту, що стає можливим у разі системної роботи з вдосконалення та прагнення молодої людини до здорового й щасливого довголіття. Щодо діяльнісного компоненту, реалізується він за організаційної системної роботи в умовах закладу вищої освіти і полягає у засвоєнні на практиці оздоровчих технологій, створенні, здійсненні та вдосконаленні власної оздоровчої системи протягом навчання.

Загалом низький рівень мотивації до збереження власного здоров'я, на думку Янцаловського (2021), виступає одним із чинників погіршення стану здоров'я серед сучасної молоді, що зумовлено високим рівнем емоційного виснаження під час навчання. Саме мотивація є ключовим елементом будь-якої діяльності.

Мотивація – це сукупність психологічних процесів, цілеспрямована діяльність людини, яка визначає: швидкість, динамічність роботи, її скерованість та результативність виконання. Процес формування відбувається під дією низки чинників, які утворюють подальший напрям роботи особистості. Оскільки мотиваційна сфера поєднує: наміри, переконання, потреби та мотиви, то вона є системою, що спонукає та скеровує до подальших учинків. Мотивацію до збереження здоров'я можна визначити як комплекс установок, спрямованих на поліпшення рівня здоров'я особистості за рахунок її власних бажань та прагнень.

Також відомо, що вирішення питання щодо збереження здоров'я молодого покоління стає можливим за допомогою формування нагального пріоритету здоров'я, виховання мотивації до ведення здорового способу життя, а також уміння реалізувати отримані знання у побуті. Таким чином відбувається запровадження розвитку здоров'язбережувальної культури та залучення до цієї справи молодих людей. Оскільки вже з перших років життя необхідно привчати цінувати власне здоров'я, то особливу увагу варто приділяти дітям дошкільного та шкільного віку. Особливо актуальним є формування здоров'язбережувальної парадигми в педагогічній діяльності, адже активна мотивація до здорового способу життя безпосередньо залежить від єдності навчання та виховання (Мехед, Рябченко, & Жара, 2019).

На думку Гуртової та Безгребельної (2017), напрям соціальної поведінки в молодіжному середовищі щодо вибору шляхів досягнення життєвого успіху також необхідно розглядати як мотивацію стосовно формування здорового способу життя та культури дозвілля, інструмент творення бажаного іміджу та компонент успішної майбутньої кар'єри. Важливим чинником також виступає формування культурного світогляду, розважливого ставлення до власного здоров'я як значних компонентів способу життя, які справляють суттєвий вплив на досягнення кар'єрного та життєвого успіху молодих людей.

Янцаловський (2021) вважає, що розвиток мотивації однозначно потребує достатньої уваги, оскільки вона відіграє одну з провідних ролей у період ранньої юності й загалом, формує свідому та зрілу особистість. Отже, великого значення у роботі з людьми юнацького віку набуває визначення напрямів мотивів. Також цей віковий період характеризується формуванням особистісної ідентичності, роздумами про власні цінності, мрії, захоплення та соціальні контакти. Зважаючи на значення формування у молодих людей правильних цінностей та установок, які сприятимуть покращенню стану їхнього здоров'я, особливим надбанням цього періоду є формування життєвих планів, які згодом стають життєвою програмою.

Примітно, що молоді люди на сьогодні є чудово проінформованими щодо того, що корисно або шкідливо для їхнього здоров'я, мають вичерпну інформацію про захворювання та засоби їх лікування, проте вони зовсім не освічені в питанні, як саме бути здоровими. Пов'язано це з тим, що самих лише знань про елементи здорової поведінки недостатньо, необхідно мати досвід та досягнення, що ввійшли в культуру, побут та звички (Брязкало, 2020).

Дискусія і висновки

На підставі аналізу наукової літератури встановлено необхідність ведення активної роботи щодо організації системної роботи в умовах закладу вищої освіти, що полягає у засвоєнні на практиці оздоровчих технологій, створенні, здійсненні та вдосконаленні власної оздоровчої системи протягом навчання. Тобто варто запровадити навчальну та позанавчальну діяльність, спрямовану на пропаганду та формування здорового

способу життя, а також певної системи знань, умінь і навичок щодо здоров'я та самостійної організації діяльності, яка формує і зберігає здоров'я.

Перспективи подальших наукових досліджень полягають у визначенні найбільш ефективних методик формування здоров'я та їх впровадженні в освітні програми.

Список використаних джерел

- Адаменко, О. О., Литвиненко, О. М., & Борецька, Н. О. (2019). Шляхи реалізації моделі формування здорового способу життя студентської молоді засобами фізичної культури у закладах вищої освіти. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки*, (2), 11–15. <https://doi.org/10.33310/2518-7813-2019-65-2-11-15>
- Антонюк, О. В. (2020). Засоби формування здорового способу життя у студентської молоді. У Ю. Бобровнік, В. Вінс, Н. Ігнатенко, В. Коцур, В. Куйбіда, С. Рик, & Г. Токмань (Ред.), *Проблеми та перспективи розвитку сучасної науки в країнах Європи та Азії*: 29 (с. 86–87). Університет Григорія Сковороди в Переяславі.
- Бойко, Ю. С. (2015). *Формування аксіологічних установок до здорового способу життя у студентів вищих навчальних закладів* [Дис. канд. пед. наук, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини]. <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/4572/1/FORMUVANNIA%20AKSIOLONICHNYKH%20USTANOVOK.pdf>
- Бондаренко, З. П. (2015). Формування здорового способу життя студентів як психолого-педагогічна проблема вищої школи. *Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Педагогіка і психологія*, 9(1), 51–58. http://nbuv.gov.ua/UJRN/vduer_2015_1_9
- Брязкало, О. Ю. (2020). Формування здорового способу життя студентської молоді. У Н. Лавська, О. Ландик, О. Литовченко, Т. Романенко, Н. Шевченко, & Т. Шейн (Ред.), *Реалізація наукового потенціалу студента вищої школи: виклики, перспективи напрямів* (с. 219–222). ВП НУБіП України "Ніжинський агротехнічний коледж". https://natc.org.ua/docs/Conferencial2020/Conferencia_mat_20200522.pdf
- Вакулєнко, О. В. (2016). Сучасні аспекти формування здорового способу життя в Україні та світі. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*, 21(11), 114–121. <http://enpuiir.npu.edu.ua/handle/123456789/11630>
- Гуртова, Т. В., & Безгребельна, О. П. (2017). Основи здорового способу життя у фізкультурній освіті студентів ВНЗ. У Т. Бала, В. Жук, Н. Криворучко, І. Кузьменко, М. Мамешина, І. Масляк, & А. Петрова (ред.), *Актуальні проблеми фізичного виховання різних верств населення* (с. 57–62). Національний університет "Львівська політехніка". <https://journals.urau.ua/hdafa-tmf/article/view/108294>
- Косівська, А. В., & Ровний, А. С. (2015). Формування здорового способу життя студентської молоді засобами фізичного виховання. У *Фізична культура, спорт та здоров'я* (с. 157–159). Харківська державна академія фізичної культури. http://nmc-pto.dp.ua/doc/2016/2016_11_02_16_51_45.pdf
- Мехед, О. Б., Рябченко, С. В., & Жара, Г. І. (2019). Аналіз факторів, що впливають на формування здорового способу життя молоді. *Вісник Національного університету "Чернігівський колегіум" імені Т. Г. Шевченка. Педагогічні науки*, 159(3), 262–266. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3477733>
- Мехед, О. Б. (2019). Формування здорового способу життя як важлива частина виховання та соціалізації підліткового покоління. *Вісник Національного університету "Чернігівський колегіум" імені Т. Г. Шевченка*, 160(4) 84–88. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3614407>
- Омельченко, Л. М. (2017). Формування здорового способу життя студентів: психологічні чинники. *Науковий вісник НУБіП України. Серія: Гуманітарні студії*, (274), 174–181. <http://journals.nubip.edu.ua/index.php/Gumanitari/article/view/9655>
- Пляка, Л. В., Ольховська, А. Б., & Гавриш, Н. Б. (2017). Практичні аспекти формування психологічних навичок здорового способу життя здобувачів вищої освіти Національного фармацевтичного університету. У О. Висоцький (ред.), *Освіта і наука в умовах глобальних трансформацій* (с. 300–301). СПД "Охотнік". <http://dspace.nuph.edu.ua/handle/123456789/14220>
- Рибалко, Л. М. (2017). Педагогічні умови формування здорового способу життя в студентської молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт*, 147(2), 118–121. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2017_147%282%29_31
- Черевко, С. В., & Індиченко, Л. С. (2016). Сучасні проблеми формування здорового способу життя студентської молоді. *Педагогіка вищої та середньої школи*, 3(49), 287–300. <https://doi.org/10.31812/pedag.v49i0.1203>
- Шепітько, В. І., Борута, Н. В., & Валерійович, С. Є. (2020). Мотивація молоді до здорового способу життя в сучасних умовах. У О. Ковалевська, А. Любич, І. Мушеник, О. Плужник, Л. Поливан, Л. Прудка, & Г. Слабкий (Ред.), *Integration of scientific bases into practice* (с. 335–337). International science group. <https://doi.org/10.46299/ISG.2020.IV>
- Янцаловський, О. Й. (2021). Психологічні засоби формування особистості як суб'єкта самозбереження. У О. М. Гомонюк (Ред.), *Теорія та практика формування особистості як суб'єкта самотворення і самозбереження* (с. 227–245). ФОП Цюпак А. А. <https://elar.khmn.edu.ua/server/api/core/bitstreams/11cb7de8-fa70-4ed0-9630-d1824710b6bf/content>

References

- Adamenko, O. O., Lytvynenko, O. M., & Boretska, N. O. (2019). Ways of implementing the model of forming a healthy lifestyle of student youth with the help of physical culture in institutions of higher education. *Scientific Bulletin of V.O. Sukhomlynskyi Mykolaiv National University. Pedagogical Sciences*, (2), 11-15. <https://doi.org/10.33310/2518-7813-2019-65-2-11-15> [in Ukrainian].
- Antoniuk, O. V. (2020). Means of forming a healthy lifestyle among student youth. *Problems and prospects of the development of modern science in the countries of Europe and Asia, Ukraine*, (29), 86-87. [in Ukrainian].
- Bondarenko, Z. P. (2015). Formation of a healthy lifestyle of students as a psychological and pedagogical problem of a higher school. *Bulletin of the Higher Educational Institution "Alfred Nobel University", Dnipro. Pedagogy and psychology*, 9(1), 51-58. http://nbuv.gov.ua/UJRN/vddep_2015_1_9 [in Ukrainian].
- Boyko, Y. S. (2015). *Formation of axiological attitudes towards a healthy lifestyle among students of higher educational institutions* [Candidate dissertation, Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University]. <https://dspace.udpu.edu.ua/bitstream/6789/4572/1/FORMUVANNIA%20AKSIOLOHICHNYKH%20USTANOVOK.pdf> [in Ukrainian].
- Bryazkalo, O. Y. (2020). Formation of a healthy lifestyle of student youth. In N. Lavsk, O. Landyk, O. Lytovchenko, T. Romanenko, N. Shevchenko, & T. Shein (Eds.) *Realization of the scientific potential of a higher school student: challenges, promising directions* (219-222). NUBiP. https://nato.org.ua/docs/Conferencia/2020/Conferencia_mat_20200522.pdf [in Ukrainian].
- Cherevko, S. V., & Indychenko, L. S. (2016). Modern problems of forming a healthy lifestyle of student youth. *Higher and secondary school pedagogy*, 49 (3), 287-300. <https://doi.org/10.31812/pedag.v49i0.1203> [in Ukrainian].
- Gurtova, T. V., & Bezgrebelna, O. P. (2017). Basics of a healthy lifestyle in physical education of university students. In T. Bala, V. Zhuk, N. Kryvoruchko, I. Kuzmenko, M. Mameshyna, I. Masliak, & A. Petrova (Eds.) *Actual problems of physical education of different population strata* (p. 57-62). Lviv Polytechnic National University. <https://journals.urau.ua/hdafk-tmf/article/view/108294> [in Ukrainian].
- Kosivska, A. V., & Rovny, A. S. (2015). Formation of a healthy lifestyle of student youth by means of physical education. In *Physical culture, sports and health* (157-159). Kharkiv State Academy of Physical Culture. http://nmc-pto.dp.ua/doc/2016/2016_11_02_16_51_45.pdf [in Ukrainian].
- Mehed, O. B. (2019). Formation of a healthy lifestyle as an important part of education and socialization of the younger generation. *Bulletin of the T. H. Shevchenko National University "Chernihiv Collegium"*, 160(4) 84-88. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3614407> [in Ukrainian].
- Mehed, O. B., Ryabchenko, S. V., & Zhara, G. I. (2019). Analysis of factors affecting the formation of a healthy lifestyle of young people. *Bulletin of the T.H. Shevchenko National University "Chernihiv Collegium". Pedagogical Sciences*, 159(3), 262-266. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3477733> [in Ukrainian].
- Omelchenko, L. M. (2017). Formation of a healthy lifestyle of students: psychological factors. *Scientific journal of nules of Ukraine. Series: Liberal arts*, (274), 174-181. <http://journals.nubip.edu.ua/index.php/Gumanitarni/article/view/9655> [in Ukrainian].
- Pleaka, L. V., Olkhovskaya, A. B., Olkhovskaya, A. B., & Gavrish, N. B. (2017). Practical aspects of the formation of psychological skills of a healthy lifestyle of students of higher education of the National Pharmaceutical University. In O. Vysotskyi (Ed.) *Education and science in the conditions of global transformations* (p. 300-301). SPD. Khotnik. <http://dspace.nuph.edu.ua/handle/123456789/14220> [in Ukrainian].
- Rybalko, L. M. (2017). Pedagogical conditions for the formation of a healthy lifestyle among student youth. *Bulletin of the Chernihiv National Pedagogical University. Pedagogical sciences. Physical education and sports*, 147(2), 118-121. http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPN_2017_147%282%29_31 [in Ukrainian].
- Shepitko, V. I., Boruta, N. V., & Valeriyovych, C. E. (2020). Motivation of young people to a healthy lifestyle in modern conditions. In O. Kovalevska, A. Liubchych, I. Mushenyk, O. Pluzhnyk, L. Polyvana, L. Prudka, & H. Slabkyi (Eds.), *Integration of scientific bases into practice* (p. 335-337). <https://doi.org/10.46299/ISG.2020.IV> [in Ukrainian].
- Vakulenko, O. V. (2016). Modern aspects of the formation of a healthy lifestyle in Ukraine and the world. *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University*, 21(11), 114-121. [in Ukrainian]. <http://enpui.npu.edu.ua/handle/123456789/1630>
- Yantsalovskyi, O. Y. (2021). Psychological means of personality formation as a subject of self-preservation. In O. M. Homoniuk (Ed.) *Theory and practice of personality formation as a subject of self-creation and self-preservation* (p. 227-245). FOP Tsiupak A. A. <https://elar.khmn.edu.ua/handle/123456789/10239> [in Ukrainian].

Отримано редакцією журналу / Received: 03.07.23
Прорецензовано / Revised: 15.10.23
Схвалено до друку / Accepted: 20.11.23

Oleksandra BALAN, PhD Student
ORCID ID: 0009-0001-8043-9149
e-mail: redbull.aleksandra@gmail.com
G. S. Kostiyk Institute of Psychology
National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

FORMATION OF A HEALTHY LIFESTYLE OF YOUTH

Background. The article explores the concept of a healthy lifestyle, its significance, factors contributing to its formation, and the means and methods facilitating this process. It emphasizes the importance of developing a healthy lifestyle from an early age, as essential qualities are most effectively instilled during childhood. A healthy lifestyle is crucial for ensuring the harmonious development of personality, sustained life activity, active longevity, and enhanced adaptive capabilities of the body.

Relevance and purpose. The article aims to assess the significance of a healthy lifestyle and explore the means and methods of its cultivation among young people during their higher education years. The issue of a healthy lifestyle not only remains relevant but also becomes more acute with each passing year. Additionally, it is impossible to overlook that the course of study in institutions of higher education results in a noticeable decrease in health levels due to the significant educational workload and changes in living conditions.

Results. The importance of forming a healthy lifestyle among young people obtaining higher education has been confirmed, and the factors influencing the formation of a healthy lifestyle have been determined. Since, at the expense of a healthy lifestyle, the possibility of success in life increases because a healthy individual has more ability and desire to achieve the desired result.

Conclusions. Based on the analysis of the scientific literature, the need was determined to conduct active work on the organization of system work in the conditions of a higher education institution, which consists of the practical assimilation of health technologies, the creation, implementation, and improvement of one's own health system during training. Values and value orientations generally act as essential regulators of life and behavior. Motivation to preserve health, improve it, and follow the rules of a healthy lifestyle occupies a prominent place. Prospects for further scientific research consist of determining the most effective health-forming methods and their further implementation in the educational program.

Keywords: health-preserving behavior, motivation, full-fledged life activity, value orientations.

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

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

УДК 159.923:324-051:001.891

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).6](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).6)

Катерина БЕЗРУКОВА, асп.

ORCID ID: 0000-0002-6230-8348

e-mail: kateryna.bezrukova@gmail.com

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

РОЗРОБКА ТИПОЛОГІЇ ЕЛЕКТОРАЛЬНИХ ГРУП УКРАЇНИ НА ОСНОВІ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ КРИТЕРІЇВ

Вступ. Визначено, що розроблення нових підходів для дослідження електорату в міжвиборчий період є досить актуальним науковим викликом. Особливий інтерес становлять ті дослідження, які дозволяють розділити електорат на групи та дати їх вичерпне описання. Метою цього дослідження було визначити основні електоральні групи, представлені в українському суспільстві на прикладі м. Києва та Київської області та виявити їх відмінності на основі аналізу соціально-психологічних особливостей виборців.

Методи. Було застосовано методи онлайн-опитування респондентів з використанням анкетування та панелі психологічних методик на дослідження особистісних рис, цінностей, потреб, політико-ідеологічного самовизначення, політичної участі та активності, національної ідентичності, патерналізму виборців, а також методи математичного опрацювання даних.

Результати. На основі ретроспективного аналізу електорального вибору на президентських виборах України 2019 р., аналізу довіри до Президента В. Зеленського та суб'єктивної оцінки респондентів щодо ефективності органів державної влади у внутрішній та зовнішній політиці, вдалося виокремити в електораті дев'ять електоральних груп: переконані прихильники В. Зеленського, новоприбулий електорат В. Зеленського, негативно налаштовані прихильники В. Зеленського, розчарований електорат В. Зеленського, електорат П. Порошенка, що покращив своє ставлення до В. Зеленського, електорат, що тяжіє до П. Порошенка, переконані прихильники П. Порошенка, новоприбулі невизначені та розрізнені абсентейсти. Описано особливості кожної групи за соціально-демографічними та соціально-психологічними критеріями.

Висновки. Показано, що електоральні групи можуть диференціюватися не лише за соціально-демографічними особливостями та позицією щодо актуальних політичних питань, але й за особистісними, ціннісними та іншими психологічними ознаками. Установлено, що для підтвердження дієвості запропонованої моделі диференціації електорату є доцільним апробувати підхід на великій репрезентативній вибірці шляхом загальнонаціонального опитування.

Ключові слова: електорат, електоральні групи, особистісні риси виборців, цінності, потреби, політико-ідеологічне самовизначення, політична участь, політична активність, національна ідентичність, патерналізм.

Вступ

Розмаїття аспектів, які можна розглядати як критерії для описання електорату і, відповідно, для його типологізації, залишає дослідження електорату актуальною науковою проблемою, яка в контексті політико-психологічного знання потребує додаткової операціоналізації.

Ключовою особливістю досліджень електорату та явищ, із ним пов'язаних, є те, що електорат є великою, динамічною соціально-політичною групою, яка структурується та інституціалізується безпосередньо напередодні виборів, що викликає складності дослідження у міжвиборчий період.

Більшість комплексних досліджень електорату спираються на досить обмежений перелік критеріїв для його оцінювання і переважно мають на меті фіксацію електоральних рейтингів політичних акторів, а електоральні групи виокремлюються дослідниками на основі політичних симпатій виборців та їхніх соціально-демографічних особливостей. І хоча соціально-демографічні особливості виборців активно використовуються у дослідженнях, досить рідко можна побачити консолідацію електоральних груп за цим параметром. Отже, актуальним, на нашу думку, є пошук критеріїв більш широкого спектра, за допомогою яких можна описати електоральні групи.

Огляд літератури. Сучасні електоральні дослідження, які спрямовані на виокремлення в електораті груп, уже не спираються виключно на категорії віку, статі, мови, раси, віросповідання, освіти, матеріального стану, регіону проживання та типу поселення виборців. Політична типологія американського дослідницького центру П'ю об'єднує американців у консолідовані групи на основі їхніх переконань та поглядів на політику (Beyond red vs. blue: The political typology, 2021), колектив британських авторів, досліджуючи зміну ставлення виборців до виходу Великої Британії з ЄС, знаходить різницю між електоральними групами у структурі джерел інформації та рівні задоволеності життям (Alabrese et al., 2019), у дослідженні

шведських науковців Й. Екмана та Е. Амно типологія електорату виведена на основі аналізу рівня та форм прояву політичної участі та громадської активності виборців (Ekman, & Amna, 2012).

Після так званої революції Big Data великого поширення в електоральних дослідженнях набули психометричні критерії оцінювання електорату, на підставі яких виборців можливо зарахувати до різних груп. Зокрема, компанія Cambridge Analytica, що спеціалізується на стратегічному плануванні та ідеологічному супроводженні передвиборчих кампаній, створила психограми всіх повнолітніх американців і розділила населення США на 32 особистісні типи на основі п'ятифакторного особистісного опитувальника, або так званого тесту "Велика п'ятірка", розробленого американськими психологами Р. МакКрає і П. Коста в 1983–1985 рр. з використанням теоретичних розробок Г. Айзенка та Р. Кеттелла (Безрукова, 2017).

Незважаючи на значний практичний доробок вітчизняних та зарубіжних авторів у галузі сегментації електорату з використанням особистісних особливостей виборців, єдиної методологічної моделі цього процесу наразі не існує і кожен дослідник самостійно визначає параметри, за якими здійснюється виокремлення електоральних груп усередині загальної структури електорату.

Метою роботи є визначення основних електоральних груп, представлених в українському суспільстві на прикладі м. Києва і Київської області та виявлення їхніх відмінностей на основі аналізу соціально-психологічних особливостей виборців. Ми вважаємо, що соціально-психологічні особливості виборців належать до показників, які вирізняють прихильників одних політичних суб'єктів від інших та можуть бути підставою для зарахування виборців до певних електоральних груп. Ця гіпотеза лягла в основу нашого дослідження.

Методи

Було застосовано методи онлайн-опитування респондентів з використанням анкетування та панелі

© Безрукова Катерина, 2023

психологічних методик на дослідження особистісних рис, цінностей, потреб, політико-ідеологічного самовизначення, політичної участі та активності, національної ідентичності, патерналізму виборців, а також методи математичного опрацювання даних. Як інтегральні показники для оцінювання електорату було визначено соціально-демографічні особливості виборців, особистісні риси виборців, цінності та потреби виборців, механізми та рівень політико-ідеологічного самовизначення, рівні політичної участі та активності, національної ідентичності, патерналізму у ставленні до інститутів влади і ставлення до актуальних на момент проведення дослідження соціальних та політичних питань.

Результати

Дослідження проводилось восени 2023 р. на платформі LimeSurvey. У ньому взяв участь 291 опитуваний з числа жителів м. Київ та Київської області. Розуміючи неможливість проведення загальноукраїнського дослідження, ми свідомо пішли на обмеження дослідження жителями Київської агломерації, ураховуючи особливий статус та унікальність як самого міста, так і його населення. Ураховуючи великий обсяг дослідження та час, необхідний на його проходження, який дорівнював приблизно годині, було виключено можливість особистого опитування респондентів із використанням методів рандомізованого підбору опитуваних. Ми отримали 125 часткових анкет, з яких 97 було виключено через брак інформації для аналізу. Таким чином, підрахунок результатів здійснювався на основі аналізу 194 анкет. Емпіричну вибірку становили 128 жінок та 66 чоловіків віком 18–25 років (жінок – 54, чоловіків – 36), 26–35 років (жінок – 20, чоловіків – 16), 36–45 років (жінок – 22, чоловіків – 6), 46–55 років (жінок – 26, чоловіків – 6), старших за 55 років (жінок – 6, чоловіків – 2).

Онлайн-опитування складалось із 10 блоків запитань: 8 запитань), спрямованої на визначення соціально-демографічних особливостей виборців, таких як стать, вік, рівень освіти, матеріальний стан, мова спілкування для створення соціально-демографічного портрета досліджуваних, авторської анкети для визначення ставлення досліджуваних до актуальних на момент дослідження політичних питань (20 запитань), 16-факторного опитувальника Р. Кеттелла (форма С) для визначення особистісних рис виборців, методика Ш. Шварца PVQ "Портрет цінностей" (модифікація PVQ21) для визначення ціннісної сфери досліджуваних, авторська модифікація методики "Інтегральний індекс соціального самопочуття" Є. І. Головахи, Н. В. Паніної для визначення та ранжування актуальних для досліджуваних потреб, "Опитувальник механізмів політико-ідеологічного самовизначення" (ОМПІС) Г. В. Циганенко для визначення механізмів та рівня політико-ідеологічного самовизначення досліджуваних, "Короткий опитувальник рівня політичної участі" (Л. О. Кияшко, А. О. Краснякової) та політичної активності (Л. О. Кияшко, О. В. Полуніна) для визначення рівнів політичної участі та політичної активності досліджуваних, тест "Хто я?" М. Куна та Т. Макпартленда для фіксації наявності категорій, що об'єднують опитуваних із нацією та визначення місця національної ідентичності в системі ідентичностей досліджуваних, опитувальник "Компоненти національної ідентичності" О. В. Гори для оцінювання вираженості складників національної ідентичності та визначення рівня національної ідентичності досліджуваних, авторська україномовна адаптація методики "Опитувальник рівня патерналізму у ставленні до інститутів влади" Т. Г. Стефаненко, О. А. Тихомандрицької та

Є. П. Белінської для визначення ступеня вираженості патерналістичних настанов особистості, контент-аналіз, статистичні методи аналізу результатів за допомогою програмного забезпечення R-Studio та Excel.

Застосовані в дослідженні методики дали можливість оцінити респондентів та виокремлені групи за понад 90 показниками, що дозволило вирізнити саме ті показники, за якими групи були консолідовані найбільше і відрізнялись одна від одної.

Ураховуючи те, що існує законодавча заборона на проведення виборів у період дії військового стану, призупинення виборчих процесів та відсутність затвердженого списку кандидатів на наступні президентські вибори, ми відштовхувались від ретроспективи на вибори Президента України 2019 р. За інтегральні фактори для розрізнення груп було взято політичну участь у президентських виборах 2019 р., електоральний вибір, здійснений на виборах 2019 р., довіра до Президента України зараз, та оцінка ефективності органів державної влади у внутрішній та зовнішній політиці.

Це рішення дозволило розглянути симпатиків та критиків Президента В. Зеленського, групу молодого електорату, який на момент минулих президентських виборів не брав участь у голосуванні через недосягнення виборчого віку та групу абсентеїстів і протестного електорату, який проігнорував президентські вибори 2019 р., або прийшов на дільниці і зіпсував бюлетені.

У результаті нам вдалося виокремити 9 електоральних груп: переконані прихильники В. Зеленського, новоприбулий електорат В. Зеленського, негативно налаштований електорат В. Зеленського, розчарований електорат В. Зеленського, електорат П. Порошенка, що покращив своє ставлення до В. Зеленського, електорат, що тяжіє до П. Порошенка, переконані прихильники П. Порошенка, групу розрізнених абсентеїстів та новоприбулий невизначений електорат. Серед виокремлених груп існує градація за рівнем підтримки та довіри до В. Зеленського – від так званого "ядерного електорату" Президента до найбільш критично налаштованого до нього електорату і поза цим полем – група невизначеного електорату та група абсентеїстів.

Група переконаних прихильників В. Зеленського (26 осіб, 13,4 %). Цю групу відрізняє від інших насамперед те, що вони голосували за В. Зеленського на виборах 2019 р., мають високу довіру до нього зараз та високо оцінюють ефективність органів державної влади України у внутрішній та зовнішній політиці. Це ядерний електорат В. Зеленського. Переважна більшість – віком до 45 років, мають середній та високий рівень матеріального забезпечення, рівною мірою представлені як українсько-, так і російськомовні виборці. Регулярно стежать за новинами, перевіряють їх кілька разів на день, основний спосіб отримання інформації – це Telegram (81,48 %) та соціальні мережі (76,9 %). Довіра до ЗСУ абсолютна, готові підтримати на виборах кандидатів з військовим досвідом та ветеранів війни. Основні емоції щодо України – гордість (76,9 %) та сум (69,2 %). Як прийнятний сценарій завершення війни найчастіше вказують повну капітуляцію РФ (61,5 %), рідше – відновлення кордонів зразка 1991 р. (23 %). Переважно не готові до територіальних поступок задля негайного припинення війни і вважають, що примирення з росіянами неможливе. Указують на активніше використання української мови в побуті з початку повномасштабного вторгнення. Переважно не споживають російський інформаційний та розважальний контент, позитивно ставляться до ідеї вступу України в НАТО та позитивно або нейтрально –

до вступу України ЄС. Здебільшого підтримують заборону діяльності УПЦ МП в Україні (69,2 %) та відновлення за Україною статусу ядерної держави (84,6 %).

За особистісним профілем у групі добре проглядаються фактори товариськості (8,15), високої нормативності поведінки (7,62), емоційної стабільності (7,54), сміливості (7,54), радикалізму (7,54), тяжіє до лівого полюсу фактор інтелекту (3,92) та до правого полюсу фактор практичності / мрійливості (6,46). На переважно середньому рівні – фактор стриманості / експресивності (4,92). Об'єднавчими в ціннісному блоці є високі показники самостійності (4,81), безпеки (4,69), влади (4,5), стимуляції (4,31), гедонізму (4,23) та досягнень (4,23). Найменше проявлена цінність традиції (3,31). Серед ключових потреб – потреба в стабільності в державі та суспільстві, упевненості, що не виникатимуть міжнаціональні конфлікти, упевненості у своїх силах. Ці виборці мають здебільшого середній рівень політико-ідеологічного самовизначення, утім, групу вирізняють високі бали за шкалою "позиційна конкуренція", що вимірює усвідомлену потребу конкурувати з іншими в ділових та міжособистісних стосунках. Також група повністю консолідована за середнім рівнем за шкалою "прагматичної раціоналізації", яка описує віру людини у власні інтелектуальні здібності і їхнє панівне значення в житті.

Мають середній рівень політичної участі (4,6/9) з особливо низькими проявами її поведінкового та когнітивного складників і низький рівень політичної активності (2,4/6), тобто ці виборці не надто спрямовані на участь у діяльності політичних рухів чи партій, пізнавальну діяльність щодо політичного життя і переважно не готові брати участь у пікетах, протестах, мітингах та інших ситуаціях з елементами висловлення протестних настроїв. Мають високі показники національної ідентичності (10/14) за всіма її складниками – когнітивним (5,8/7), афективним (3,4/5) та конотативним (1,5/2). Тобто ці виборці не лише зараховують себе до української нації, але й відчують позитивні емоції у зв'язку з цим. Частина виборців цієї групи називає В. Зеленського серед найбільш значущих історичних постатей, які сприяли створенню української нації. Група розрізнена за показником патерналізму у ставленні до інститутів влади (рівною мірою представлені респонденти із низьким, середнім та високим рівнем).

Група новоприбулого електорату В. Зеленського (38 осіб, 19,6 %). Ця група виборців не досягла виборчого віку на момент президентських виборів 2019 р., утім, має високу довіру до Президента В. Зеленського. Значна частина цієї електоральної групи, швидше, негативно оцінює ефективність органів державної влади України у внутрішній політиці. Поряд із високою довірою до Президента України Володимира Зеленського можна допустити, що ці виборці не пов'язують проблеми у внутрішній політиці особисто з Президентом. Вік виборців коливається у межах 18–23 років, вони мають повну середню або незакінчену вищу освіту, в побутових питаннях мають достатнє матеріальне забезпечення для купівлі необхідних продуктів та одягу. У цій групі, на відміну від попередньої, українськомовні виборці помітно переважають над російськомовними. Ці виборці не дивляться телевизор, переважно користуються Telegram (86,8 %) та соціальними мережами (57,8 %) для отримання новин, вказують друзів та знайомих як джерело інформації (36,8 %). Порівняно з попередньою групою не так активно стежать за новинами, половина респондентів указують на те, що перевіряють новини кілька разів на тиждень та рідше. Невелика підгрупа цих виборців (23,6 %) зазначають, що, швидше, не готові підтримати на наступних виборах у центральні та місцеві органи влади кандидатів з військовим досвідом, ветеранів війни або вагаються з відповіддю на це запитання. Гордість (81,6 %) та сум (76,3 %) – ключові емоції, які відчують члени групи, думаючи про Україну сьогодні. Серед інших емоцій самостійно вказують на страждання та розчарування людьми, яким байдужа війна і які уникають інформації про неї або вважають, що її вже виграно. Схиляються до варіанта виходу на кордони 1991 р. як до прийнятного сценарію завершення війни (55,2 %), однак досить часто обирають і варіант повної капітуляції РФ (39,4 %). Переважно не готові до територіальних поступок та вважають, що примирення з росіянами неможливе. Кілька осіб у цій групі вказали справедливою тезу, що росіяни та українці – це один народ (7,9 %). Високремлюється невелика підгрупа, яка не стала використовувати українську мову в побуті частіше після початку повномасштабного вторгнення (13,1 %). Переважно не споживають російський інформаційний контент, але частіше, порівняно з попередньою групою, указують на споживання російського розважального контенту. Позитивно ставляться до ідеї вступу України в НАТО та ЄС. Більша частина схвалює ідею заборони діяльності УПЦ МП в Україні, утім, велика частина (42 %) обирає варіант "важко відповісти", що може бути пов'язано з недостатньою поінформованістю виборців у цьому питанні.

За особистісним профілем у групі проявлені фактори високого самоконтролю (7,95), сміливості (7,74), чутливості (7,74) та радикалізму (7,37). Тяжіють до лівого полюсу фактори стриманості (4,05), довірливості (4,84), підпорядкованості (4,95), але тяжіє до високого рівню фактор інтелекту (4,63). Серед цінностей, так само як і в попередній групі, домінує самостійність (4,75), на високому рівні проявлені безпека (4,44), досягнення (4,25), гедонізм (4,22), стимуляція (4,11), влада (4,0), найменше проявлена цінність традиції (2,72). Від попередньої групи цю відрізняє також пріоритетизація таких потреб, як упевненість у собі, доброзичливе ставлення від оточення, повноцінне дозвілля, ніж більш глобальні потреби стабільності в державі та суспільстві. Мають переважно середній рівень політико-ідеологічного самовизначення, як і в попередній групі найбільш проявлений механізм "позиційної конкуренції". Політична участь перебуває на середньому рівні (4,6/9), політична активність – на низькому (2,4/6). Група має високий рівень національної ідентичності (11,26/14), так само як попередня, високі показники когнітивного (5,9/7) та афективного складників (4,1/5), але середні показники – конотативного (1,2/2). Виборці цієї групи мають середній рівень патерналізму у ставленні до інститутів влади (84,1/140), досить високі показники за шкалою "Бажання опіки та турботи" (27,4/35) та "містифікація влади" (25,1/35), що може вказувати на прагнення і очікування отримувати прояви турботи, захисту в різних сферах соціального та особистого життя від владних суб'єктів рівно з приписуванням їм додаткових якостей "надсили" чи "недосяжності".

Група негативно налаштованих прихильників В. Зеленського (16 осіб, 8,2 %). Групу відрізняє насамперед те, що, незважаючи на схильність до висловлення довіри Президенту В. Зеленському, вони негативно оцінюють зовнішню та внутрішню політику України. Це переважно молоді виборці, віком до 35 років з вищою освітою. Рівною мірою представлені українськомовні та російськомовні виборці. Основне джерело інформації Telegram (87,5 %). Переважна частина перевіряє новини один раз на день та рідше. У питанні довіри до ЗСУ

схиляються до варіанта "швидше довіряю" на противагу першим двом групам, які схильні обирати варіант "повністю довіряю". Усередині групи також існує підгрупа, яка, швидше, не готова підтримати на виборах кандидатів з військовим досвідом (37,5 %). Ключова емоція щодо України сьогодні – сум (100 %) та гордість (62 %). Переважна більшість (68,7 %) указує варіант повної капітуляції Російської Федерації як прийнятний варіант завершення війни і декларує неготовність до територіальних поступок задля негайного завершення війни. У цій групі, порівняно з попередніми, немає консолідації у відповіді на запитання щодо часу, через який стане можливим примирення з росіянами – частина групи обирає варіанти "через кілька років після завершення війни" (25 %) та "через десятиліття після завершення війни" (43,7 %), тобто група є більш компромісною щодо перших двох, які схиляються до тези "примирення з росіянами неможливе". Виборці цієї групи вказують на те, що стали частіше використовувати українську мову в побуті і переважно не споживають російський розважальний та інформаційний контент. Позитивно або нейтрально ставляться до ідеї вступу України в НАТО та ЄС, переважно позитивно ставляться до ідеї відновлення за Україною статусу ядерної держави. Щодо статусу УПЦ МП в Україні, частина підтримує заборону її діяльності (56,2 %), а частина вказує на те, що держава не має втручатись у справи церкви, а релігія поза політикою (31,2 %).

За особистісним профілем досить чітко проглядаються фактори високої нормативності поведінки (8,5), радикалізму (8,13), сміливості (7,75), чутливості (7,25), тривожності (7,25), мрійливості (7,13), стриманості (3,88), на середньому рівні перебуває фактор інтелекту (4,13). Найбільш проявлені цінності гедонізму (4,56), безпеки (4,31), стимуляції (4,25), досягнення (4,19), найменше – фактор традиції (2,81). Основними потребами є стабільність у державі та суспільстві, упевненість в своїх силах, дотримання у країні прав людини, необхідної медичної допомоги, можливість купувати найнеобхідніші товари та послуги. На середньому рівні проявлене політико-ідеологічне самовизначення, так само як і в попередніх двох групах домінує механізм "позиційної конкуренції", натомість шкала "владного самоствердження", навпаки, має здебільшого низькі показники, що може означати відсутність потреби у владі, що підтверджується і не проявленістю у цій групі цінності влади як панівної. Так само як і в першій групі, є консолідація за шкалою "прагматична раціоналізація", яка проявлена у членів групи на середньому рівні, що може означати відсутність акцентованої впевненості виборців у власних інтелектуальних здібностях. Переважно низькі показники політичної активності (1,8/6) та середні – політичної участі (4,6/9). На відміну від попередніх двох груп, національна ідентичність перебуває на середньому рівні (9,4/14), а високо проявлена лише когнітивна шкала національної ідентичності (5,8/7). Виборці мають середній рівень патерналізму у ставленні до інститутів влади (78,8/140), найбільше проявлена шкала "бажання опіки та турботи" (25,8/35).

Група розчарованого електорату В. Зеленського (12 осіб, 6,2 %). Серед інших цю групу відрізняє те, що вони голосували за Президента В. Зеленського на виборах 2019 р., але зараз висловлюють недовіру до нього і низько оцінюють ефективність органів державної влади у внутрішній та зовнішній політиці. Це виборці віком переважно 26–45 років із досить різними рівнями освіти (від повної середньої до наукового ступеня), переважно

українськомовні. Останні новини дізнаються з Telegram (75 %) та новинних сайтів (58,3 %), перевіряють новини кілька разів на день та частіше. Швидше, довіряють ЗСУ, утім, мають підгрупу, яка вагається з відповіддю або висловлює недовіру до збройних сил (41,6 %). Це єдина група, яка вказує на те, що, імовірно, не підтримала б кандидатів із військовим досвідом та ветеранів війни на виборах різних рівнів (83,3 %). Панівною емоцією щодо України є сум (91 %), дещо менш вживаною є гордість (50 %). Прийнятний варіант завершення війни порівну розділений між варіантами відновлення кордонів України зразка 1991 р. або повної капітуляції РФ. Переважно висловлюються проти територіальних поступок (66,6 %), але частина виборців допускає відмову від деокупації Криму (33 %) задля негайного припинення війни. Примирення з росіянами вважають можливим через десятиліття після припинення війни (66,6 %), кілька виборців схиляються до варіанта примирення одразу після завершення війни. Примітно, що значна частина виборців цієї групи (58,3 %) обирають варіант "швидше ні" в оцінці тези, що "росіяни та українці – це один народ", на відміну від попередніх трьох груп, які вказали свою абсолютну незгоду з цією тезою. Також російськомовна частина виборців цієї групи вказують, що не стали частіше використовувати українську мову після початку повномасштабного вторгнення. Більшою порівняно з попередніми групами є частка виборців, які споживають російський розважальний контент з різною періодичністю (83,3 %). Позитивно або нейтрально ставляться до ідеї вступу України в НАТО, ЄС та відновлення за Україною статусу ядерної держави. У питанні статусу УПЦ МП в Україні вагаються з відповіддю (50 %) або обирають варіант, що держава не має втручатись у справи церкви, а релігія поза політикою (33,3 %).

За особистісним профілем чітко проглядаються фактори радикалізму (8,83), високої нормативності поведінки (8,5), високого самоконтролю (7,67), мрійливості (7,67), нонконформізму (7,17), тривожності (7,00), тяжіє до лівого полюсу фактор стриманості (4,67), фактор інтелекту проявлений на середньому рівні (4,00). Найбільш проявлені цінності самостійності (4,33), безпеки (4,33) та, на відміну від попередніх груп, цінність традиції (4,25), найменш проявлені цінності стимуляції (3,5) та влади (3,5). Серед потреб домінують потреба у стабільності в державі та суспільстві, можливість купувати найнеобхідніші товари та послуги, упевненість, що не будуть виникати конфлікти на політичному ґрунті. Група дуже розрізнена щодо питання політико-ідеологічного самовизначення (середнє значення по групі перебуває на нижньому порозі середнього рівня, утім, окремі респонденти мають низький та високий рівні за цим показником) і не має панівного механізму його прояву. Має низькі показники за політичною активністю (2,1/6) та середні – за політичною участю (5/9). Група має середній рівень національної ідентичності (9,1/14), утім, схиляється до високого рівня її когнітивного складника (5,2/7). Має середній рівень патерналізму у ставленні до інститутів влади (75,7/140) з високими показниками за шкалою "бажання опіки та турботи" (26,2/35).

Група електорату П. Порошенка, що покращила своє ставлення до В. Зеленського (18 осіб, 9,3 %). Групу відрізняє те, що на виборах 2019 р. вони підтримали кандидата у президенти П. Порошенка, утім, зараз мають високу довіру до В. Зеленського та схильні до позитивної оцінки ефективності органів державної влади у

внутрішній та зовнішній політиці. Це виборці з вищою освітою, досить розрізнені за віком та матеріальним станом, українськомовні та двомовні. Основним джерелом інформації виступає Telegram (100 %), часто користуються соціальними мережами (55,5 %) та сайтами (44,4 %) для отримання інформації про останні новини. Кілька разів на день та частіше перевіряють новини. Довіра до ЗСУ абсолютна, переважно готові підтримати кандидатів з військовим досвідом та ветеранів війни на виборах (77,7 %). Основна емоція, яку виборці цієї групи відчувають, думаючи про Україну сьогодні – гордість (100 %), на другому місці сум (72,2 %). Як прийнятний сценарій завершення війни переважно вказують відновлення кордонів України зразка 1991 р. (66,6 %), декларують неготовність до територіальних поступок задля негайного припинення війни (88,8 %). Група повністю консолідована за абсолютною незгодою з тезою, що росіяни та українці – це один народ. Підтверджують, що стали частіше використовувати українську мову в побуті після початку повномасштабного вторгнення. Переважно не споживають російський розважальний контент, але слідкують за російським інформаційним контентом (55,5 %). Позитивно ставляться до ідеї вступу України в НАТО та ЄС, але за питанням відновлення за Україною статусу ядерної держави розходяться (у групі представлені виборці, які позитивно (55 %), нейтрально (22,2 %) та негативно (22,2 %) ставляться до цієї ініціативи). Переважно підтримують заборону діяльності УПЦ МП в Україні (77,7 %), відзначається підгрупа, яка вважає, що УПЦ має увійти до складу ПЦУ (22,2 %).

За особистісним профілем у групі чітко проглядаються фактори емоційної стабільності (8,33), високої нормативності поведінки (8,0), тривожності (8,0), тяжіють до правого полюсу фактори товариськості (7,56), радикалізму (7,22) та до лівого полюсу фактори стриманості (4,56), довірливості (4,33), інтелект перебуває на середньому рівні (4,22). Серед цінностей панівними є самостійність (4,78) та безпека (4,61), високо проявлені цінності досягнення (4,44), доброзичливості (4,17), універсальності (4,07), конформності (4,06), найменше проявлені цінності стимуляції (3,22), гедонізму (3,28) та традиції (3,28). Серед потреб панівними є стабільність у державі та суспільстві, дотримання у країні прав людини, можливість купувати найнеобхідніші товари та послуги. Політико-ідеологічне самовизначення перебуває на середньому рівні (210/325). Група консолідована за низькими показниками за шкалою "владне самоствердження" (18,8/50), що може означати відсутність потреби у владі та владних тенденцій у настановах та цінностях виборців середніми з тяжінням до високих показниками за шкалою "політична ідентифікація" (54/75). Група має середні показники політичної участі (4,1/9) та консолідована за низькими показниками політичної активності (1,6/6), які в цьому разі вказують на неготовність виборців брати участь у ситуаціях з елементами протесту. Група також консолідована за високим рівнем національної ідентичності (10,9/14) та однотайно високими рівнями її когнітивного (5,8/7) та афективного (3,9/5) складників. Виборці цієї групи мають середній рівень патерналізму у ставленні до інститутів влади (72,6/140) з низькими рівнями прояву шкал "ставлення до закону" (10,25/35) та "зняття з себе відповідальності" (13,3/35), що може означати відсутність схильності до зняття з себе відповідальності за якість свого життя, ситуацію у

країні та переконаність у тому, що чинна влада не звільнюється від відповідальності перед законом.

Група, що тяжіє до прихильників П. Порошенка (20 осіб, 10,3 %). До цієї групи ввійшли виборці, які вагаються з відповіддю на запитання щодо довіри до Президента В. Зеленського, або вказують на недовіру до нього, тяжіють до негативної оцінки ефективності органів державної влади у внутрішній політиці та до переважно позитивної оцінки ефективності органів державної влади у зовнішній політиці. У цій групі об'єднані виборці, які голосували на виборах 2019 р. за П. Порошенка, Р. Кошулинського, О. Гриценка, І. Смешка, В. Наливайченка, А. Садового, або не брали участі у виборах 2019 р. через недосягнення виборчого віку. Це високоосвічений електорат, розрізнений за віком та матеріальним станом, переважно українськомовний та двомовний. Основні джерела інформації – Telegram (80 %), соціальні мережі (65 %) та новинні сайти (55 %). Новини перевіряють кілька разів на день (65 %) або один раз на день (35 %). Переважно довіряють ЗСУ і готові підтримати кандидатів з військовим досвідом та ветеранів війни на виборах. У цій групі є підгрупа респондентів (30 %), які вагаються з відповіддю або вказують на недовіру ЗСУ і неготовність підтримати військових на виборах. Ключова емоція щодо України сьогодні – це сум (90 %), частина групи також вказує на гордість (55 %) та страх (50 %). Примітно, що в цій групі 40 % респондентів вагаються з відповіддю на запитання щодо прийнятного сценарію завершення війни і розглядають можливість поступитись тимчасово окупованими ОРДЛО (45 %) та АР Крим (35 %) задля негайного завершення війни. При цьому переважна більшість групи стоїть на позиції, що примирення з росіянами неможливе (70 %) і демонструє абсолютну незгоду з тезою, що росіяни та українці – один народ. Виборці цієї групи вказують на те, що частіше стали використовувати українську мову в побуті з початком повномасштабного вторгнення. Переважно не споживають або кілька разів на місяць споживають російський розважальний та інформаційний контент. Позитивно ставляться до ідеї вступу України в НАТО, позитивно або нейтрально – до вступу в ЄС та можливості відновлення за Україною статусу ядерної держави. Переважно підтримують заборону діяльності УПЦ МП (70 %). За особистісним профілем, добре проглядаються фактори мрійливості (8,1), сміливості (8,0) та радикалізму (8,0), тяжіють до правого полюсу фактори чутливості (7,2) та високого самоконтролю (7,1) та до лівого полюсу – фактори стриманості (4,1), довірливості (4,6), прямолінійності (4,8), підпорядкованості (4,8), інтелект тяжіє до високого рівня (4,8). Серед цінностей домінують гедонізм (4,6), самостійність (4,35), безпека (4,3), на високому рівні влада (4,15) та доброзичливість (4,1), найнижче проявлений фактор традиції (3,15). Переважає потреба стабільності в державі та суспільстві, впевненості в своїх силах, дотримання у країні прав людини. Мають середній рівень політико-ідеологічного самовизначення (208/325) з високим рівнем прояву механізму позиційної конкуренції (78,1/100) та низьким рівнем механізму владного самоствердження (20,75/50), високі показники політичної участі (5,75/9) та середні політичної активності (3,25/6). Національна ідентичність на середньому рівні (8,8/14), найбільш проявлений її когнітивний компонент (5,6/7). Середні показники за патерналізмом у ставленні до інститутів влади (75,1/140), як і в попередній групі, на низькому рівні проявлені шкали "зняття з себе відповідальності" (15/35) та "ставлення до закону" (12/35).

Група переконаних прихильників П. Порошенка (24 особи, 12,4 %). Цю групу виборців з-поміж інших вирізняє те, що вони підтримували на виборах 2019 р. кандидата в президенти П. Порошенка, вказують на відсутність довіри до Президента В. Зеленського та негативно оцінюють ефективність органів державної влади у внутрішній та зовнішній політиці України. Це ядерний електорат П. Порошенка. Це виборці віком 26–55 років з переважно вищою освітою, українськомовні переважають над російськомовними. Основні джерела інформації – Telegram (83,3 %), новинні сайти (70,8 %), соціальні мережі (62,5 %), YouTube (45,8 %). Активно стежать за новинами, перевіряють їх щогодини або кілька разів на день. Довіра до ЗСУ абсолютна, переважно готові підтримати кандидатів з військовим досвідом на виборах, утім, є підгрупа, як, незважаючи на довіру до ЗСУ, вагається з відповіддю або схиляється до негативної відповіді в питанні можливості підтримки військових на виборах (33,3 %). Ключові емоції щодо України – гордість (87, %) та сум (83,3 %), рідше – страх (45,8 %). Щодо прийнятного варіанта завершення війни поділяються, обираючи повну капітуляцію РФ (58,3 %) та вихід на кордони 1991 р. (33,3 %). Переважно не готові до територіальних поступок (75 %). Солідарні в думці, що примирення з росіянами неможливе та абсолютному запереченні тези, що росіяни та українці – один народ. Частіше стали використовувати українську мову в побуті з початком повномасштабного вторгнення, не споживають російського розважального та інформаційного контенту. Переважно позитивно ставляться до ідеї вступу України в НАТО, позитивно чи нейтрально – до вступу України в ЄС та відновлення за Україною статусу ядерної держави (20,8 % вказують на те, що негативно ставляться до ідеї вступу України в ЄС). Підтримують заборону діяльності УПЦ МП в Україні.

За особистісним профілем добре проглядаються фактори чутливості (8,42), радикалізму (8,17), тяжіють до правого полюсу фактори емоційної стабільності (7,83), високого самоконтролю (7,75), високої нормативності поведінки (7,75), мрійливості (7,58) та до лівого полюсу – фактори стриманості (3,58), прямолінійності (4,25), довірливості (4,83), самооцінки (занижена 4,92), на середньому рівні перебуває фактор інтелекту (4,25). Серед цінностей домінують самостійність (4,88), безпека (4,83), на високому рівні проявлені гедонізм (4,33), досягнення (4,13), універсалізм (4,12), найменше проявлені цінності традиції (3,08). Ключові потреби – стабільність у державі та суспільстві, впевненість, що не виникатимуть конфлікти на політичному підґрунті, можливість купувати найнеобхідніші товари та послуги. Це єдина група, яка консолідована за високим рівнем політико-ідеологічного самовизначення (231,8/325) та має високі показники за шкалами "політична ідентифікація" (63,8/75), "домінантна автономізація" (37,8/50) та "позиційна конкуренція" (83,6/100), водночас – низькі рівні за шкалами "владне самоствердження" (20,7/50) та "нормативна поступливість" (10,9/25). Це може вказувати на те, що ця група виборців має яскраво виражений мотиваційний компонент у сфері політики, усвідомлює себе суб'єктом політичних процесів, готова докласти зусиль для досягнення своєї мети. Водночас ці виборці схильні до кооперації з іншими людьми, але не мають усвідомленої потреби у владі. Виборці цієї групи мають високі показники політичної участі (5,9/9) нарівні з переважно низькими показниками політичної активності (2,3/6). Примітно, що група не консолідована за показником

національної ідентичності, певна частина виборців цієї групи (33,3 %) мають негативний атиюд за шкалами, які вимірюють її афективний та конотативний складники, що впливає на середнє значення шкал та загальну оцінку національної ідентичності по групі. Так само консолідація відсутня за показником патерналізму у ставленні до інститутів влади (у групі присутні респонденти з високим, середнім та низьким рівнями прояву), утім, група повністю консолідована за шкалою "ставлення до закону", яка проявлена на низькому рівні (9,4/35). Тобто ці виборці не схильні до приписування владі такого становища, за яким вона може не відповідати перед законом.

Група *новоприбулих невизначених* (10 осіб, 5,1 %). Найменша з виокремлених груп, відрізняється тим, що не брала участі у виборах Президента України в 2019 р. через недосагнення виборчого віку і вагається з відповіддю на запитання щодо довіри до Президента В. Зеленського. Вік 18–25, повна середня або незакінчена вища освіта, переважно українськомовні. Як і в групі новоприбулого електорату В. Зеленського, основними джерелами інформації виступають рівною мірою соціальні мережі, Telegram і друзі та знайомі, новини перевіряють один раз на день та рідше. Схильні до негативної оцінки ефективності органів державної влади у внутрішній політиці. У групі немає консолідації щодо довіри до ЗСУ, утім, переважна більшість зазначає, що, імовірно, готова підтримати на виборах кандидатів з військовим досвідом та ветеранів війни (80 %). Відчувають сум (80 %) та розчарування (80 %), думаючи про Україну сьогодні. Задовільним сценарієм завершення війни вбачають відновлення кордонів України зразка 1991 р. (80 %), кілька респондентів обирають варіант припинення активних бойових дій та перемовини на тих кордонах, що є зараз. Ті ж респонденти вказують на готовність поступитися тимчасово окупованими ОРДЛО та АР Крим для негайного припинення війни, утім, більшість вказує на неготовність до територіальних поступок (60 %). У питанні часової перспективи, за яку стане можливим примирення з росіянами, схиляються до варіанта десятиліть після завершення війни (40 %) або вказують на те, що примирення з росіянами неможливе (60 %). Абсолютно не підтримують тезу, що росіяни і українці – один народ (100 %). У питанні частоти споживання російського розважального контенту переважно обирають варіант "кілька разів на місяць" та рідше. Позитивно або нейтрально ставляться до ідеї вступу України в НАТО, ЄС та відновлення за Україною статусу ядерної держави. Переважно підтримують заборону УПЦ МП (60 %) або вагаються з відповіддю (40 %).

За особистісним профілем група консолідована за факторами сміливості (8,8), емоційної стабільності (8,0), тяжіють до правого полюсу фактори високої нормативності поведінки (7,2) та мрійливості (7,2), на середньому рівні перебуває фактор інтелекту (4,2). Найбільш проявлені цінності самостійності (4,5), гедонізму (4,5) та безпеки (4,4), найменш проявлена цінність конформності (2,2). Ключові потреби – стабільність у державі та суспільстві, впевненість, що не виникатимуть міжнаціональні конфлікти та впевненість у своїх силах. Політико-ідеологічне самовизначення на середньому рівні, високі показники за шкалою "позиційна конкуренція" (82/100), тяжіють до низьких показників за шкалами "політична ідентифікація" (35/75) та "владне самоствердження" (26/50). Це може вказувати на те, що в цієї категорії виборців не виражений мотиваційний компонент у сфері

політики і вони не вчиняють активних рефлексивних кроків до означення своїх політико-ідеологічних пререференцій. Цю тезу доводять і найнижчі бали порівняно з рештою груп за політичною участю (3,8/9) та політичною активністю (0,6/6). Національна ідентичність перебуває на середньому рівні (9,1/14), високі бали когнітивного (5,16/7) складника нарівні з досить низькими балами за афективним складником (2,7/5) національної ідентичності. Це може вказувати на те, що ці виборці усвідомлюють свою належність до української нації і володіють знаннями про неї, утім, не відчують важливості цієї належності. Патерналізм у ставленні до інститутів влади перебуває на середньому рівні (88/140), найбільше проявлена шкала "бажання опіки та турботи" (26,6/35).

Група розрізнених абсентеїстів (30 осіб, 15,5 %). Цю групу з-поміж інших відрізняє те, що на момент виборів Президента України в 2019 р. вони не прийшли на дільниці або зіпсували бюлетень. Це виборці переважно 25–45 років, з вищою освітою або науковим ступенем, рівною мірою представлені українськомовні, російськомовні та двомовні. Telegram (83,3 %), соціальні мережі (60 %) та сайти (46,6 %) виступають основними джерелами інформації, новини перевіряють один або кілька разів на день. Примітно, що група розрізнена за питанням довіри до В. Зеленського. 40 % респондентів вказують на те, що повністю не довіряють або, швидше, не довіряють Президенту, 33,3 % – висловлюють довіру та 26,6 % вагаються з відповіддю на вказане запитання. Те саме стосується питань оцінки ефективності органів державної влади – 33,3 % групи позитивно оцінюють ефективність внутрішньої політики, 66,6 % – негативно. За питанням оцінки ефективності зовнішньої політики 60 % групи схиляються до позитивної оцінки, 40 % – до негативної. Виборці цієї групи схильні довіряти ЗСУ, втім, третина вказує на неготовність підтримати кандидатів з військовим досвідом та ветеранів війни на виборах різних рівнів. Ключові емоції щодо України сьогодні – сум (73,3 %) та гордість (60 %). Відновлення кордонів України зразка 1991 р. – найбільш прийнятний сценарій завершення війни (53,3 %), утім, це єдина група, у якій фігурує варіант виходу на позиції 23 лютого 2022 р. (16,6 %). Хоча половина групи заявляє про неготовність до територіальних поступок, інша частина розглядає варіант відмови від тимчасово окупованих ОРДЛО (40 %) та Криму (23,3 %). Схиляються до неможливості примирення з росіянами або десятиліть, за які воно стане можливим. Відзначають більш часте використання української мови в побуті з початку повномасштабного вторгнення. Переважно не споживають російський розважальний та інформаційний контент. Позитивно чи нейтрально ставляться до ідеї вступу України в НАТО та ЄС. У цій групі порівняно з іншими найбільше противників ідеї відновлення за Україною статусу ядерної держави (56 %). Незважаючи на значну підтримку заборони діяльності УПЦ МП в Україні (53 %), частина групи вказує на те, що УПЦ МП має зберегти за собою статус автономії (16,6 %) або на те, що держава не має втручатись у справи церкви, а релігія поза політикою (13,3 %).

За профілем особистості найбільше проглядаються фактори радикалізму (8,2), сміливості (7,4), високого самоконтролю (7,2), мрійливості (7,13), тривожності (7,0). Примітно, що в цій групі найбільше, порівняно з іншими, проявлений фактор інтелекту (5,07). Тяжіють до лівого полюсу фактори стриманості (4,07), прямолінійності (4,6), довірливості (4,87). Серед цінностей домінують

самостійність (4,83), безпека (4,43), на високому рівні перебувають гедонізм (4,27), універсалізм (4,25), доброзичливість (4,13), досягнення (4,00). Найменше проявлені традиція (3,27) та конформність (3,53). Група досить розрізнена за пріоритетними потребами, хоча панівною потребою лишається стабільність у державі та суспільстві, досить часто на перших позиціях опиняється потреба доброзичливого ставлення від оточення, дотримання у країні прав людини, упевненість, що не виникатимуть міжнаціональні конфлікти, можливість працювати з повною віддачею. Група має середній рівень політико-ідеологічного самовизначення (202,7/325) і консолідована за низькими балами за шкалою "владне самоствердження" (19/50), має середній рівень політичної участі (4,73/9) та низький рівень політичної активності (2,67/6). Виборці цієї групи мають середній рівень національної ідентичності (9,16/14) нарівні з високим проявом її когнітивного складника (5,68/7), середній рівень патерналізму (75,5/140) з досить низькими значеннями за шкалами "ставлення до закону" (11/35) та "зняття з себе відповідальності" (14,8/35) нарівні з високим значенням за шкалою "бажання опіки та турботи" (27/35).

Дискусія і висновки

Отже, соціально-психологічні особливості виборців належать до показників, які вирізняють прихильників одних політичних суб'єктів від інших та можуть бути підставою для зарахування виборців до певних електоральних груп. Хоча за результатами дослідження виокремлені групи не видаються єдиним цілим, оскільки вони розрізнені за певними параметрами, утім, можна говорити про певну консолідацію груп за низкою ознак. Об'єднавчими факторами в оцінці груп виступають не лише оцінки політичних акторів та ефективності органів державної влади, спостерігається певна консолідація груп за визначеними соціально-психологічними особливостями.

На прикладі дослідження виборців м. Києва та області нам вдалося виокремити 9 електоральних груп. Група переконаних прихильників В. Зеленського проглядається не лише за факторами електоральної підтримки Президента у 2019 р., високої довіри до нього зараз та позитивної оцінки ефективності органів державної влади, але й за проявом таким особистісних рис, як товариськість, сміливість, мрійливість та радикалізм, високими показниками за цінностями влади, стимуляції, гедонізму та досягнень, середнім рівнем політичної участі та низьким рівнем політичної активності, високою національною ідентичністю та низкою інших ознак. Група новоприбулого електорату В. Зеленського консолідована за віком, негативною оцінкою ефективності органів державної влади у внутрішній політиці, але високою довірою до Президента. Група не так часто, порівняно з іншими, споживає новини та періодично переглядає російський розважальний контент, вагається з питанням ставлення до діяльності УПЦ МП в Україні, консолідована за проявом таких особистісних рис, як високий самоконтроль, сміливість, чутливість, радикалізм, високою національною ідентичністю, проявлені цінності самостійності, досягнення, гедонізму та стимуляції нарівні з низькою цінністю традиції.

Група негативно налаштованого електорату В. Зеленського не лише схиляється до негативної оцінки ефективності органів державної влади, але й має меншу довіру до ЗСУ, сум є панівною емоцією щодо України сьогодні. Група більш компромісна за питанням часової перспективи примирення з росіянами та більше толерує

діяльність УПЦ МП в Україні, проявлені висока нормативність поведінки, радикалізм, сміливість, чутливість, тривожність та мрійливість, основними цінностями є гедонізм, безпека та стимуляція, низько проявлена традиція, національна ідентичність перебуває на середньому рівні, високого проявлене бажання опіки та турботи. У групі розчарованого електорату В. Зеленського нарівні з недовірою до Президента проглядається більша недовіра до ЗСУ і неготовність підтримати кандидатів з військовим досвідом на виборах, сум як ключова емоція щодо України. Група більш компромісна за готовністю поступитись тимчасово окупованими територіями, зокрема АР Крим, задля негайного завершення війни та за питанням статусу УПЦ МП в Україні. Особистісні риси, що характеризують цю групу, – радикалізм, високий самоконтроль, мрійливість, тривожність, високо проявлена цінність традиції, на низькому рівні цінність стимуляції та влади, середній рівень національної ідентичності та політико-ідеологічного самовизначення.

Електорат П. Порошенка, що покращив своє ставлення до В. Зеленського, досить активно стежить за новинами, абсолютно довіряє ЗСУ, гордість щодо України домінує над сумом, періодично споживають російській інформаційний контент. За особистісними рисами проявлені емоційна стабільність, висока нормативність поведінки, тривожність, товариськість, за ціннісними особливостями тяжіють до електорату В. Зеленського, мають високу національну ідентичність, політичну ідентифікацію, на низькому рівні шкали "ставлення до закону" та "зняття з себе відповідальності". Електорат, що тяжіє до П. Порошенка, об'єднаний не лише за недовірою до В. Зеленського та негативною оцінкою ефективності органів державної влади, респонденти вказують сум як ключову емоцію, яку вони відчувають, думаючи про Україну сьогодні, більш компромісний щодо питання територіальних поступок задля негайного припинення війни, за особистісними ознаками їх відрізняє мрійливість, сміливість, радикалізм, чутливість, високий інтелект, серед цінностей високо проявлені гедонізм, самостійність, безпека та влада. Мають високі показники політичної участі та середні політичної активності, середній рівень національної ідентичності та патерналізму з низькими показниками за шкалами "зняття з себе відповідальності" та "ставлення до закону".

Група переконаних прихильників П. Порошенка проглядається за активною включеністю у новинний порядок денний, безкомпромісністю у питанні примирення з росіянами та абсолютним запереченням тези, що росіяни та українці – один народ. У групи проявлені особистісні фактори чутливості, радикалізму, заниженої самооцінки та цінності самостійності і безпеки. Це єдина група, у якій на високому рівні проглядається політико-ідеологічне самовизначення, на високому рівні перебуває політична ідентичність, високі показники політичної участі та низькі – політичної активності.

Групу новоприбулого невизначеного електорату відрізняє молодий вік, вагання з відповіддю на запитання щодо довіри до Президента, низька частота споживання новин, сум та розчарування серед панівних емоцій щодо України сьогодні. Серед особистісних рис проявлені сміливість, емоційна стабільність, серед цінностей – гедонізм та безпека, на низькому рівні цінність конформності, на середньому рівні національна

ідентичність з негативним атитюдом її афективного складника, низька політична ідентифікація, низькі показники політичної участі та найнижчі серед інших груп показники політичної активності.

Остання з виділених груп – група розрізнених абсентеїстів – проглядається не лише за неучастю у виборах Президента України в 2019 р., – це найбільш освідчений електорат з найбільшими показниками інтелекту за особистісними ознаками. Серед інших характеристик проявлені радикалізм, сміливість, самоконтроль, мрійливість, тривожність, домінують цінності самостійності та безпеки. Ці виборці більш компромісні в питанні прийнятного сценарію завершення війни, значна частина групи розглядає варіант виходу на позиції станом на 23 лютого 2022 р., декларує готовність поступитись тимчасово окупованими ОРДЛО та АР Крим задля негайного завершення війни, також серед членів цієї групи найбільше противників ідеї відновлення за Україною статусу ядерної держави.

Результати дослідження указують на дієвість визначених соціально-психологічних ознак для описання та диференціації електоральних груп, утім, цей перелік не є універсальним та вичерпним. Цілком доречним вважається продовження наукового пошуку характеристик, за якими можливе розрізнення електоральних груп та доповнення переліку ознак такими категоріями, як, наприклад, політична культура. Отримані результати також не дають відповіді на запитання, які з визначених ознак можна розглядати як предиктори електорального вибору. Апробація результатів дослідження потребує проведення повторного електорального дослідження на великій вибірці, яка буде репрезентативною до електорату України. Застосування методу загально-національного опитування також має передбачати оптимізацію анкети задля скорочення часу її проходження.

Список використаних джерел

- Безруківа, К. (2017). Впровадження IT-технологій в практичну політичну психологію: програми аналізу великих масивів даних. У В. Казміренко, М. Ткалич, Н. Губа, Л. Коробка, & Спіцина Л. (Ред.), *Всеукраїнська науково-практична конференція "Інтегративна психологія: теорія і практика"* (с. 91–97). Запорізький національний університет.
- Alabrese, E., Becker, S. O., Fetzer, T., & Novy, D. (2019). Who voted for Brexit? Individual and regional data combined. *European Journal of Political Economy*, 56, 132–150. <https://doi.org/10.1016/j.ejpoleco.2018.08.002>
- Beyond red vs. blue: The political typology.* (2021, November 9). Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/politics/2021/11/09/beyond-red-vs-blue-the-political-typology-2/>
- Ekman J., & Amnå E. (2012). Political participation and civic engagement: towards a new typology. *Human affairs*, 22, 283–300. <https://doi.org/10.2478/s13374-012-0024-1>
- References
- Alabrese, E., Becker, S. O., Fetzer, T., & Novy, D. (2019). Who voted for Brexit? Individual and regional data combined. *European Journal of Political Economy*, 56, 132–150. <https://doi.org/10.1016/j.ejpoleco.2018.08.002>
- Beyond red vs. blue: The political typology.* (2021, November 9). Pew Research Center. <https://www.pewresearch.org/politics/2021/11/09/beyond-red-vs-blue-the-political-typology-2/>
- Bezrukova, K. (2017). Implementation of IT technologies in practical political psychology: programs for the analysis of Big Data sets. In V. Kazmirenko, M. Tkalych, N. Guba, L. Korobka, & L. Spitsyna (Eds.), *Integrative Psychology: Theory and Practice. Scientific studies* (pp. 91–97). Zaporizhzhia national university [in Ukrainian].
- Ekman, J., & Amnå, E. (2012). Political participation and civic engagement: towards a new typology. *Human affairs*, 22, 283–300. <https://doi.org/10.2478/s13374-012-0024-1>

Отримано редакцією журналу / Received: 11.10.23

Прорецензовано / Revised: 25.11.23

Схвалено до друку / Accepted: 28.11.23

Kateryna BEZRUKOVA, PhD Student
ORCID ID: 0000-0002-6230-8348
e-mail: kateryna.bezrukova@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

DEVELOPMENT OF THE TYPOLOGY OF ELECTORAL GROUPS OF UKRAINE ON THE BASIS OF SOCIO-PSYCHOLOGICAL CRITERIA

Background. *The development of new approaches to the study of the electorate in the inter-election period is a rather urgent scientific challenge. The hypothesis was tested that socio-psychological features of voters are among the indicators that distinguish supporters of some political subjects from others and can be the basis for assigning voters to certain electoral groups. The purpose of this study was to determine the main electoral groups represented in Ukrainian society on the example of the city of Kyiv and the Kyiv region and to identify their differences based on the analysis of socio-psychological characteristics of voters.*

Methods. *The research uses methods of online survey of respondents using a panel of psychological methods for researching personal traits, values, needs, political and ideological self-determination, political participation and activity, national identity, paternalism of voters, as well as methods of mathematical data processing.*

Results. *Based on a retrospective analysis of the electoral choice in the 2019 presidential elections of Ukraine, an analysis of trust in President V. Zelensky and the respondents' subjective assessment of the effectiveness of state authorities in domestic and foreign policy, it was possible to single out nine electoral groups in the electorate: convinced supporters of V. Zelensky, the newly arrived electorate of V. Zelensky, the negative supporters of V. Zelensky, the disillusioned electorate of V. Zelensky, the electorate of P. Poroshenko who has improved his attitude towards V. Zelensky, the electorate gravitating towards P. Poroshenko, convinced supporters of P. Poroshenko, newly arrived uncertain and scattered absentees. The features of each group are described according to socio-demographic and socio-psychological criteria.*

Conclusions. *It is shown that electoral groups can be differentiated not only by socio-demographic features, but also by personal, value and other psychological characteristics. To confirm the effectiveness of the proposed model of differentiation of the electorate, it is considered appropriate to test the approach on a large representative sample through a nationwide survey.*

Keywords: *electorate, electoral groups, personal characteristics of voters, values, needs, political and ideological self-determination, political participation, political activity, national identity, paternalism.*

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

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

УДК 159.9

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).7](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).7)

Іван ДАНИЛЮК, д-р психол. наук, проф.

ORCID ID: 0000-0002-6522-5994

e-mail: danyliuk@knu.ua

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Олена БОГУЧАРОВА, д-р психол. наук, проф.

ORCID ID: 0000-0001-5617-9175

e-mail: bogucharova@lduvs.onmicrosoft.com

Донецький державний університет внутрішніх справ, Кропивницький, Україна

ВПЛИВ ТРАВМУВАЛЬНОГО ДОСВІДУ ЗАГРОЗИ ЖИТТЯ НА ОСОБИСТІСНИЙ РОЗВИТОК УКРАЇНЦІВ

Вступ. Теоретичні та емпіричні дані підтверджують, що травмувальні ситуації під час війни, які пов'язані з параметрами посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та розладів адаптації (РА), негативно впливають на особистісний розвиток людини. Мета дослідження – надати докази впливу психологічних механізмів травми війни на особистісний розвиток українців під час війни.

Методи. Міссісіпська шкала Кеану та ін.; опитувальники Шмішека, "Адаптивність" Агасва та ін., "Цінності-у-дії" Селізмана та ін.; Локатор велика п'ятірка Говарда та ін.

Результати. За МШ вибірка українців поділилася на дві полярні групи. Одна – 128 (56,9 %) учасників після експозиції травми війни залишаються адаптованими, що свідчить про еволюційну ресурсність їхнього особистісного розвитку. Інша – 97 (43,1 %) через травмувальний досвід загрози життя маніфестує ознаки РА і ПТСР (36,9 % і 6,2 % відповідно). Дані "Адаптивності" підтвердили статистично значущі відмінності (за t-тестом) між групами, особливо в компонентах "нервово-психічна стійкість" і "моральна нормативність" ($t = 7,945$, $t = 8,743$, $p = 0,000$ для обох відповідно за компонентами).

Достовірно частіше в дотравмувальний період є відмінності в акцентуаціях як потенційних РА / ПТСР ризик-факторів у двох групах (за t-тестом): тривожний, збудливий, емотивний, дистимний, циклотимний, застряглий типи. У періоді посттравми тенденції до посилення акцентуацій і РА є у: дистимного, застряглого, тривожного, збудливого, демонстративного, педантичного типів. Це зайвий доказ загрози виникнення більш важких особистісних порушень та більшого ризику травматизації на рівні еволюційних властивостей темпераменту, ніж рис характеру.

Кореляційний аналіз підтвердив: у добре адаптованих топ-п'ятірка рис Великої п'ятірки є надійним предиктором соціокультурного особистісного розвитку. В осіб полярної групи п'ятірка рис негативного фокусу – нейротизм, соціальна дезадаптивність, висока емоційність, депресія, відхилення у поведінці – є предиктором травмувального особистісного розвитку. Установлено: чим вищий рівень розладів адаптації, тим нижчим є рівень позитивних цінностей, таких як "мудрість", "сміливість", "справедливість", але зберігається додатний зв'язок між показниками ПТСР і РА та цінностями "помірність" і "трансцендентність" (за F-фішера, усі на рівні $p = 0,000$).

Висновки. Порушення особистісного розвитку українців у періоді посттравми тим легше долати, чим коротша експозиція травми війни та чим швидше травмувальний досвід загрози життя ідентифіковано психологами.

Ключові слова: адаптація, акцентуації, травмувальний досвід загрози життя, позитивні цінності, ПТСР, російсько-української війна

Вступ

Російсько-українська війна, що триває вже понад 20 місяців на теренах України, призвела до загибелі, поранень, травматизації психіки широкого кола осіб, звісно, не тільки військовослужбовців, а й мирних людей. Повномасштабна, перша у ХХІ ст. війна, або, як ще її йменують, конвенційна російсько-українська війна стала своєрідним викликом для науковців України, оскільки потребує осмислення тих людських ресурсів українців, завдяки яким вони попри те, що опинилися в обставинах надмірно екстраординарних психотравмувальних воєнних подій, пов'язаних із загрозою їхньому життю і здоров'ю, здатні виборювати незалежність Батьківщини, захищати свої домівки, рідних, оберігати власне життя і водночас, підтримуючи психологічне благополуччя і психосоматичне здоров'я, дбати про особистісний розвиток. Очевидно, що змушнення українців як нації – це тяжка праця, яка вимагає від науковців допомогти кожному українцю у подоланні страшних наслідків війни. Надто, що така глибоко травмувальна подія, як війна, здатна спричинити тривалі фізичні, психічні й особистісні розлади, "не відпускаючи" людину довгий час.

Дослідницька практика демонструє, що реакції та переживання людей, які опинилися в ситуації травми загрози життя, є ризик-фактором посттравматичних стресових станів і розладів адаптації (Волко, & Баратинська, 2020).

Участь у війні невійськових осіб, хай і опосередковано, через переживання ситуацій загибелі близької

людини, сумування за пораненими, загрози життю самої особи, як виявлено, є психічною травмою із віддаленими наслідками. Притому сприйняття та переживання того чи іншого психологічного чинника як травмувального або стресогенного, а також механізми подолання психічної травми багато в чому залежать від індивідуально-особистісних властивостей людини. Зокрема, Г. Айзенк у своїй моделі невротизму довів, що в людей з високим рівнем нейротизму і низькою екстраверсією існує ризик виникнення невротоподібних станів, оскільки реагування на емоційно дратівливі стимули в таких людей сильніше і вони довше чинять опір згасанню цих реакцій (Eysenck, 1947). У свою чергу, у термінах рис Великої п'ятірки дані демонструють деякі інші психологічні закономірності (Costa, & McCrae, 1994; McCrae et al., 2000). Тобто чим вищий рівень екстраверсії людини і нижчий рівень її нейротизму (або вищий полюс її емоційної стійкості), тим вищий рівень психічного здоров'я та суб'єктивного благополуччя й навпаки. У цьому аспекті, вивчаючи можливість прогнозування посттравматичного стресового розладу (ПТСР) на основі особистісних рис, дослідники дійшли висновку, що менш схильні до впливу травми активні, енергійні, стійкі та витривалі люди. А ті, хто мають високі показники нейротизму й інтроверсії, сильніше реагують на травмувальну подію (Pitman, Shalev, & Scott, 1999). Очевидно переживання ситуації загрози життя у зоні бойових дій є найбільш стресогенним чинником, що має психотравмувальний характер не лише для військовослужбовців – учасників

бойових дій, а й для цивільних осіб. Тобто ПТСР у цивільних невійськових осіб утворюється за тими ж психологічними механізмами, як і у військовослужбовців, а саме по типу бойової травми (Блінов, 2018; Carr, 2011; Marmar et al., 2015, p. 875–881). Тому люди, які перенесли масовану за обширом травматизацію війни, зрештою підпадають під дію механізмів патологізації самої психотравми й, відповідно, у них з'являються ознаки розладів адаптації (Sannikova, & Kuznetsova, 2018), патологічної травматизації особистості. Доведено, що за таких важких обставин травматизація особистості зазвичай постає у вигляді дисгармонійних нашарувань на індивідуальні прояви особистісних характеристик, патологічних розладів особистості (Munjiza, Britvic, & Crawford, 2019).

Поряд із дослідженням індивідуально-особистісних властивостей людини плідні наукові розвідки М. Селігмана (Seligman, Park, & Peterson, 2004) та його колег довели, що, зокрема, стан депресії породжується почуттям безпорадності та безнадійності, дезактуалізацією ціннісно-смыслового компоненту свідомості, що є інформативним для вивчення психологічних наслідків травмування під час війни. Американські дослідники (Diener et al., 1999) запропонували модель цінностей як "модератора" емоційно-оцінювального ставлення людини до світу, згідно з якою цінності здійснюють більш вагомий вплив на успішне подолання психотравматичних чинників життя, ніж будь-що інше з психологічних надбань людини, бо виступають як актуально усвідомлені компоненти травмувального досвіду.

Посттравматичний стрес, як і процес подолання психічної травми – багатоаспектні та багаторівневі феномени. Вони вимагають складної системи взаємопов'язаних ресурсів: особистісних, соціальних, психологічних, професійних, фізичних і матеріальних (Hobfoll, 1989). Одним із цих ресурсів є сформованість "сильних" рис особистості як еволюційно доцільної характеристики (це так званий гіперкомпенсаторний фонд людини) (Максименко, 2004, с. 1–8; Носенко, & Грисенко, 2019, с. 490–500), що має щільний взаємозв'язок з перебігом ПТСР. Звідти, по-перше, дихотомічне протиставлення позитивних чи негативних аспектів у соціальному функціонуванні людини постується місцем уявленню про існування третього виміру – від "доброго" до "кращого". У зв'язку з цим, по-друге, можна припустити, ґрунтуючись на результатах багатьох досліджень (Linley, 2003; McNally, 2015), що, хоча ризик розвитку ПТСР і розладів адаптації (РА) в екстремальних умовах війни посилюється, але також в особистості існує тригер запуску психологічних механізмів позитивного нетравматичного особистісного розвитку. Тобто в українців, яких відрізняє травматичний досвід переживання загрози життю у зоні екстремальних чинників російсько-української війни, транспектива особистісного розвитку не має безальтернативного напрямку – "так" або "ні", "доброго" або "поганого". Тому не дарма в цей час особлива увага дослідників спрямована на екстремальні чинники, які підвищують ризик виникнення посттравматичної симптоматики і погіршують процес адаптації (Журавльова, & Гурлева, 2023, с. 190–196).

Отже, доцільно дослідити основні особистісні детермінанти формування стійкості до ПТСР, серед яких не тільки підструктури характеру особистості – "сильні" позитивні риси, а також ризик-фактори розладів адаптації і ПТСР, зокрема акцентуації особистості (Ліпатов, & Пасічник, 2013, с. 94–98) та саморегулятивна сфера особистості – цінності й смисли як особистісні ресурси в посиленні позитивного особистісного розвитку

та доброї адаптації людини в умовах війни. Це саме ті психологічні явища, що зрештою визначають успішність додання травмувального досвіду, високу громадянську активність, патріотизм українців та прокладають шляхи до гармонійного розвитку особистості громадян України під час війни. Виходячи із системного підходу до функціонування психіки, нами було зроблено припущення про те, що люди з різними індивідуальними особливостями потребують різних психологічних ресурсів в умовах війни (є принаймні добре адаптовані й дезадаптовані, які по-різному опановують травму війни).

Мета дослідження – надати докази впливу психологічних механізмів травми війни на особистісний розвиток українців під час війни.

Методи

Для виконання дослідницьких завдань було застосовано серію діагностичних інструментів і методів. Міссісіпська шкала (Mississippi Scale) (МШ, цивільний варіант) Т. Кіану (MS, Mississippi Scale, Keane et al., 1995; українська адаптація Лінський та ін., 2014, с. 5–12), що призначена для виявлення розладів адаптування, зокрема ПТСР як у військових, так і невійськових цивільних осіб. Міссісіпська шкала створена на основі MMPI, тому має високу внутрішню узгодженість. Підсумковий показник МШ дає змогу виявити ступінь впливу травматичного досвіду особи (ПТСР, розлади адаптації). У варіанті для цивільних осіб запитання, що містяться в опитувальнику, діляться на чотири групи (кластери), три з яких співвідносяться з критеріями DSM-V, а саме: 11 запитань спрямовані на визначення симптомів вторгнення, 15 – симптомів уникнення, 8 запитань стосуються критерію фізіологічної збудливості (гіперактивації); останні 5 запитань спрямовані на виявлення відчуття провини і суїцидальності. Результати оцінюються за п'ятибальною шкалою Р. Лікерта.

Опитувальник Шмішека, або характерологічний опитувальник Г. Шмішека (скор. ХОШм) (Schmieschek, 1970), призначений для оцінювання відбиття наслідкових результатів впливу травмувального досвіду загрози життю у підструктурах характеру особистості. Цей діагностичний засіб реалізує типологічний підхід до вивчення особистості на підставі концепції акцентуованих особистостей К. Леонгарда, згідно з якою у структурі особистості існують базові, основні та побічні, або другорядні, риси. Основні риси становлять стрижень особистості та визначають її адаптованість і психічне здоров'я. У разі впливу негативних чинників основні риси починають загострюватися й на поверхню "виходять" другорядні. Разом запитань в опитувальнику – 88. Підсумкові показники по кожній з 10 шкал становлять особистісний профіль акцентуації особи. Показник від 12 і вище вказує на наявність акцентуації, максимальний показник по кожній зі шкал 24.

Багаторівневий опитувальник "Адаптивність–200" (БОО–200, Агаєв, & Кокун та ін., 2016). Для оцінювання відбиття наслідкових результатів впливу травмувального досвіду загрози життю у підструктурі психічних станів особистості було обрано саме цей багаторівневий опитувальник. Ця методика дозволила оцінити міру адаптованості / дезадаптованості особистості шляхом оцінювання основних складників особистісного адаптаційного потенціалу (ОАП): адаптивних здібностей (здатності людини пристосовуватися до змінюваних умов життєдіяльності), нервово-психічної стійкості (яка є диспозиційною характеристикою психіки людини, основою її стресостійкості), комунікативних особливостей (комунікативних здібностей) та моральної нормативності

(здатності людини дотримуватись загальноновизнаних суспільних норм у своїй діяльності та поведінці). Щодо інтерпретації результатів опитування за цією методикою, то чим більшими виявляються кількісні показники складових ОАП, тим нижчим вважається рівень адаптивності особистості. Для зручності математико-статистичного опрацювання загальний бал досліджуваних за кожним показником цього опитувальника було переведено у шкалу стенів. Показник від 1 до 4 стенів відповідає низькому рівню розвитку особистісного адаптаційного потенціалу, а від 5 до 10, відповідно, високому рівню. Тест-версію українського опитувальника "Адаптивність" створено з урахуванням незалежних експертних оцінок обраних перекладів. Внутрішня узгодженість (альфа-коефіцієнт Кронбаха) шкали становить 0,75. Показник ретестової валідності (коефіцієнт Пірсона) було отримано на вибірці студентів і курсантів з інтервалом в чотири тижні, який становив 0,70 ($p < 0,001$). Отже, українська версія опитувальника "Адаптивність-200" є валідною та надійною методикою.

Опитувальник "Локатор великої п'ятірки" (ЛВП) (Howard et al., 1996, Big Five Inventory, скор., BFI), який адаптували відомі українські дослідники Л. Ф. Бурлачук і Д. К. Корольов (Корольов, 2000, с. 154), призначений для діагностики стійких структурних диспозиційних рис особистості, що входять до основи її гіперкомпенсаторного фонду та є запобіжником негативного впливу травматичного досвіду, зокрема й травми війни. Концептуально опитувальник спирається на таксономічну модель лексичного локатора "Великої п'ятірки" особистісних факторів Л. Голдберга (Goldberg, 1971). Саме на підставі цієї моделі в дослідженні Л. Ф. Бурлачука і Д. К. Корольова було зроблено його апробацію в етнічно стратифікованій вибірці українців. ЛВП є валідним і надійним для виконання завдань дослідження.

Методика "Цінності-у-дії" (Values In Action – VIA-IS, скор., за англ.) (Seligman, Park, & Peterson, 2004; українська адаптація Носенко, & Грисенко, 2019, с. 490–500), яку застосовано в дослідженні, має дозволити виокремити визначальні цінності людини. Ця методика дає можливість порівняти цінності й "сильні риси" характеру, завдяки яким людині вдається або не вдається добре адаптуватися в умовах систематичного тиску специфічних чинників ситуації, близької до бойової (раптовість, невизначеність, новизна) (Байер, 2010); переживання негараздів та обмежень життя в окупації, у безпосередніх умовах обстрілів, бойових дій, так званих "прильотів".

Учасниками **вибірки** виступили 225 досліджуваних віком від 18 до 45 років – курсанти, студенти, їхні батьки, викладачі університету з співвідношенням чоловіки / жінки – 60/40 %, що пояснюється специфікою вищого закладу освіти зі специфічними умовами навчання у системі МВС. Вибірку становили 70 % військовозобов'язаних, з яких не мали бойового досвіду 68,9 %, 30 % цивільні особи – не військовозобов'язані. Тобто більшість учасників вибірки становлять військовозобов'язані чоловіки і жінки, але які не є мобілізованими. Перебуваючи на тимчасово окупованій території в зоні проведення бойових дій від 2-х тижнів до 6 місяців, хлопці, дівчата, чоловіки та жінки участь в бойових діях не брали, виступали як цивільні особи.

Результати

Опрацювання результатів дослідження відбувалось за допомогою математико-статистичних методів із застосуванням таких критеріїв для визначення статистичної достовірності результатів: t-критерію Стьюдента,

F-критерію Фішера, g-критерію лінійної кореляції Пірсона, хіквдрату-Пірсона. Для опрацювання даних було застосовано пакет статистичних програм IBM SPSS Statistics 22.0

Узагальнення результатів дослідження здійснено з використанням *інтерпретаційних* методів: комплексного, структурного, системного аналізу.

Залежність поведінки людини від особливостей ситуацій, у які вона потрапляє у контексті воєнних подій, вимагає розглянути результати, отримані за нормативами МШ щодо адаптації / дезадаптації та ознак ПТСР тих, хто пережив ситуації загрози життя.

За результатами МШ вибірка українців поділилася на дві протилежні групи. Одна група – 128 (56,9 %) учасників вибірки дослідження після експозиції екстремальних чинників травми війни попри все залишаються добре адаптованими – $\bar{x} = 65,96 \pm 10,06$ (за нормативами в межах значення показника ≤ 76) (Лінський та ін., 2014, с. 5–12), що свідчить про еволюційну ресурсність їхнього особистісного розвитку. Інша група – 97 (43,3 %) учасників вибірки дослідження не відрізняється подібною ресурсністю особистісного розвитку й тому через травматичний досвід загрози життю маніфестують ознаки РА – $\bar{x} = 77,46 \pm 18,61$ (у межах нормативного інтервалу $\geq 77 \leq 97$) і ПТСР – $\bar{x} = 105,44 \pm 14,70$ (за нормативами в межах значення ≥ 98). Разом – 97 (43,1 %) учасників з РА / ПТСР 83 / 14 осіб відповідно (36,9 % / 6,2 %) зазнали впливів травматичного досвіду війни – загрози життю, сполучених з параметрами розладів адаптації (РА) та посттравматичного стресового розладу (ПТСР). Притому зі зміщенням від високих – найменша кількість осіб (15,7 %, абс %) до значно більшої кількості осіб – порівну із середніми і низькими значеннями ознак РА / ПТСР відповідно (42,16 %, абс %). За кластерами симптомів вторгнення, симптомів уникнення та останніх п'яти запитань, що спрямовані на виявлення відчуття провини і суїцидальності – показники нижчі від середніх за нормативами. Що стосується критерію фізіологічної збудливості ПТСР (гіперактивації) (8 запитань), то тут показники середні й вищі від середніх у межах нормативного інтервалу $\geq 77 \leq 97$ та в межах значення ≥ 98 за загальними показниками. Тобто досліджувані з РА і ПТСР досягали порогу за цим кластером. Попри все, у всіх учасників дослідження травматичні розлади в до-травматичному довоєнному періоді відсутні (на основі результатів обстеження у медичних закладах та напів-структурованого інтерв'ю). Усі учасники дослідження повідомили про принаймні одну або кілька серйозних подій, пов'язаних з війною, з якими вони стикалися та які були змушені пережити.

Окрім того, виявлено зв'язок між тривалістю перебування у зоні бойових дій – довжина експозиції травми війни та кількістю українців (у %), у яких маніфестовано РА і ПТСР відповідно за критеріями кластерів МШ (табл. 1). Співвідношення переживання психотравматичних ситуацій війни (експозиція) з тяжкістю розладів адаптації, якої учасники дослідження зазнали, показало достовірний зв'язок за хі-квадратом ($\chi^2 = 572$, $p = 0,000$). Також серед українців – учасників дослідження, які перебували на тимчасово окупованих територіях, де відбувалися бойові дії, значно частіше чоловіки зазнавали розладів адаптації або психотравматичного стресового розладу, ніж жінки за показниками МШ (43 % проти 28 %, $\chi^2 (1, n = 97) = 9,39$, $p \leq 0,001$).

Таблиця 1

Співвідношення між тривалістю перебування у зоні бойових дій (тривалість експозиції травми війни) та кількістю українців (у %), які адаптовані / дезадаптовані (РА і ПТСР) відповідно за критеріями кластерів Міссісіпської шкали

Тривалість перебування (експозиція ТВ) / рівень показників	Показники рівнів адаптації за Міссісіпською шкалою досліджуваних %			
	Адаптовані (N %)		Дезадаптовані (N %)	
	Низький РВ	Середній РА	Високий ПТСР	Разом (N %)
2 тижні	21,3	1,3	0	22,6
1 місяць	17,8	17,8	1,9	37,5
3 місяці	13,3	12,5	1,9	27,7
6 місяців	4,5	5,3	2,4	12,2
Разом	56,9	36,9	6,2	100

Примітка: експозиція ТВ – експозиція травми війни; за МШ: РВ – розлади відсутні; РА – розлади адаптації; ПТСР – посттравматичний стресовий розлад.

Як бачимо за даними табл. 1, українці зазнають найбільшого впливу травматичного досвіду війни в перші місяці перебування у зоні бойових дій (1–3 міс. 19,6/14,2 % осіб).

В українців (курсанти, студенти, їхні батьки, викладачі), які перебували упродовж певного часу в екстремальних умовах російської військової агресії (обстріли, бомбардування, "прильоти" тощо), на високому рівні зберігається додатний зв'язок з проявами ПТСР. Тобто в досліджуваних, які перебували 3–6 місяців у зоні бойових дій, помітним є посилення ознак ПТСР. У половини частини вибірки з ПТСР (7 осіб – 3,1 %) травматичний досвід переживання загрози життю після шести місяців перебування у зоні екстремальних ситуацій російсько-української війни виявився опосередкованим наявним позитивним високим рівнем зв'язком показників ПТСР з одним із кластерів DSM-V ("фізіологічна

збудливість") ($p \leq 0,05$). Щоправда, в усіх вікових зрізах українців не знайдено жодного зв'язку ПТСР з кластером суїцидальності та відчуттям провини. Ознаки розладів адаптації, звісно, долаються легше, ніж ПТСР, зокрема, це особливо стосується молодших за віком.

Для підтвердження результатів дослідження щодо виокремлення двох полярних груп – "адаптовані" / "дезадаптовані" – ми звернулися до уточнювальних методик. Зокрема, отримані дані тесту "Адаптивність–200" підтвердили статистично значущі відмінності (за t-тестом) між сформованими двома групами (розлади відсутні / РА і ПТСР), у таких компонентах особистісного адаптаційного потенціалу, як нервова-психічна стійкість ($t = 7,945$, $p = 0,000$), моральна нормативність ($t = 8,743$, $p = 0,000$), а також компонентів "адаптивні здібності" ($t = 6,414$, $p = 0,000$) та комунікативні здібності ($t = 4,492$, $p = 0,000$) (табл. 2).

Таблиця 2

Характер розбіжностей між групами досліджуваних – дезадаптованими з високим рівнем травмування (ПТСР і РА) та адаптованими, індивідуально не виявленим рівнем травмування щодо загрози життю за показниками складників особистісного адаптаційного потенціалу за тестом Адаптивність–200

Складники особистісного адаптаційного потенціалу	Середні значення показників у групах добреадаптованих та досліджуваних з ПТСР і РА (стени)		Критерій t-Стюдента	P
	Адаптовані	Дезадаптовані		
	Розлади відсутні	ПТСР і РА		
Адаптивні здібності	7,679 ±3,74	5,518±1,63	6,414	0,0000
Нервово -психічна стійкість	7,886±2,23	4,879±3,54	8,743	0,0000
Комунікативні здібності	5,664±0,12	3,947±1,12	4,492	0,0000
Моральна нормативність	8,911± 0.117	5.625	7,945	0.0000

Це свідчить на користь того, що в тих досліджуваних, у кого не виявлено травмування війною, порівняно з досліджуваними, в кого діагностовано РА і ПТСР, рівень адаптаційного потенціалу значно вищий. Досліджувані без розладів за показниками складників особистісного адаптаційного потенціалу демонструють, таким чином, прояв еволюційне доцільного в умовах війни гіперкомпенсаторного фонду особистості. Тобто відсутність розладів, навіть за тяжких обставин воєнних подій, безумовно, сприяє еволюційно підтвердженій ресурсності особистісного розвитку українців попри тяжкі умови воєнного стану.

Середні значення усіх чотирьох складових особистісного адаптаційного потенціалу за тестом "Адаптивність–200": "адаптивні здібності", "нервова-психічна стійкість", "комунікативні здібності" та "моральна нормативність" відбивають наявність єдиної тенденції, а саме тієї, що в тих українців, у яких діагностовано відсутність розладів, показники значно вищі за всіма складниками ОАП, ніж у тих, хто потерпає від травми війни, за винятком складника "комунікативні здібності" – $M = 5,664$

проти $M = 3,947$, показники якої теж вищі, але трохи нижчі щодо інших складників. Тобто в процесі адаптації до умов воєнного часу якраз блок комунікативної взаємодії стає вразливим до впливів травматичного досвіду війни. Отже, напевно, не тільки в осіб з РА і ПТСР, а й у тих осіб, хто не має розладів адаптації, імовірно, активізуються негативні емоційні стани, але очевидно значно слабше. Тож недовіра, ворожість, агресивність, дратівливість, гнів і обурення найбільше заважають міжособистісним стосункам під час війни.

Таким чином, дані за "Адаптивність" підтвердили зазначений розподіл двох полярних груп та дозволили виявити, що найбільших розбіжностей зазнають такі складники особистісного адаптаційного потенціалу, як нервова-психічна стійкість ($t = 7,945$, $p = 0,000$) та моральна нормативність ($t = 8,743$, $p = 0,000$). Звідти робимо висновок, що така диспозиційна характеристика психіки людини, як стресостійкість, а також така, як здатність дотримуватись загальноновизнаних суспільних норм у своїй діяльності та поведінці, що є основою успішного соціального функціонування,

зазнають найбільших ушкоджень під час війни в учасників нашого дослідження.

Зважаючи на те, що в умовах війни значно посилюється тенденція до збільшення кількості осіб з окремими ознаками РА і ПТСР (43,1 %), ми звернули увагу на своєрідні "визначальні властивості" характеру (*signature character strengths*) та притому не тільки з урахуванням провідної "п'ятірки" (*top-five*) визначальних властивостей, які є запобіжником ПТСР і РА, а й п'ятірки найменш характерних "bottom-five" властивостей, які є, по суті,

провокатором розвитку ПТСР і РА. Серед цих "bottom-five" властивостей, на нашу думку, доцільно виокремити блок акцентуованих особливостей характеру, оскільки можна припустити, що серед цих п'яти "найнижчих" і найменш характерних властивостей для особистісного розвитку вони є визначальними. Отже, ми звернулися до аналізу частоти розподілу типів акцентуацій за опитувальником Г. Шмішека у співвідношенні з рівнем розладів адаптації за "Міссісіпською шкалою" під час скринінгового обстеження в дотравмувальному довоєнному та посттравмувальному періоді під час війни

Таблиця 3

Частота розподілу типів акцентуацій за опитувальником Шмішека у співвідношенні з рівнем розладів адаптації за "Міссісіпською шкалою" під час скринінгового обстеження в дотравмувальному довоєнному та посттравмувальному періоді під час війни

Тип акцентуації особистості	Рівні адаптації											
	Адаптовані (розлади відсутні) (N = 128) абс %				Деадаптовані (N = 97)							
					РА, розлади адаптації (N = 83) абс %				ПТСР (N = 14) абс %			
	до		після		до		після		до		після	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
Емотивний	8 6,3	4 3,1	7 5,5	1 0,4	48 70,6	11 16,2	33 39,8	3 3,6	10 71,4	4 28,5	13 92,8	1 7,1
Тривожний	3 2,3	4 3,1	8 6,3	9 7,0	54 79,4	14 20,5	50 60,2	27 32,5	4 4,8	7 8,4	10 71,4	4 28,5
Демонстративний	6 2,6	5 2,2	7 5,5	12 9,4	15 11,5	5 1,1	20 24,0	2 2,4	10 71,4	4 28,5	11 78,5	3 21,4
Педантичний	9 4,0	3 1,3	25 19,5	12 9,4	30 13	7 3,1	30 36,1	7 8,4	12 85,7	2 14,2	9 64,2	5 35,7
Дистимний	-2 0,8	1 0,4	6 2,6	4 3,1	55 35,5	28 12,4	80 96,3	3 3,6	1 7,1	13 92,8	9 64,2	5 35,7
Застрагний	3 1,3	2 0,8	10 4,0	7 5,5	59 26,2	11 4,8	76 91,5	5 6,0	9 64,2	10 71,4	6 42,8	5 35,7
Гіпертимний	5 2,2	6 2,6	13 10,6	18 14,1	44 19,5	0	30 36,1	1 1,2	8 57,1	1 7,1	4 28,5	3 21,4
Збудливий	2 0,8	1 0,4	2 0,8	1 0,4	30 13	16 7,1	40 48,1	20 24,0	13 92,8	1 7,1	10 71,4	1 7,1
Афективно-екзальтований	5 2,2	6 2,6	14 10,3	18 14,1	10 4,4	6 2,6	10 12,0	7 8,4	9 64,2	2 14,2	7 50,0	1 7,1
Циклотимний	1 0,4	1 0,4	4 3,1	2 0,8	42 18,6	10 4,4	50 60,2	14 16,8	2 14,2	9 64,2	10 71,4	3 21,4

Примітка: 1 – середній і вищий від середнього рівень прояву (показники від 12 до 18 балів); 2 – високий рівень прояву типу акцентуації (показники від 18 до 24 балів).

Маючи дані досліджень акцентуацій характеру за шкалами Шмішека в курсантів, студентів і викладачів ще в довоєнний період, ми змогли порівняти зміни індивідуально-психологічних характеристик, зокрема акцентуацій "до" та "після" експозиції загрози життю в зоні екстремальних травматичних чинників російсько-української війни.

Як з'ясувалося, вияв акцентуацій значною мірою залежить від того, чи конкретна особа, яка зазнала впливу травматичного досвіду війни, та яка набула розладів адаптації або ПТСР, перебувала під впливом експозиції травматичних подій війни тривалий чи нетривалий час.

Загалом у добре адаптованих (особи без розладів) частотність акцентуацій стає помітною в дотравмувальний / посттравмувальний період за педантичним, гіпертимним, афективно-екзальтованими типами, почасти застрагуючим (усі на рівні $p \leq 0,01$).

Достовірно частіше в дотравмувальний період у осіб з розладами / без розладів є розбіжності за акцентуаціями характеру (за t-тестом): тривожна ($t = 5,181$, $p \leq 0,01$), збудлива ($t = 4,164$, $p \leq 0,01$), емотивна ($t = 4,013$, $p \leq 0,01$), дистимна ($t = 3,196$, $p \leq 0,05$), циклотимна ($t = 2,973$, $p \leq 0,05$), застрагана ($t = 2,857$, $p \leq 0,05$).

У посттравмувальний період у осіб з розладами адаптації у випадку переживання травми загрози життю

тенденція до подальшої акцентуації (за t-тестом) виявилась у дистимного ($t = 5,99$, $p \leq 0,01$), застрагного ($t = 4,569$, $p \leq 0,01$), тривожного ($t = 4,48$, $p \leq 0,01$), збудливого ($t = 3,76$, $p \leq 0,05$), педантичного ($t = 2,99$, $p \leq 0,05$) типів.

Дані кореляційного аналізу показали, що з посиленням ознак РА і ПТСР в осіб збільшується вираженість типів акцентуацій: тривожних ($r_s = 0,514$, $p \leq 0,05$), застрагуючих ($r_s = 0,439$, $p \leq 0,05$), дистимних ($r_s = 0,376$, $p \leq 0,05$), циклотимних ($r_s = 0,324$, $p \leq 0,05$). Усі умовно належать до властивостей темпераменту. Посилення тенденції до акцентуацій пов'язане тільки з однією акцентуованою характеристикою характеру – педантичністю.

Як бачимо, дані за t-тестом і кореляційний аналіз, окрім усього, доводять, що учасники групи з травмою війни набувають таких акцентуацій, що пов'язані з властивостями темпераменту, і які вказують принаймні на поглиблення травматизації ще й на рівні успадкованих характеристик, а не соціально набутих рис характеру, а це завжди більш небезпечно.

Отже, зайвий доказ більшого ризику травматизації на РА і ПТСР в українців існує на рівні еволюційних властивостей темпераменту, ніж соціально обумовлених рис характеру.

Зважаючи на те, що сильні риси характеру завжди обумовлюють цінності, які діють як "модератор" емоційно-оцінювального ставлення людини до світу, ми провели дослідження ціннісно-сміслової сфери українців (табл. 4), надто, що в екстремальній ситуації цінності завжди впливають на переживання позитивних психічних станів.

З наведених даних очевидно, що розбіжності в показниках за позитивною цінністю "мудрість" суттєво відрізняються у групах із високим, середнім та низьким рівнями розладів адаптації (травмувальний досвід): чим вищим є його рівень у досліджуваних, тим нижчим виявляється рівень прояву позитивної цінності "мудрість". І, навпаки, менш травмовані досліджувані демонструють найбільш високий рівень розвитку позитивної цінності "мудрість" (F-Фішера = 432,33, $p = 0,000$). Щодо цінності "сміливість", то висока травмованість особи спричиняє зниження цієї позитивної цінності. У групі досліджуваних, у якій відсутні розлади, ця цінність є однією з найбільш високо оцінюваних серед порівнюваних груп ($M = 148,9 \pm 3,81$). Проте в разі прихильності до позитивної цінності "гуманність",

судячи з отриманих даних, можна стверджувати, що наявність у групах досліджуваних з ПТСР і РА травматичного досвіду підштовхує їх до того, що цінність "гуманність" у переліку особистісних пріоритетів виходить на перший план. Тобто прихильність до позитивної цінності "гуманність" сприяє гуманізації особистості під час війни (F-Фішера = 57,74, $p = 0,000$). Особливо цікавою є динаміка позитивної цінності "справедливість" у групах досліджуваних із різними рівнями психотравми. У групі досліджуваних із РА, яка найбільше сподівається на допомогу в подоланні певних життєвих ускладнень, значення показника позитивної цінності "справедливість" є найнижчим у вибірці, що зрозуміло з огляду на несприятливе тло переживань цих осіб, які потребують підтримки ($M = 93,7 \pm 5,44$). Водночас на противагу цьому найбільш низький рівень прояву позитивної цінності "помірність" демонструють представники групи досліджуваних, у якій відсутні розлади внаслідок впливу травматичного досвіду ($M = 128,9 \pm 6,33$ / $M = 89,8 \pm 2,24$ / $M = 83,5 \pm 4,17$ ПТСР / РА / адаптовані відповідно).

Таблиця 4

Розбіжності в показниках позитивних цінностей особистості за методикою "Цінності в дії" у групах досліджуваних з індивідуально не виявленим рівнем травмування щодо загрози життю та виявленим рівнем травмування ПТСР і РА (адаптовані / дезадаптовані)

Позитивні цінності	Середні значення показників у групах (M±)			Критерій F-Фішера	P-значення
	Дезадаптовані (N = 97)		Адаптовані (N = 128)		
	ПТСР	РА	Розлади відсутні		
Мудрість	123,8 ± 4,19	153 ± 2,11	209,1 ± 6,41	432,33	0,000
Сміливість	77,7 ± 2,55	118,6 ± 3,14	148,9 ± 3,81	728,35	0,000
Гуманність	122,3 ± 0,12	96,5 ± 4,56	103,8 ± 6,16	57,74	0,000
Справедливість	102,7 ± 2,72	93,7 ± 5,44	104,2 ± 1,13	14,97	0,000
Помірність	128,9 ± 6,33	89,8 ± 2,24	83,5 ± 4,17	271,74	0,000
Трансцендентність	222, ± 3,89	145,1 ± 6,13	138,2 ± 7,45	562,43	0,000

Найвищі показники за позитивною цінністю "трансцендентність" мають досліджувані групи, які найбільше потерпають від психотравми, тоді як у досліджуваних із РА та індивідуально не виявленим травмуванням щодо загрози життю рівні розвитку цінності "трансцендентність" є низькими.

Отже, чим вищий рівень розладу адаптації (РА / ПТСР) за МШ, тим нижчим є рівень прояву таких позитивних цінностей, як "мудрість", "сміливість", "справедливість" (усі на рівні $p = 0,000$). Але зберігається прояв додатного зв'язку між показниками ПТСР і РА та цінностями "помірність" і "трансцендентність" (обидві на рівні $p = 0,000$).

Оскільки, виходячи із системного підходу до функціонування психіки, можна зробити припущення про те, що

люди з різними індивідуальними особливостями потребують різних психологічних і особистісних ресурсів, то нами було досліджено зв'язки між диспозиційними рисами локатора "Великої п'ятірки" та рівнями розладів адаптації за методикою Міссісіпська шкала в постперіоді впливу ситуацій загрози життю особистості. Зокрема, передбачалося, що особи з тривалим перебуванням в зоні бойових дій або окупації й відповідно з явними ознаками ПТСР і РА потребують значних особистісних ресурсів, щоб впоратися із травмою загрози життю. Тому всі п'ять факторів ЛВП (нейротизм / емоційна стійкість, екстраверсія, доброзичливість, сумлінність, відкритість досвіду) були скорельовані з рівнями розладів адаптації за МШ за коефіцієнтом г-лінійної кореляції Пірсона (табл. 5).

Таблиця 5

Результати дослідження кореляційних зв'язків між диспозиційними рисами локатора "Велика п'ятірка" та рівнем розладів адаптації за Міссісіпською шкалою в постперіоді травми війни загрози життю (за г-лінійної кореляції Пірсона)

Порівнювані групи з різними рівнями адаптації за Міссісіпською шкалою		Диспозиційні риси особистості за локатором Велика п'ятірка				
Адаптовані / Дезадаптовані		Нейротизм	Екстраверсія	Доброзичливість	Сумлінність	Відкритість досвіду
	ПТСР	0,292**	-0,217*	-0,039	-0,240**	-0,123
	РА	0,368**	-0,080	0,026	-0,040	0,023
	Розлади відсутні	-0,335**	0,264**	0,434**	0,364**	0,107

Примітка: * – кореляційний зв'язок на рівні значущості $p \leq 0,05$, ** – кореляційний зв'язок на рівні значущості $p \leq 0,01$.

Як бачимо, показник у групі з ПТСР від'ємно корелює із екстраверсією ($r = -0,217$, $p \leq 0,05$) і сумлінністю ($r = -0,240$, $p \leq 0,01$), проте має додатній кореляційний зв'язок з нейротизмом ($r = 0,292$, $p \leq 0,01$). Показник у групі з РА має додатній кореляційний зв'язок з нейротизмом ($r = 0,368$, $p \leq 0,01$), навіть вищий, ніж в групі з ПТСР. У групі з

найнижчим рівнем травматичного досвіду, тобто добре адаптованих учасників дослідження показник МШ від'ємно корелює із нейротизмом ($r = 0,335$, $p \leq 0,01$), але додатно – з екстраверсією, доброзичливістю, сумлінністю ($r = 0,264$, $p \leq 0,01$; $r = 0,434$, $p \leq 0,01$; $r = 0,364$, $p \leq 0,01$ відповідно). Результати кореляційного аналізу

продемонстрували, що в добре адаптованих досліджуваних емоційна стійкість, екстраверсія, доброзичливість, сумлінність, за винятком риси "відкритість досвіду" впорядковані та є надійним підґрунтям їхньої доброї адаптованості. Водночас у досліджуваних з розладами адаптації показники локатора "Велика п'ятірка" мають щільні зв'язки нейротизму та РА ($r = 0,368, p \leq 0,01$), нейротизму та ПТСР ($r = 0,292, p \leq 0,01$). Ці зв'язки свідчать про те, що досліджувані з РА і ПТСР очевидно почують себе нещасливими незалежно від їхніх реальних життєвих ситуацій. Також очевидно, що вони більше, ніж інші, мають бути схильними до появи психічних розладів, зокрема депресії й особистісних відхилень у поведінці. Притому, зважаючи на те, що сумлінність вважається найбільш надійним предиктором прогнозування успішності в професійній діяльності, – а в наших досліджуваних з ПТСР вона має від'ємні кореляції ($r = -0,240, p \leq 0,01$), то й не дивно припустити, що ці українці (курсанти, студенти, працівники-освітяни) можуть почувати себе і справді бути менш продуктивними у своїй навчальній чи викладацькій, чи поліцейській, правничій професійній діяльності.

Урахуємо також й те, що сумлінність також асоціюється зі значною кількістю навичок здорового способу життя, таких як безпечне керування транспортом, зважена дієта, фізичні заняття, що, звісно, допомогло би українцям з ПТСР, а надто – з РА, краще впоратися з травмою війни.

Отже, дані кореляційного аналізу підтвердили, що в 56,9 % добре адаптованих українців емоційна стійкість, екстраверсія, доброзичливість, сумлінність є надійним предикторами потенційних можливостей позитивного особистісного розвитку. Водночас у 43,1 % українців посилюються соціальна дезадаптованість, негативна емоційність, депресії і відхилення у поведінці в постперіоді екстраординарних психотравматичних ситуацій війни, пов'язаних із загрозою життя.

Дискусія і висновки

Обґрунтовуючи підхід до об'єктивізації дослідження психологічних наслідків переживання загрози життя в умовах тимчасового перебування українців у зоні бойових дій, ми намагались передбачити вірогідність змін, які відбуваються під впливом травматичного досвіду в соціальному функціонуванні більшості підструктур особистості та визначити міру їх закономірного впливу на особистісний розвиток.

Як довели результати дослідження, тривалі, надмірно екстраординарні психотравматичні ситуації війни, пов'язані з загрозою життя, призводять до особистісних змін і трансформацій індивідуально-психологічних рис українців. Зокрема, загострюються певні раніше другорядні риси й нівелюються інші, а саме ті, які були провідними в структурі особистісних якостей. Звідти особистісні диспозиційні характеристики, такі як нейротизм, низький рівень екстраверсії та акцентуовані риси характеру, підсилюються під час експозиції травми. Водночас позитивні цінності як підґрунтя сформованості сильних рис характеру зберігаються у значній частині українців тільки відносно цінностей помірності й трансцендентності. Це зайвий раз доводить виняткову роль системності у вищих психічних явищах, зокрема таких, як цінності, – бо вони усвідомлюються людиною, – у виявленні її стійкості в протистоянні травматичним екстремальним чинникам війни. Доказами негативного впливу психологічних механізмів травми війни на особистісний розвиток українців є також профіль акцентуацій їхньої особистості. Посттравматичний стресовий

розлад частіше виникає у тих, хто має емотивний, дистимний, застрягний, збудливий профіль акцентуацій, що об'єднує 50/50 акцентуації темпераменту і характеру. Проте в постперіоді посилюються зовсім інший профіль. Поряд з акцентуаціями характеру (педантичний, демонстративний) в профілі значно посилюються і притому з перевагою темпераментальні ознаки (тривожний, афективно-екзальтований, застрягний, збудливий типи). Це вказує на поглиблення розладів адаптації та зниження еволюційної ресурсності особистісного розвитку в умовах воєнного стану. У свою чергу, варто враховувати, що симптоми ПТСР, які є відображенням переживання травматичних подій війни, без урахування особистісних характеристик навряд чи є достатньою підставою для верифікованої оцінки ступеня впливу психічної травми війни на людину.

Таким чином, переживання травматичного досвіду загрози життя в умовах війни скорочує транспективу позитивного особистісного розвитку українців і значною мірою залежить від особистісного адаптаційного потенціалу, щільного зв'язку сильних властивостей характеру – провідної "п'ятірки" (*top-five*) рис, що формуються під впливом позитивних цінностей, та які є запобіжником ПТСР та розладів адаптації (РА). На додачу також особистісний розвиток залежить від п'ятірки ("bottom-five") найменш характерних для позитивного додання травми війни властивостей, до яких потрапляють насамперед риси так званого негативного фокусу – тип акцентуацій характеру, емоційна нестабільність (нейротизм), інтроверсія тощо.

Отже, ми провели дослідження з учасниками, які перебували в районі, що найбільше постраждав від війни (Севєродонецьк, Луганська область). Ми оцінювали травму війни (експозицію, глибину, наслідки) в українців. Незважаючи на не зовсім обнадійливі результати, попри все значна частина вибірки, яка відчула на собі травму війни, продемонструвала добру адаптованість, що підтвердило виняткову роль емоційної та нервово психічної стійкості, вплив цінностей на прогнозування позитивного подолання дистресу загрози життю українців. Усе вищезазначене є доказом сформованості в більшій частині учасників дослідження доцільної еволюційної якості – гіперкомпенсаторності особистісного розвитку.

На підставі результатів можна дійти висновку, що порушення особистісного розвитку українців та розлади адаптації включно з посттравматичними стресовими розладами тим легше долати в посттравматичний період, чим коротша експозиція травми війни та швидше травматичний досвід загрози життю ідентифіковано спеціалістами-психологами.

Необхідні подальші дослідження, щоб розширити розуміння впливу чинників повномасштабної війни на травматизацію особистості та загрози особистісному розвитку українців.

Внесок авторів: Іван Данилюк – концептуалізація, методологія дослідження; Олена Богучарова – збір емпіричних даних та їх валідація, організація та проведення емпіричного дослідження, аналіз джерел, підготування огляду літератури.

Список використаних джерел

- Агаєв, Н. А., Кокур, О. М., Пішко, І. О., Лозінська, Н. С., Остапчук, В. В., & Ткаченко, В. В. (2016). *Збірник методик для діагностики негативних психічних станів військовослужбовців*. НДЦ ГП ЗСУ. https://www.researchgate.net/publication/336237860_UKRAINIAN_ADAPTATION_OF_THE_SHORT_FIVE_FACTOR_PERSONALITY_QUESTIONNAIRE_TPI_TPI-UKR
- Байер, О. О. (2010). *Життєві кризи особистості*. Дніпропетровськ.
- Блінов, О. А. (2018). Опитувальник скринінгу посттравматичного стресового розладу (ОС ПТСР). *Психологічний часопис*, 11(1), 26–37.

- Волков, Д. С., & Баратинська, А. В. (2020). *Психологія діяльності в особливих умовах*. Дніпро.
- Журавльова, Н. Ю., & Гурлева, Т. С. (2023). Додаткові прояви ПТСР як мішені впливу у контексті психологічної допомоги постраждалому від війни. *Вчені записки Таврійського національного університету імені В. І. Вернадського. Психологія*, 34(73), 190–196. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/31>
- Корольов, Д. К. (2019). *Психологічна оцінка персоналу*. Вид-во ЖДУ ім. І. Франка.
- Лінський, І. В., Кузьмін, В. Н., Позднякова, Н. В., Онищук, С. В., Шестопалова, Л. Ф., & Гриневич, С. Г. (2014). Розлади адаптації серед цивільного населення, що пережило бойові дії, через місяць після їхнього припинення. *Український вісник психоневрології*, 22(3(80)), 5–12. <https://uvnvn.com.ua/upload/iblock/679/679e804bad1f3b31f32169ed5263f7b4.pdf>
- Ліпатов, І. І., & Пасічник В. І. (2013). Вплив акцентуацій особистості військовослужбовців внутрішніх військ на їх адаптацію до особливих умов службово-бойової діяльності. *Честь і закон*, 1(44), 94–98. <https://doi.org/10.33405/2078-7480/2013/1/44/144350>
- Максименко, С. Д. (2004). Метод дослідження особистості. *Практична психологія та соціальна робота*, 7, 1–8.
- Носенко, Е. Л., & Грисенко, Н. В. (2019). Новий підхід до дослідження "цінностей у дії": переваги, досвід, застосування для вивчення чинників емоційного вигорання педагога. *Проблеми сучасної психології*, (10), 490–500. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2010-10.%p>
- Carr, R. B. (2011). Combat and human existence: Toward an intersubjective approach to combat-related PTSD. *Psychoanalytic Psychology*, 28(4), 471–496. <http://dx.doi.org/10.1037/a0024174>
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1994). Set like plaster? Evidence for the stability of adult personality. In T. F. Heatherton, & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 21–40). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10143-002>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith H. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276–302. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Eysenck, H. J. *Dimensions of Personality*. Methuen, 1947.
- Goldberg, L. R. (1971). A historical survey of personality scales and inventory. In P. McReynolds (Ed.), *Advances in psychological assessment*. Palo Alto: Science and Behavior Books.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
- Howard, P. J., Medina, Ph. L., & Howard, J. M. (1996). The Big Five Locator: A Quick Assessment Tool for Consultants and Trainers. *The 1996 Annual: Training* (p. 107–122). Pfeiffer & Company. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED384754.pdf>
- Korolov, D. K. (2019). *Psychological assessment of personnel*. Publ. of the Zhytomyr State University I. Franko [in Ukrainian].
- Linley P. A. (2003). Positive adaptation to trauma: wisdom as both process and outcome. *Journal Trauma Stress*, 16(6), 601–610. <https://doi.org/10.1023/B:JOTS.0000004086.64509.09>
- Linskey, I. V., Kuzminov, V. N., Pozdnyakova, N. V., Onyshchuk, S. V., Shestopalova, L. F., & Grinevich, Y. G. (2014). Adaptation disorders among the civil population, who have endured by battle actions, in a month after their termination. *Ukrains'kyi visnyk psykhonevrolohi*, 22(3(80)), 5–12. <https://uvnvn.com.ua/upload/iblock/679/679e804bad1f3b31f32169ed5263f7b4.pdf> [in Ukrainian].
- Lipatov, I. I., & Pasichnyk, V. I. (2013). The influence of accentuations of the personality of servicemen of the internal forces on their adaptation to the special conditions of service and combat activity. *Honor and Law*, 1(44), 94–98. <https://doi.org/10.33405/20787480/2013/1/44/144350> [in Ukrainian]
- Maksymenko, S. D. (2004). The method of personality research. *Practical Psychology and Social Work*, 7, 1–8 [in Ukrainian].
- Marmar, C. R., Schlenger, W., Henn-Haase, C., Qian, M., Purchia, E., Li, M., Corry, N., Williams, C. S., Ho, C.-L., Horesh, D., Karstoft, K.-I., Shalev, A., & Kulka, R. A. (2015). Course of posttraumatic stress disorder 40 years after the Vietnam war: Findings from the national vietnam veteran's longitudinal study. *JAMA Psychiatry*, 72(9), 875–881. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2015.0803>
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hřebíčková, M., Avia, M. D., ..., & Smith, P. B. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and life span development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(1), 173–186. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.1.173>
- McNally, R. J. (2015). Posttraumatic stress disorder and dissociative disorders. In P. H. Blaney, R. F. Krueger, & T. Millon (Eds.), *Oxford textbook of psychopathology* (pp. 191–204). Oxford University Press.
- Munjiza, J., Britvic, D., & Crawford M. J. (2019). Lasting personality pathology following exposure to severe trauma in adulthood: retrospective cohort study. *BMC Psychiatry*, 19(1), 27–36. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1975-5>
- Pitman, R. K., Shalev, A. Y., & Scott P. Orr. (2000). Posttraumatic stress disorder: emotion, conditioning and memory. In M. Gazzaniga (Eds.) *Cognitive neurosciences*, 1133–1147.
- Sannikova, O., & Kuznetsova, O. (2018). Adaptivity as the integral phenomenon: empirical verification. *Science and Education*, 3, 27–35. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2018-3-4>
- Seligman, M. E. P., Park, N., & Peterson, C. (2004). The Values In Action (VIA) classification of character strengths. *Ricerche di Psicologia*, 27(1), 63–78.
- References**
- Agae, N. A., Kokun, O. M., Pishko, I. O., Lozinska, N. S., Ostapchuk, V. V., & Tkachenko V. V. (2016). *Collection of methods for diagnosing negative mental states of military personnel*. NDC of the State Department of the ZSU. <https://sprotvyg7.com.ua/wp-content/uploads/2022/05/3BIPNIK-METODIK-DIA-GNOSTYKI-NEGATYVNIH-PSYKHICHNIH-STANIV-VIYSKOVOSLUZHBIVCIB.pdf> [in Ukrainian]
- Bayer, O. O. (2010). *Personality life crises*. Dnipropetrovsk [in Ukrainian]
- Blinov, O. A. (2018). Post-traumatic stress disorder (PTSD) screening index-inventory. *Psychological Journal*, 11(1), 26–37 [in Ukrainian].
- Carr, R. B. (2011). Combat and human existence: Toward an intersubjective approach to combat-related PTSD. *Psychoanalytic Psychology*, 28(4), 471–496. <http://dx.doi.org/10.1037/a0024174>
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1994). Set like plaster? Evidence for the stability of adult personality. In T. F. Heatherton, & J. L. Weinberger (Eds.), *Can personality change?* (pp. 21–40). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10143-002>
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E., & Smith H. E. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125, 276–302. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.125.2.276>
- Eysenck, H. J. *Dimensions of Personality*. Methuen, 1947.
- Goldberg, L. R. (1971). A historical survey of personality scales and inventory. In P. McReynolds (Ed.), *Advances in psychological assessment*. Palo Alto: Science and Behavior Books.
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of resources: A new attempt at conceptualizing stress. *American Psychologist*, 44(3), 513–524. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.3.513>
- Howard, P. J., Medina, Phyllis L., & Howard, Jane M. (1996). The Big Five Locator: A Quick Assessment Tool for Consultants and Trainers. *The 1996 Annual: Training* (p. 107–122). Pfeiffer & Company. <https://files.eric.ed.gov/fulltext/ED384754.pdf>
- Linley P. A. (2003). Positive adaptation to trauma: wisdom as both process and outcome. *Journal Trauma Stress*, 16(6), 601–610. <https://doi.org/10.1023/B:JOTS.0000004086.64509.09>
- Marmar, C. R., Schlenger, W., Henn-Haase, C., Qian, M., Purchia, E., Li, M., Corry, N., Williams, C. S., Ho, C.-L., Horesh, D., Karstoft, K.-I., Shalev, A., & Kulka, R. A. (2015). Course of posttraumatic stress disorder 40 years after the Vietnam war: Findings from the national vietnam veteran's longitudinal study. *JAMA Psychiatry*, 72(9), 875–881. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2015.0803>
- McCrae, R. R., Costa, P. T., Jr., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hřebíčková, M., Avia, M. D., ..., & Smith, P. B. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and life span development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(1), 173–186. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.1.173>
- McNally, R. J. (2015). Posttraumatic stress disorder and dissociative disorders. In P. H. Blaney, R. F. Krueger, & T. Millon (Eds.), *Oxford textbook of psychopathology* (pp. 191–204). Oxford University Press.
- Munjiza, J., Britvic, D., & Crawford M. J. (2019). Lasting personality pathology following exposure to severe trauma in adulthood: retrospective cohort study. *BMC Psychiatry*, 19(1), 27–36. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1975-5>
- Nosenko, E. L., & Hrysenko N. V. (2010) A new approach to the study of "values in action": advantages, experience, application for studying the factors of emotional burnout of a teacher. *Problems of modern psychology*, (10), 490–500. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2010-10.%p> [in Ukrainian]
- Pitman, R. K., Shalev, A. Y., & Scott P. Orr. (2000). Posttraumatic stress disorder: emotion, conditioning and memory. In M. Gazzaniga (Eds.) *Cognitive neurosciences*, 1133–1147.
- Sannikova, O., & Kuznetsova, O. (2018). Adaptivity as the integral phenomenon: empirical verification. *Science and Education*, 3, 27–35. <https://doi.org/10.24195/2414-4665-2018-3-4>
- Seligman, M. E. P., Park, N., & Peterson, C. (2004). The Values In Action (VIA) classification of character strengths. *Ricerche di Psicologia*, 27(1), 63–78.
- Volkov, D. S., & Baratynska, A. V. (2020). *Psychology of activity in special conditions*. Dnipro [in Ukrainian].
- Zhuravlyova, N. Yu., & Gurleva, T. S. (2023) Additional Manifestations of PTSD as Targets of Influence in the Context of War Victim Psychological Care. *Scientific journal Taurida V. I. Vernadskyi National University. Series: Psychology*, 34(73), 190–196. <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2023.1/31> [in Ukrainian].

Отримано редакцією журналу / Received: 19.09.23
Прорецензовано / Revised: 27.10.23
Схвалено до друку / Accepted: 01.11.23

Ivan DANYLIUK, DSc (Psychol.), Prof.
ORCID ID : 0000-0002-6522-5994
e-mail: danyliuk@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Olena BOHUCHAROVA, DSc (Psychol.), Prof.
ORCID ID: 0000-0001-5617-9175
e-mail: bogucharova@duvs.onmicrosoft.com
Donetsk State University of Internal Affairs, Kropyvnytskyi, Ukraine

THE EFFECT OF LIFE-THREATENING TRAUMATIC EXPERIENCES ON THE PERSONALITY DEVELOPMENT OF UKRAINIANS

Background. Theoretical and empirical data confirm that war-trauma' situations associated with parameters of post-traumatic stress disorder (PTSD) and adjustment disorders (AD) negatively affect personality development

The purpose of the study is to present evidence of the psychological mechanisms of the effect of war-trauma on the personality development of Ukrainians during the war.

Methods. Mississippi scale, Keane et al.; Inventory – Schmieschek, Adaptability, Agaev et al., Values-in-action, Seligman et al.; Big Five Locator, Howard et al.

Results. As to the MS, the sample was divided into two polar groups of Ukrainians. One – 128 (56,9 %) participants after the war-trauma' exposure, remain adjusted, which indicates the evolutionary resourcefulness of their personality development. Another – 97 (43.1 %) has signs of unadjusted – AD and PTSD – due to a life-threatening traumatic experience (36,9 % vs. 6,2 %).

The Adaptability-data confirmed statistically significant differences (by t-test) between these polar groups, especially in such components as neuropsychological stability and moral normativity ($t = 7,945$, & $t = 8,743$, $p = 0,000$).

Significantly more often in the pre-traumatic period, there are differences in character accentuations as potential RA / PTSD risk factors in the two groups (t-test): anxious, excitable, emotional, dysthymic, cyclothymic, stuckic. In the post-trauma, there are other differences in the tendencies to increase accentuations in: dysthymic, stuckic, anxious, excitable, demonstrative, pedantic types.

Correlation analysis confirmed that the "top-five" personality traits (Big Five) are reliable predictors for positive sociocultural personality development in well-adjusted individuals. In the polar group, v. v the "bottom-five" traits – neuroticism, social maladjustment, high emotionality, depression, deviations in behavior are predictors of traumatic personality development. It was established: the higher the level of adjustment disorders, the lower the level of manifestation of such positive values as "wisdom", "courage", "justice", but there is a positive relationship between PTSD / AD indicators and the values "mildness" and "transcendence" (by F-Fisher, all $p = 0,000$ level).

Conclusions. The PTSD, personality-related problems of Ukrainians in the post-trauma period are easier to overcome, the shorter the exposure to the severe war-trauma and the sooner the life-threatening traumatic experience is identified by psychologists.

Keywords: accentuations, adaptation, dispositional traits, life-threatening traumatic experiences, positive values, PTSD, Russian-Ukrainian war.

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

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

Іван ДАНИЛЮК¹, д-р психол. наук, проф.
ORCID ID: 0000-0002-6522-5994
e-mail: danyliuk6@gmail.com

Сергій ЛИТВИН¹, д-р філософії
ORCID ID: 0000-0002-2859-1530
e-mail: sergiylytvyn@gmail.com

Каріне МАЛИШЕВА¹, канд. психол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0003-3903-5799
e-mail: karinemalysheva@gmail.com

Антон КУРАПОВ¹, канд. психол. наук,
ORCID ID: 0000-0002-1286-9788
e-mail: ankurapov@knu.ua

Ілля ЯГІЯЄВ¹, канд. психол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0003-1432-6821
e-mail: askamah@gmail.com

Олександра ЛЬОШЕНКО¹, канд. психол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0002-3303-3162
e-mail: psiholog3003@gmail.com

¹Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ПСИХОМЕТРИЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ШКАЛИ ХЕМОФОБІЇ: УКРАЇНСЬКА ВИБІРКА

Вступ. Досліджено проблему хемофобії, тобто ірраціонального страху перед хімічними речовинами, яка є відносно новим явищем, що привертає все більше уваги в наукових колах. Цей страх може проявлятися у різних аспектах повсякденного життя, впливаючи на ставлення людей до харчових добавок, фармацевтичних препаратів і вакцин. Розуміння природи і масштабів хіміофобії має важливе значення для ефективного подолання цих страхів. Метою статті було адаптувати шкалу хіміофобії, розроблену англійською мовою, до української.

Методи. У дослідженні взяли участь 392 респонденти з різних регіонів України, що охоплює широкий демографічний діапазон для забезпечення репрезентативності. Рекрутинг учасників здійснювався як онлайн-, так і офлайн-методами. Психометричні властивості української версії шкали хемофобії було оцінено за допомогою комплексного статистичного аналізу. Ці аналізи включали альфа-критерій Кронбаха для вимірювання внутрішньої узгодженості, дослідницький та підтверджувальний факторні аналізи для оцінювання структури шкали, а також кореляційну матрицю зі шкалою багатовимірного локусу контролю здоров'я (MHLC) для перевірки валідності конструктиву.

Результати. Визначено, що Альфа Кронбаха для української версії шкали хемофобії склала 0,84, що свідчить про високий рівень внутрішньої узгодженості порівняно з оригінальною шкалою. Проведений факторний аналіз показав можливість використання як однофакторної, так і двофакторної структури шкали. Однак однофакторну структуру було визнано більш прийнятною щодо надійності показників та узгодженості з оригінальною моделлю. Індекси узгодженості для однофакторної моделі дорівнювали: $\chi^2 = 100$, $p < 0,001$; індекс порівняльної відповідності (CFI) = 0,919; індекс Такера – Льюїса (TLI) = 0,878; стандартизований середньоквадратичний залишок (SRMR) = 0,05; середньоквадратична помилка апроксимації (RMSEA) = 0,125. Кореляційний аналіз виявив значущий зв'язок між показниками за шкалою хіміофобії та окремими пунктами шкали MHLC, особливо тими, що стосуються "випадковості" та "внутрішніх" переконань щодо контролю здоров'я.

Висновки. Адаптована українська версія шкали хемофобії продемонструвала задовільні психометричні властивості, що свідчить про її придатність для використання на україномовних вибірках. Це, у свою чергу, може стати основою для цілеспрямованих втручань, спрямованих на подолання ірраціональних страхів, пов'язаних із хімічними речовинами, і, таким чином, покращити результати громадського здоров'я.

Ключові слова: хемофобія, страх перед хімічними речовинами, валідація, адаптація, внутрішня узгодженість.

Вступ

Наразі проблема хемофобії стає актуальною тенденцією на фоні зростання прихильності населення планети до екологічно чистого споживання, а також на тлі зростання побоювань перед вакцинами, які також сприймаються багатьма людьми як хімічно небезпечні речовини. Відповідно, розуміння підходів до вимірювання хемофобії становить суттєвий науково-практичний інтерес. Одним із інструментів, який можна розглядати як придатний для оцінювання страху людини перед хімічними речовинами, є шкала хемофобії. Шкала хемофобії (Chemophobia scale) – це методика, що складається із семи запитань, які використовують шкалу Лікерта в діапазоні від 1 до 6. Вона призначена для оцінювання ступеня вираженості хемофобії у досліджуваного. Хемофобія визначається авторами опитувальника як ірраціональний страх хімічних речовин (Saleh et al., 2020). До того ж найчастіше він стосується саме

тих хімічних субстанцій, які, на переконання респондента, є створеними штучно, і меншою мірою поширюється на хімічні речовини природного походження. Люди, які мають схильність до хемофобії, при цьому не приділяють уваги токсикологічним властивостям природних та штучних хімічних речовин. Відповідно до переконань, притаманних особам із хемофобією, "штучний" означає "токсичний" чи "небезпечний". Відтак токсичність природних хімічних речовин респонденти, що схильні до хемофобії, можуть недооцінювати, натомість токсичність штучних хімічних речовин будуть переоцінювати. Загалом брак знань із галузі токсикології посилює хемофобію, тоді як підвищення рівня обізнаності стосовно ключових токсикологічних закономірностей є одним із засобів її ослаблення (Bearth et al., 2019; Saleh et al., 2019; Saleh et al., 2020). Оскільки вакцина є субстанцією, яка належить до штучно створених хімічних речовин, особи, що схильні до хемофобії, можуть

сприймати вакцину від COVID-19 як джерело небезпеки. Хемофобія також проявляється як бажання "жити у світі, вільному від хімічних речовин" (Bearth et al., 2019).

Мета та завдання дослідження. Наразі шкала хемофобії є недостатньо вивченою, а також бракує даних стосовно можливостей її використання в україномовному середовищі. Тому метою цього дослідження є оцінка психометричних властивостей українськомовної версії шкали хемофобії.

Огляд літератури. Запропонована дослідниками Saleh et al. (2020) шкала хемофобії є адаптованою та вдосконаленою версією опитувальника; вона ґрунтується на версіях шкали хемофобії, які було використано в попередніх дослідженнях (Bearth et al., 2019; Saleh et al., 2019). У ході розроблення вдосконаленої версії методики (Saleh et al., 2020) дослідники використали пункти попередніх версій шкали хемофобії (Bearth et al., 2019; Saleh et al., 2019). Проте задля того, аби домогтися оптимальних показників валідності та надійності, забезпечити водночас точне та всебічне вимірювання досліджуваного конструкту, додали нові пункти. В одному з досліджень, які передували розробленню вдосконаленого опитувальника (Bearth et al., 2019), була використана версія шкали хемофобії, яка містила 5 пунктів. На вибірці 5631 осіб вона продемонструвала показник $\alpha = 0,86$. Варто зазначити, що вибірка в дослідженні (Bearth et al., 2019) була мультикультурною та містила респондентів із таких країн: Швейцарія ($N = 698$), Австрія ($N = 731$), Франція ($N = 708$), Німеччина ($N = 711$), Італія ($N = 695$), Польща ($N = 693$), Швеція ($N = 682$) та Велика Британія ($N = 713$). Також ця версія шкали хемофобії, яка містила 5 пунктів, була використана в іншому дослідженні, яке передувало розробленню вдосконаленого опитувальника. Тоді на вибірці 546 осіб вона продемонструвала показник $\alpha = 0,88$ (Saleh et al., 2019).

Остаточна версія шкали хемофобії, яка містить 7 пунктів (Saleh et al., 2020), зберегла три запитання із попередньої версії цієї шкали в незмінному вигляді. Два запитання були трансформовані в новій версії

опитувальника. А саме: "Я вірю, що хімічні речовини є причиною більшості екологічних проблем" було сформульовано дослідниками таким чином: "У світі без хімічних речовин не було б екологічних катастроф". Своєю чергою, пункт "Я вірю, що хімічні речовини є основною причиною, через яку люди страждають від раку" зазнав змін; у новій редакції він звучить так: "Хімічна промисловість несе відповідальність за збільшення кількості людей, які страждають на рак".

Також остаточна версія шкали хемофобії була доповнена (Saleh et al., 2020): дослідники додали до неї два пункти, яких не було в попередній версії. Це твердження "Я боюся хімічних речовин, назви яких не можу вимовити", а також "Я хотів/ла би, щоб усі хімічні речовини були безпечними". Дослідники розглядали як ще один пункт, який міг би бути включений до шкали, твердження "Можна очистити організм за допомогою детокс-процедури (детокс-лікування)". Проте цей пункт-кандидат продемонстрував (Saleh et al., 2020) низьку кореляцію із загальною шкалою (на рівні 0,3; інші пункти шкали, для порівняння, мають цей показник у діапазоні від 0,41 до 0,65), відтак автори опитувальника вирішили не включати його до складу остаточної шкали хемофобії (оскільки він, імовірно, вимірює інший конструкт).

Ґрунтуючись на результатах факторного аналізу за методом головних компонент (відповідно до критерію Кайзера та аналізу діаграми "scree plot"), дослідники (Saleh et al., 2020) стверджують, що шкала хемофобії має однофакторну структуру.

Методи

Шкала хемофобії. Шкала хемофобії є інструментом оцінювання, який вимірює страх людини перед штучно синтезованими хімічними речовинами. Під час розроблення українськомовної версії шкали хемофобії ми використовували остаточну версію шкали хемофобії, яка містить 7 пунктів (Saleh et al., 2020). Її основу становлять перевірнені шкали, запропоновані раніше (Bearth et al., 2019; Saleh et al., 2019). Адаптація та зміна пунктів шкали хемофобії у різних її версіях наведена в табл. 1 (Bearth et al., 2019; Saleh et al., 2019; Saleh et al., 2020)

Таблиця 1

Порівняльний аналіз різних версій шкали хемофобії

Chemophobia scale $\alpha = .86$; $n = 5631$ (Bearth et al., 2019) $\alpha = .88$; $n = 546$ (Saleh et al., 2019)	Переклад українською	Потрапили до остаточної версії шкали (Saleh et al., 2020), яка була використана для української адаптації
<i>Chemical substances scare me.</i>	<i>Мене лякають хімічні речовини</i>	Так
<i>I do everything I can to avoid contact with chemical substances in my daily life</i>	<i>Я роблю усе можливе, щоб уникати контакту з хімічними речовинами в повсякденному житті</i>	Так
<i>I would like to live in a world where chemical substances don't exist</i>	<i>Я хотів/ла би жити у світі, де не існує хімічних речовин</i>	Так
<i>I believe that chemical substances are the main reason why people suffer from cancer</i>	<i>Я вірю, що хімічні речовини є основною причиною, через яку люди страждають від раку</i>	У модифікованому вигляді, проте зі збереженням змісту твердження
<i>I believe that chemical substances are the reason for most environmental problems</i>	<i>Я вірю, що хімічні речовини є причиною більшості екологічних проблем</i>	У модифікованому вигляді, проте зі збереженням змісту твердження

Автори (Saleh et al., 2020) модифікували цю шкалу та додали до неї два додаткові пункти, які посилюють її надійність та внутрішню узгодженість. Таким чином, до остаточної версії українськомовної шкали ввійшли 7 пунктів, які є твердженнями, що оцінюються досліджуваними за 6-бальною шкалою Лікерта, де "1" означає "категорично не згоден", а "6" – "повністю згоден". Повну версію шкали наведено в розділі "Результати".

Багатомірна шкала локусу контролю здоров'я (MHLC). Другим інструментом, який ми використовували в цьому дослідженні для оцінювання конвергентної та дивергентної валідності, є Багатомірна шкала локусу контролю здоров'я (MHLC). Шкала складається із 18 пунктів, які містять твердження, що пов'язані з переконаннями стосовно контролю у сфері здоров'я. 18 пунктів шкали MHLC розділені на 3 компоненти, а саме:

"внутрішній", "випадок", "впливові інші". Кожне твердження учасники мають оцінити за 6-бальною шкалою Ліккерта, у якій "1" є "категорично не згоден", а "6" – "повністю згоден".

Статистичний аналіз та його елементи в цьому дослідженні було здійснено за допомогою R версії 4.2.2 (R Core Team, 2019). Ми вважали значущими ефекти, якщо довірчі інтервали дорівнювали 95 %. Для обчислення мінімально допустимої кількості учасників нами було проведено симуляцію конфірматорного факторного аналізу на базі R-пакета *lavaan*. За попередніми оцінками, нормальним для збору даних слід вважати кількість респондентів не менше ніж 300 осіб. Аналіз надійності та внутрішньої узгодженості проводився за допомогою оцінювання альфи Кронбаха. Факторну структуру компонентів шкали Хемофобії ми проводили на основі експлораторного та конфірматорного факторного аналізу. Конвергентна і дивергентна валідність у статистичних тестах аналізувалася на основі кореляційної матриці та показників кореляції Пірсона. Відповідність моделі ми оцінювали на підставі показників BIC (Байєсівський інформаційний критерій), AIC (інформаційний критерій Акаїке) та SABIC (Байєсівський

інформаційний критерій, скоригований за обсягом вибірки). Візуалізацію отриманих результатів ми виконували за допомогою пакета *semPlot*.

Збирання даних та характеристика вибірки. У нашому дослідженні брали участь респонденти з України, зокрема й ті, хто покинув її територію через російське воєнне вторгнення. Дослідження проводилось на платформі *1ka.si*. Набір учасників здійснювався за допомогою соціальних мереж, таких як Telegram та Facebook, шляхом розміщення у них публічних оголошень про дослідження. Загальна кількість респондентів, які погодилися взяти участь у дослідженні, становила 685 осіб. Проте повністю відповіли на всі запитання лише 392 респонденти (із них 320 жінок та 72 чоловіки; вік досліджуваних становив від 18 до 89 років). Відсутність знання української мови та вік менше ніж 18 років вважалися критеріями виключення. Усі учасники перед участю в опитуванні заповнили форму інформованої згоди.

Результати

Внутрішня узгодженість. У табл. 2 наведено адаптовану українськомовну версію опитувальника хемофобії та англomовні пункти оригінальної версії (із зазначенням коефіцієнтів альфа Кронбаха для обох версій).

Таблиця 2

Шкала хемофобії (Saleh et al., 2020): оригінальні пункти та українськомовний переклад	Шкала хемофобії (α = .84; N = 392) українська адаптації
Chemophobia scale (α = .83; N = 448) (Saleh et al., 2020)	
<i>I do everything I can to avoid in my daily life contact with chemical substances</i>	<i>Я роблю усе можливе, щоб уникати контакту з хімічними речовинами в повсякденному житті</i>
<i>I would like to live in a world where chemical substances don't exist</i>	<i>Я хотів/ла би жити у світі, де не існує хімічних речовин</i>
<i>Chemical substances scare me</i>	<i>Мене лякають хімічні речовини</i>
<i>I am scared of chemical substances I cannot pronounce.</i>	<i>Я боюся хімічних речовин, назви яких не можу вимовити</i>
<i>In a world without chemical substances, there would be no environmental disasters</i>	<i>У світі без хімічних речовин не було б екологічних катастроф</i>
<i>The chemical industry is responsible for more people suffering from cancer</i>	<i>Хімічна промисловість несе відповідальність за збільшення кількості людей, які страждають на рак</i>
<i>I would like all chemical substances to be risk-free</i>	<i>Я хотів/ла би, щоб усі хімічні речовини були безпечними</i>

У нашому дослідженні українськомовна адаптація шкали хемофобії на вибірці N = 392 особи отримала показник надійності (альфа Кронбаха): α = 0,84 (у дослідженні авторів опитувальника, цей показник для англomовної версії становить α = 0,83 (Saleh et al., 2020) на вибірці N = 448). З огляду на високий показник альфа Кронбаха для української версії шкали хемофобії, її можна вважати надійною. Інтеркореляції між пунктами шкали хемофобії показують, що деякі пункти цього опитувальника мають доволі сильний взаємозв'язок (у діапазоні від 0,7 до 0,74, тоді як інші мають такий у діапазоні від 0,24 до 0,55) – матриця взаємних кореляцій між пунктами наведена на рис. 1.

Отже, найсильнішу інтеркореляцію (0,74) можна спостерігати між пунктами "Мене лякають хімічні речовини" (chemo c) та "Я боюся хімічних речовин, назви яких не можу вимовити" (chemo d). Між пунктами "Я хотів/ла би жити у світі, де не існує хімічних речовин" (chemo b) та "Мене лякають хімічні речовини" (chemo c) інтеркореляція також є високою: 0,7.

Якщо брати до уваги інтеркореляції, які є близькими до рівня ~ 0,5, помітні такі тенденції: пункт "Я хотів/ла би жити у світі, де не існує хімічних речовин" (chemo b) доволі тісно (інтеркореляція становить 0,55) пов'язаний із пунктом "Я боюся хімічних речовин, назви яких не можу вимовити" (chemo d), також із пунктом "У світі без хімічних речовин не було б екологічних катастроф" (chemo e) – інтеркореляція становить 0,53. Також помітно, що згаданий щойно пункт ("У світі без хімічних

речовин не було б екологічних катастроф" (chemo e)) має тотожний рівень інтеркореляції також із ще двома пунктами шкали, а саме: "Мене лякають хімічні речовини" (chemo c) та "Я боюся хімічних речовин, назви яких не можу вимовити" (chemo d).

Отже, вищенаведені пункти ("Я хотів/ла би жити у світі, де не існує хімічних речовин" (chemo b); "Мене лякають хімічні речовини" (chemo c); "Я боюся хімічних речовин, назви яких не можу вимовити" (chemo d) та "У світі без хімічних речовин не було б екологічних катастроф" (chemo e), які мають високий (~ 0,7) та середній (~ 0,5) рівні інтеркореляції, імовірно, утворюють семантичне ядро сприймання досліджуваними такого конструкту, як хемофобія.

Також слід зазначити, що один пункт шкали хемофобії має відносно нижчий рівень інтеркореляції з іншими пунктами. Ідеться про пункт "Я хотів/ла би, щоб усі хімічні речовини були безпечними" (chemo g) – інтеркореляції з іншими пунктами, як зазначено в матриці взаємних кореляції на рис. 1, коливається у межах від 0,24 до 0,38. Вочевидь, цей пункт містить твердження, яке вважається досліджуваними з хемофобією малоімовірним чи неприпустимим. Гіпотетично досліджувані, які мають схильність до хемофобії, воліють не погоджуватися із тезою про те, що всі хімічні речовини можуть бути безпечними. Прикметно також і те, що аналізований пункт ("Я хотів/ла би, щоб усі хімічні речовини були безпечними" (chemo g)) має найслабші інтеркореляції (у межах від 0,24 до 0,27) саме з тими пунктами шкали

хемофобії, які ми вище розглядали як семантичне ядро цього конструкту. Це пункти "Мене лякають хімічні

речовини" (chemo c) та "Я боюся хімічних речовин, назви яких не можу вимовити" (chemo d).

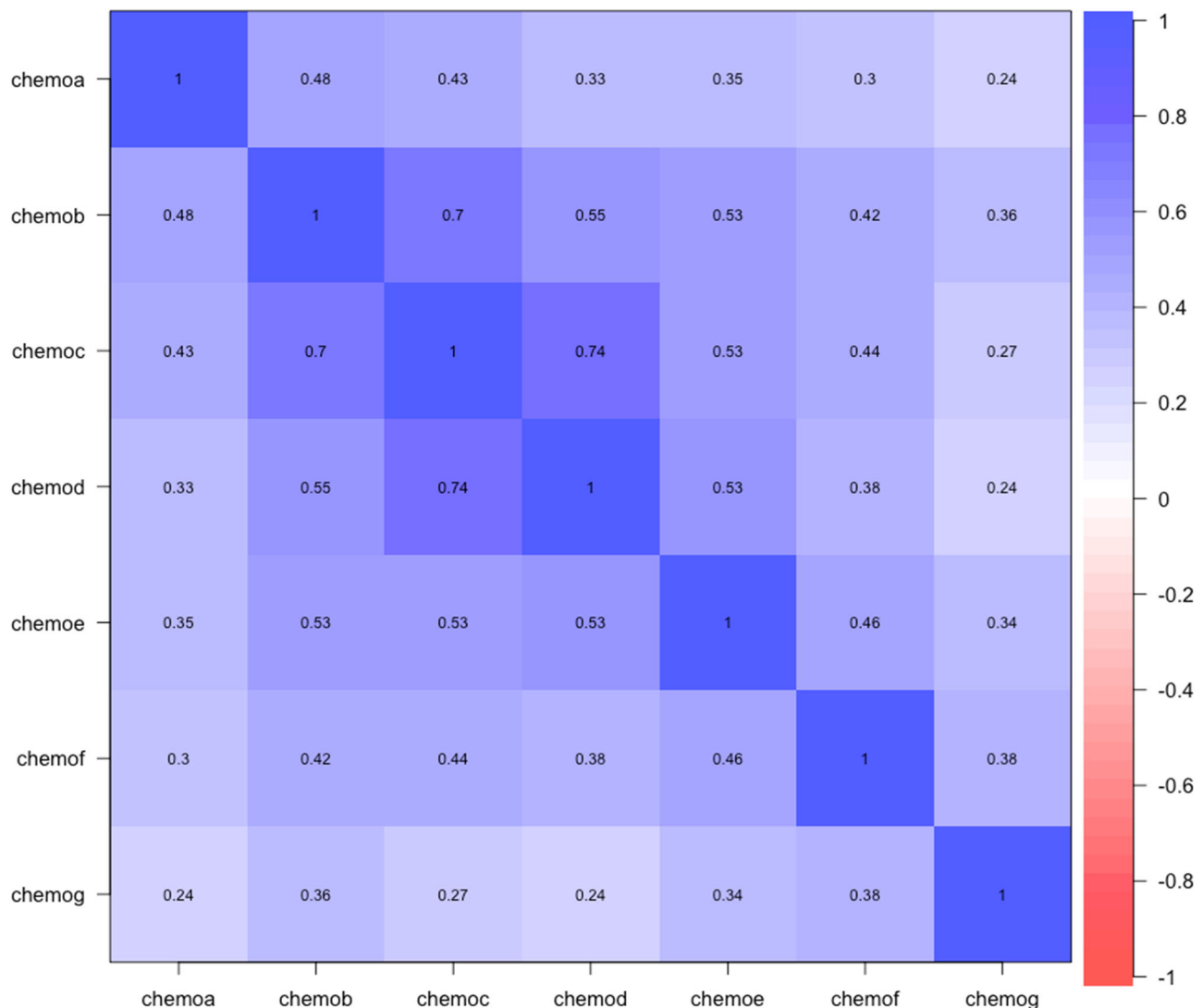


Рис. 1. Інтеркореляції між пунктами шкали хемофобії (українська версія)

Як наслідок, виникає припущення, що хемофобія є страхом перед хімічними речовинами, який передбачає прагнення досліджуваних уникати контакту з ними чи бажання елімінувати ці хімічні речовини із власного життєвого простору. Прагнення до вдосконалення та забезпечення хімічних речовин також може спостерігатися у разі хемофобії, але загалом є менш типовою спонукою, ніж бажання уникнути контакту із хімічними речовинами.

Дотичним підтвердженням нашого припущення про те, що хемофобія передбачає, швидше, прагнення уникати хімічних речовин (які спочатку сприймаються досліджуваними як джерело небезпеки), ніж покращувати чи забезпечувати їх (або ж прагнути контакту лише із безпечними) є аналізований вище досвід розробників шкали хемофобії, а саме: виключення із структури шкали пункту-кандидата "Можна очистити організм за допомогою детокс-процедури (детокс-лікування)", який продемонстрував за даними дослідників (Saleh et al., 2020) низький рівень кореляції із загальною шкалою (на рівні 0,3).

Факторна структура. Для виявлення факторної структури опитувальника хемофобії ми виконали аналіз

головних компонентів. Спочатку ми припускали наявність однофакторної структури шкали, як це було зазначено в її оригінальній версії (Saleh et al., 2020). Аналіз головних компонентів показав придатність усіх пунктів шкали для їх використання, що підтримується високими рівнями міри адекватності для кожного елемента (КМО = 0,775–0,915). Тест Бартлетта на сферичність показав задовільний результат ($\chi^2(21) = 1073$, $p < 0,001$), що також доводить придатність даних. При цьому аналіз головних компонентів указав на однофакторну структуру шкали. Один компонент пояснював 51,9 % дисперсії, що є значущим результатом. Перевірка компонентів за допомогою конфірмаційного факторного аналізу показала достатню прийнятність однофакторної структури шкали хемофобії. Зокрема, ми отримали такі показники: $\chi^2 = 100$, $p < 0,001$; CFI = 0,919; TLI = 0,878, SRMR = 0,05, RMSEA = 0,125; AIC = 9257, BIC = 9341. Таким чином, факторні навантаження для однофакторної структури були більшими за очікувану норму, але інші показники ввійшли до нормативного діапазону. Важливо, що за допомогою конфірмаційного аналізу ми перевірили також прийнятність двофакторної моделі та отримали

несподівані результати. Зокрема, для двофакторної моделі показники були такими: $\chi^2 = 65,2$, $p < 0,001$; CFI = 0,951; TLI = 0,921, SRMR = 0,038, RMSEA = 0 1. Порівняння результатів за однофакторною та двофакторною моделями наведена в табл. 3.

Як наслідок, наявні результати вказують на можливість застосування двофакторної структури шкали хемофобії. Однак, якщо порівнювати показники, орієнтуючись на експлораторний факторний аналіз (методом головних компонентів), то більш прийнятною залишається однофакторна структура, зокрема враховуючи її придатність

для інтерпретації. Діаграма шляхів для однофакторної моделі представлена на рис. 2.

Конвергентна та дискримінантна валідність.

Конвергентну та дискримінантну валідність ми перевіряли за допомогою кореляційного аналізу показників шкали хемофобії та Багатомірної шкали локусу контролю здоров'я (MHLC). Ми з'ясували, що шкала хемофобії позитивно корелює з компонентом "випадок" ($r = 0,341$, $p < 0,001$) та компонентом "внутрішній" ($r = 0,251$, $p < 0,001$). Результати кореляційного аналізу наведені в табл. 4.

Таблиця 3

Порівняльні показники конфірмаційного аналізу для однофакторної та двофакторної структури шкали хемофобії

Модель	χ^2	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
Однофакторна	100	0,919	0,878	0,05	0,125
Двофакторна	65,2	0,951	0,921	0,038	0,1

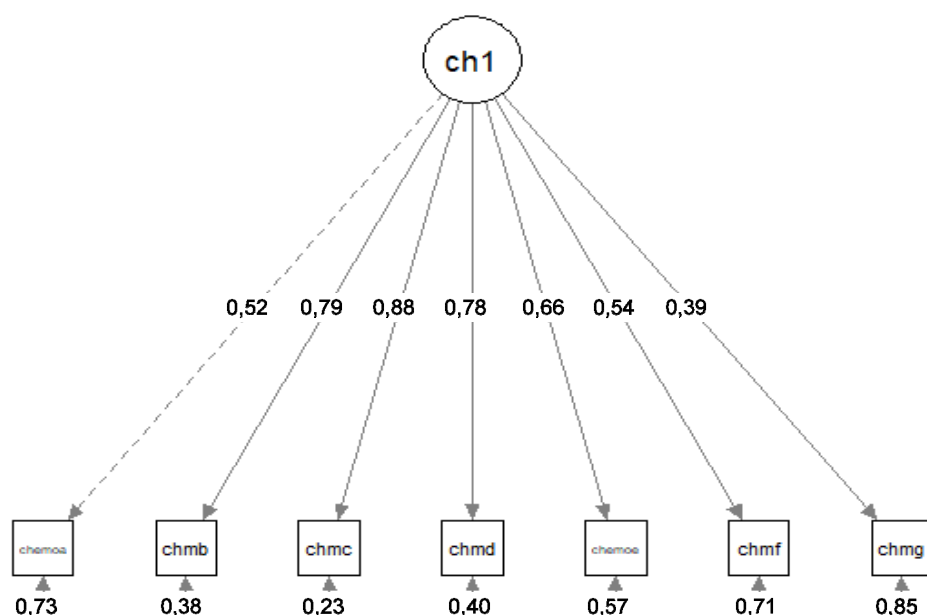


Рис. 2. Діаграма шляхів (Path Diagram) однофакторної моделі шкали хемофобії

Таблиця 4

Кореляційна матриця за показниками методик "Шкала хемофобії" та "Багатомірна шкала локусу контролю здоров'я"

	Коефіцієнти	Впливові інші	Випадок	Внутрішній
Хемофобія	r	0.090	0.341	0.251
	p	0.076	< .001	< .001

Дискусія і висновки

Отримані результати дозволяють зробити висновок про те, що українську адаптацію шкали хемофобії можна вважати ефективною для виявлення рівня страху населення перед хімічними речовинами, і опосередковано – для визначення страху населення перед вакцинами. Усі компоненти шкали продемонстрували високу внутрішню узгодженість та надійність, що узгоджується із результатами дослідження Saleh et al. (2020). Тобто всі 7 пунктів цієї методики дають змогу оцінити ступінь схильності досліджуваних до хемофобії (чи його відсутність). Хоча однофакторне рішення було прийняте як основне, результати експлораторного факторного аналізу були неоднозначними. Зокрема, у супереч результатам попередніх досліджень, які вказували на однофакторність моделі, експлораторний факторний аналіз показав можливість застосування також двофакторної моделі. Вірогідне пояснення того, чому в шкалі хемофобії може бути застосоване двофакторне рішення, фокусується на

гіпотетичній гетерогенності конструкту хемофобія. Якщо поглянути на наповнення пунктів (наведено в додатках, рисунок A1), які потрапляють до першого фактора (chemo-a, chemo-b, chemo-c і chemo-d), то це пункти, які стосуються фобічного уникнення будь яких хімічних речовин, особливо таких, які мають незрозумілу чи важку для вимови назву. Проте в усіх пунктах першого фактора досліджуваного запитують саме про власний досвід (його емоції, мотивацію та поведінку). У другому факторі (chemo-e, chemo-f і chemo-g) фокус уваги інший – хоч це також, звісно, питання, які стосуються хемофобії, проте в них фокус уваги – не на емоціях та поведінці самого досліджуваного, а на його уявленнях та переконаннях про природу хімічних речовин (тут ми спостерігаємо, імовірно, когнітивний рівень оцінки безпечності хімічних субстанцій, а також питомих, на думку досліджуваного, властивостей хімічних речовин). Ми припускаємо, що саме в цьому криється корінь двофакторного рішення, яке є можливим для шкали хемофобії: вочевидь,

досліджувані, які ввійшли до нашої вибірки, не обов'язково оцінюють компонент поведінкового уникнення хімічних речовин (перший фактор) гомогенно з компонентом переконань про самі хімічні речовини (другий фактор). Припускаємо також, що в осіб, у яких домінує перший фактор, вияви хемофобії можуть бути більш категоричними, адже вони не переймаються природою хімічних речовин, а лише їх уникають та прагнуть елімінувати, тоді як другий фактор припускає мінімальну пластичність – у ньому міститься пункт про те, що досліджуваний "хотів би, аби всі хімічні речовини були безпечними" (а це припускає ідею про те, що їх тоді може й не довелося б уникати). Утім, однофакторне рішення для української версії шкали хемофобії таки слід вважати основним.

Оцінювання конвергентної та дискримінантної валідності, яке ми провели за допомогою кореляційного аналізу показників за методиками Шкала хемофобії та Багатомірна шкала локусу контролю здоров'я (MHLC), показує наявність зв'язку між страхом індивіда перед хімічними речовинами й орієнтацією на випадкові фактори, що впливають на його здоров'я; також спостерігається взаємозв'язок між схильністю брати на себе відповідальність за власне здоров'я (внутрішній локус контролю) та хемофобією. Ці взаємозв'язки видаються логічними, адже респонденти, у яких високий рівень хемофобії, імовірно, розглядають хімічні речовини як певні незалежні від їхнього контролю елементи навколишнього середовища, імовірність появи яких висока, а вплив на здоров'я є значним. Також можна припустити, що зв'язок між хемофобією і внутрішнім локусом контролю у сфері здоров'я пояснюється значною потребою контролювати власне життя (зокрема, прагненням уникали будь-яких взаємодій із хімічними речовинами, які можуть негативно вплинути на здоров'я), яка притаманна респондентам із хемофобією. Доволі несуперечливою є теза про те, що хемофобія асоційована водночас із тим, що респонденти переоцінюють вплив випадковості на їхнє здоров'я (для тривожних станів, зокрема, властивою є переоцінка ймовірності певної загрозової події) та потребу власноруч контролювати власне здоров'я (прагнення зробити все можливе для того, аби мінімізувати потенційну шкоду).

Загалом отримані результати свідчать про те, що українська версія шкали хемофобії має достатню конструктивну валідність і прийнятні психометричні характеристики. Ми вважаємо, що шкалу хемофобії можна використовувати на українськомовних вибірках для оцінювання ступеня страху респондентів перед хімічними речовинами.

Внесок авторів: Іван Данилюк, Каріне Малишева, Ілля Ягієв, Сергій Литвин – концептуалізація; Ілля Ягієв, Сергій Литвин, Каріне Малишева – методологія; Антон Курапов – програмне забезпечення; Іван Данилюк, Каріне Малишева, Сергій Литвин, Олександра Льошенко – збір емпіричних даних та їх валідація; Антон Курапов – аналіз даних; Сергій Литвин, Ілля Ягієв – аналіз джерел, підготовка огляду літератури та теоретичних засад дослідження; Сергій Литвин – написання манускрипту; Іван Данилюк, Каріне Малишева, Ілля Ягієв, Антон Курапов, Олександра Льошенко – перевірка та редакція рукопису.

Подяки, джерела фінансування. Дослідження профінансовано Національним фондом досліджень України, секція "Наука для безпеки і сталого розвитку України", номер гранту 23ДФ016-01.

Список використаних джерел

- Саркісян, В. (2021). *Хімія повсякдення. Від шампуню і прального порошку до смаженої картоплі*. Вихола.
- Bearth, A., Kwon, S., & Siegrist, M. (2021). Chemophobia and knowledge of toxicological principles in South-Korea: perceptions of trace chemicals in consumer products. *Journal of Toxicology and Environmental Health, Part A*, 84(5), 183–195.
- Bearth, A., Saleh, R., & Siegrist, M. (2019). Lay-people's knowledge about toxicology and its principles in eight European countries. *Food and chemical toxicology*, 131. <https://doi.org/10.1016/j.fct.2019.06.007>
- Kassianos, A. P., Symeou, M., & Ioannou, M. (2016). The health locus of control concept: Factorial structure, psychometric properties and form equivalence of the multidimensional health locus of Control Scales. *Health Psychology Open*, 3(2). <https://doi.org/10.1177/2055102916676211>
- Nieto-Villegas, R., Bernabéu, R., & Rabadán, A. (2023). The impact of chemophobia on wine consumer preferences explored through the case of sulphites. *Journal of Agriculture and Food Research*. <https://doi.org/10.1016/j.jafr.2023.100692>
- Rollini, R., Falciola, L., & Tortorella, S. (2022). *Chemophobia: A systematic review*. Tetrahedron. <https://doi.org/10.1016/j.tet.2022.132758>
- Saleh, R. (2020). *Chemophobia today: Determinants, consequences and implications for risk communication* [Unpublished doctoral dissertation] ETH Zurich.
- Saleh, R., Bearth, A., & Siegrist, M. (2019). "Chemophobia" today: Consumers' knowledge and perceptions of chemicals. *Risk Analysis*, 39(12), 2668–2682.
- Saleh, R., Bearth, A., & Siegrist, M. (2020). Addressing Chemophobia: Informational versus affect-based approaches. *Food and Chemical Toxicology*, 140. <https://doi.org/10.1016/j.fct.2020.111390>
- Saleh, R., Bearth, A., & Siegrist, M. (2021). How chemophobia affects public acceptance of pesticide use and biotechnology in agriculture. *Food Quality and Preference*, 91. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2021.104197>
- Siegrist, M., & Bearth, A. (2019). Chemophobia in Europe and reasons for biased risk perceptions. *Nature chemistry*, 11(12), 1071–1072.
- Wallston, K. A. (2005). The validity of the multidimensional health locus of control scales. *Journal of health psychology*, 10(5), 623–631.
- Wallston, K. A., Strudler Wallston, B., & DeVellis, R. (1978). Development of the multidimensional health locus of control (MHLC) scales. *Health education monographs*, 6(1), 160–170.

References

- Bearth, A., Kwon, S., & Siegrist, M. (2021). Chemophobia and knowledge of toxicological principles in South-Korea: perceptions of trace chemicals in consumer products. *Journal of Toxicology and Environmental Health, Part A*, 84(5), 183–195.
- Bearth, A., Saleh, R., & Siegrist, M. (2019). Lay-people's knowledge about toxicology and its principles in eight European countries. *Food and chemical toxicology*, 131. <https://doi.org/10.1016/j.fct.2019.06.007>
- Kassianos, A. P., Symeou, M., & Ioannou, M. (2016). The health locus of control concept: Factorial structure, psychometric properties and form equivalence of the multidimensional health locus of Control Scales. *Health Psychology Open*, 3(2). <https://doi.org/10.1177/2055102916676211>
- Nieto-Villegas, R., Bernabéu, R., & Rabadán, A. (2023). The impact of chemophobia on wine consumer preferences explored through the case of sulphites. *Journal of Agriculture and Food Research*. <https://doi.org/10.1016/j.jafr.2023.100692>
- Rollini, R., Falciola, L., & Tortorella, S. (2022). *Chemophobia: A systematic review*. Tetrahedron. <https://doi.org/10.1016/j.tet.2022.132758>
- Saleh, R. (2020). *Chemophobia today: Determinants, consequences and implications for risk communication* [Unpublished doctoral dissertation] ETH Zurich.
- Saleh, R., Bearth, A., & Siegrist, M. (2019). "Chemophobia" today: Consumers' knowledge and perceptions of chemicals. *Risk Analysis*, 39(12), 2668–2682.
- Saleh, R., Bearth, A., & Siegrist, M. (2020). Addressing Chemophobia: Informational versus affect-based approaches. *Food and Chemical Toxicology*, 140. <https://doi.org/10.1016/j.fct.2020.111390>
- Saleh, R., Bearth, A., & Siegrist, M. (2021). How chemophobia affects public acceptance of pesticide use and biotechnology in agriculture. *Food Quality and Preference*, 91. <https://doi.org/10.1016/j.foodqual.2021.104197>
- Sarkisyan, V. (2021). *Himiya povsyakdennya. Vid shampunyu i pralnoho poroshku do smazhenoyi kartopli. Vihola*. [in Ukrainian].
- Siegrist, M., & Bearth, A. (2019). Chemophobia in Europe and reasons for biased risk perceptions. *Nature chemistry*, 11(12), 1071–1072.
- Wallston, K. A. (2005). The validity of the multidimensional health locus of control scales. *Journal of health psychology*, 10(5), 623–631.
- Wallston, K. A., Strudler Wallston, B., & DeVellis, R. (1978). Development of the multidimensional health locus of control (MHLC) scales. *Health education monographs*, 6(1), 160–170.

Отримано редакцією журналу / Received: 06.06.23

Прорецензовано / Revised: 30.10.23

Схвалено до друку / Accepted: 21.11.23

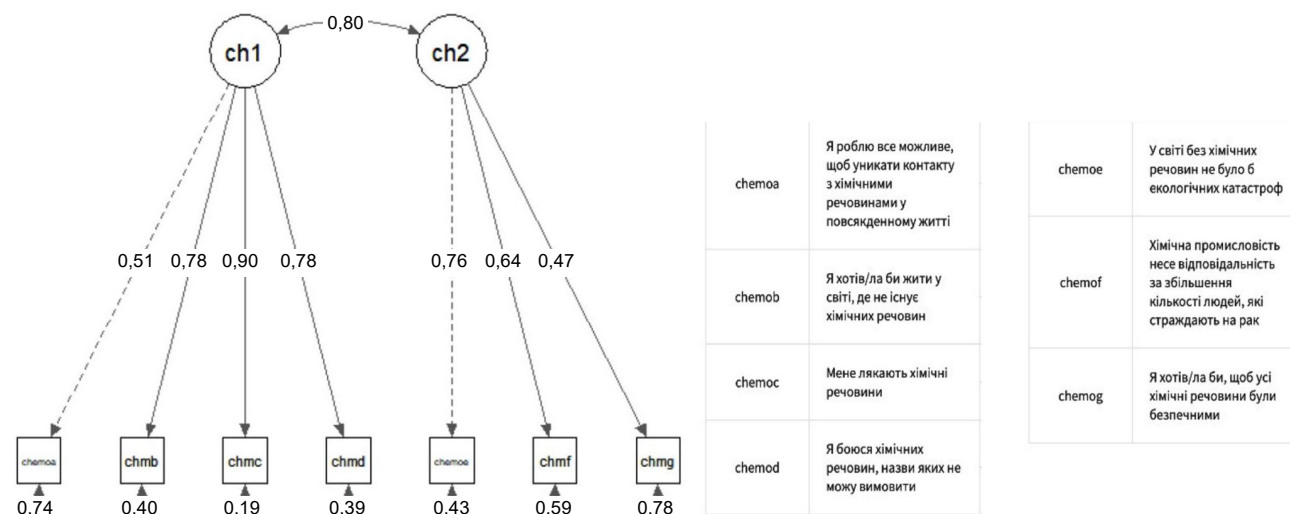


Рис. А1. Діаграма шляхів (Path Diagram) двофакторної моделі шкали хемофобії

Ivan DANYLIUK¹, DSc (Psychol.), Prof.
ORCID ID: 0000-0002-6522-5994
e-mail: danyliuk6@gmail.com

Serhiy LYTUVYN¹, PhD (Psychol.),
ORCID ID: 0000-0002-2859-1530
e-mail: sergiylytvyn@gmail.com

Karine MALYSHEVA¹, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0003-3903-5799
e-mail: karinemalysheva@gmail.com

Anton KURAPOV¹, PhD (Psychol.)
ORCID ID: 0000-0002-1286-9788
e-mail: ankurapov@knu.ua

Illia YAHIIAIEV¹, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0003-1432-6821
e-mail: askamah@gmail.com

Oleksandra LOSHENKO¹, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0002-3303-3162
e-mail: psiholog3003@gmail.com

¹Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

PSYCHOMETRIC PROPERTIES OF THE CHEMOPHOBIA SCALE: UKRAINIAN SAMPLE

Background. The problem of chemophobia, which refers to an irrational fear of chemicals, is a relatively new phenomenon that is gaining attention in scientific circles. This fear can manifest in various aspects of daily life, impacting people's attitudes towards food additives, pharmaceuticals, and vaccines. Understanding the nature and extent of chemophobia is essential for addressing these fears effectively. This study aimed to adapt the Chemophobia Scale, originally developed in English, into Ukrainian.

Methods. The study involved 392 respondents from diverse regions across Ukraine, encompassing a wide demographic range to ensure representativeness. Participants were recruited using both online and offline methods. The psychometric properties of the Ukrainian version of the Chemophobia Scale were assessed using comprehensive statistical analyses. These analyses included Cronbach's alpha to measure internal consistency, exploratory and confirmatory factor analyses to assess the scale's structure, and a correlation matrix with the Multidimensional Health Locus of Control (MHLC) scale to examine construct validity.

Results. The Cronbach's alpha for the Ukrainian version of the Chemophobia Scale was 0.84, indicating a high level of internal consistency comparable to the original scale. Exploratory factor analysis suggested the possibility of using both one-factor and two-factor structures for the scale. However, the one-factor structure was deemed more acceptable in terms of indicator reliability and consistency with the original model. The fit indices for the one-factor model were as follows: $\chi^2 = 100$, $p < 0.001$; Comparative Fit Index (CFI) = 0.919; Tucker-Lewis Index (TLI) = 0.878; Standardized Root Mean Square Residual (SRMR) = 0.05; Root Mean Square Error of Approximation (RMSEA) = 0.125. The correlation analysis revealed a significant relationship between scores on the Chemophobia Scale and specific items on the MHLC scale, particularly those related to 'chance' and 'internal' health control beliefs.

Conclusions. The adapted Ukrainian version of the Chemophobia Scale demonstrated satisfactory psychometric properties, indicating its suitability for use in Ukrainian-speaking samples. This, in turn, can inform targeted interventions to address irrational fears related to chemicals, thereby improving public health outcomes.

Keywords: chemophobia, fear of chemicals, validation, adaptation, internal consistency.

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

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

УДК 159.9

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).9](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).9)

Іван ДАНИЛЮК, д-р психол. наук, проф.

ORCID ID: 0000-0002-6522-5994

e-mail: danyliuk@knu.ua

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Вікторія ПРЕДКО, д-р філософії

e-mail: viktorija_predko@knu.ua

ORCID ID: 0000-0001-5160-7636

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

Анжеліка КИСЛИНСЬКА, студ.

e-mail: anzhelichka03@gmail.com

ORCID ID: 0009-0002-3857-9436

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗВ'ЯЗКУ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ ТА САМООЦІНКИ ОСОБИСТОСТІ В СКЛАДНИХ ЖИТТЄВИХ СИТУАЦІЯХ

Вступ. Актуальність і мета дослідження. Розкрито психологічний взаємозв'язок життєстійкості та самооцінки особистості, визначено основні чинники самооцінки особистості. Акцентовано на тому, що життєстійкість є патерном внутрішніх установок особистості, які є основою хоробрості, сміливості та відваги, своєрідною системою переконань людини, яка надає їй відчуття впевненості у власних силах та забезпечує можливість спиратися на власні сили в складні періоди життя. Водночас підкреслено, що сприятлива самооцінка є необхідним чинником подолання труднощів та стресових обставин.

Методи. У дослідженні взяло участь 135 осіб, серед яких 34 чоловіки і 101 жінка. Було використано три методики: "Тест життєстійкості" С. Мадді (в адаптації Д. Леонтьєва); "Тест-опитувальник на визначення рівня самооцінки" С. Ковальова; "Методика дослідження базових основ самооцінки" Дж. Крокера (адаптація О. Молчанової та Т. Некрасової). Також було застосовано методи кількісного опрацювання даних, методи статистичного аналізу даних: коефіцієнт Пірсона для лінійних зв'язків (кореляція), а також з використанням моделі ANOVA (регресійний аналіз).

Результати. Було виявлено, що переважна більшість респондентів має занижену самооцінку, яка супроводжується чутливістю до критики, надмірною сором'язливістю та схильністю підлаштовуватися під інших. Визначено, що загальний рівень самооцінки жінок вищий, ніж у чоловіків. Проте серед особливостей прояву самооцінки в чоловіків було виявлено вищий рівень таких показників самооцінки, як "Підтримка сім'ї", "Суперництво з іншими", "Схвалення інших" та "Любов", натомість у жінок було виявлено вищий рівень показника "Моральність". Також розкрито сильний прямий кореляційний взаємозв'язок між життєстійкістю та самооцінкою особистості, виявлено прямий кореляційний зв'язок між життєстійкістю та такими показниками самооцінки, як підтримка сім'ї, моральність, схвалення інших; зовнішність та любов (міжособистісними стосунками). Побудовано регресійну модель, яка дозволила визначити основні предиктори самооцінки, серед яких: схвалення інших, моральність, конкурентоспроможність і залученість.

Висновки. Існує сильний зв'язок між життєстійкістю та самооцінкою особистості, який забезпечує їй внутрішню опору для досягнення успіху, навіть у складних життєвих ситуаціях, постає важливим підґрунтям соціальної адаптації та емоційного благополуччя.

Ключові слова: самооцінка, життєстійкість, особистість, складна життєва ситуація.

Вступ

Сучасне українське суспільство стикається із дедалі більшими труднощами під час війни, зокрема стрес від екстремальних життєвих подій здійснює значний негативний вплив на психічне здоров'я, унеможлиблює соціальну активність, постає основним фактором ризику появи психосоматичних розладів, а також провідним чинником дезадаптації. Така ситуація вимагає ґрунтовного вивчення психологічних характеристик особистості, які сприятимуть здатності адаптуватися в умовах невизначеності, забезпечать уміння долати труднощі, допоможуть вирішити проблемні ситуації, зберегти ментальне здоров'я, сформувати конструктивні копінг-стратегії, а також нададуть можливість оптимально взаємодіяти в екстремальних умовах навколишнього середовища.

Самооцінка посідає значне місце в більшості психологічних досліджень. Зокрема, її представлено як важливий чинник формування особистості (Burns, & Dobson, 1984), доведено її провідну роль у емоційній регуляції та психологічному благополуччі (Sapra et al., 2013), а також підкреслено її опосередковане значення у розвитку тривоги та депресії (Arslan, 2016).

Самооцінка – це внутрішнє мислення особистості, яке забезпечує психологічну рівновагу та розвиток адаптаційних процесів, уявлення про власні якості та здібності, внутрішнє переконання щодо своїх перспектив та

можливостей, яке впливає на психологічний стан і поведінку, уміння долати труднощі та досягати бажаної мети. Р. Бернс зазначав, що існує тісний зв'язок між самооцінкою та знаннями людини про себе, зокрема самооцінка забезпечує формування "Я-концепції", яка містить три основні складники:

1. "Образ Я" – це аспект пізнання, знання про себе в різних сферах життя.

2. "Самооцінка" або "самоприйняття" – це афективно-оцінний аспект, відповідність власним цінностям та уявленням.

3. "Поведінкові установки" – дії, які виникають від "Образу Я" і "Самооцінки" й реалізуються у продуктивній діяльності та під час спілкуванні з іншими людьми (Burns, & Dobson, 1984).

Дослідники Л. Уеллс і Дж. Марвел ототожнюють самооцінку з такими феноменами, як: "упевненість у собі", "самосвідомість", "ставлення до себе", "образ себе", "самозадоволення", "повага до себе" (Wells, & Marwell, 1977). Позитивна самооцінка особистості надає внутрішню опору особистості, зміцнює силу її Еґо, забезпечує інтернальний локус контролю, формує орієнтацію на дію, а головне – конструює особистісні смисли в складних життєвих ситуаціях. Вона надає додаткові ресурси й часто визначає здатність особистості до прояву життєстійкості, яка допомагає трансформувати стресогенні

обставини в нові особистісні можливості розвитку та самовдосконалення. Багато досліджень підтвердили, що самооцінка забезпечує особистість потенціалом, який сприяє самоефективності (Trzesniewski et al., 2006), конструктивним міжособистісним стосункам (Tangney, Boone, & Baumeister, 2018), а також психологічною адаптацією. На біологічному рівні було виявлено, що високий рівень самооцінки зумовлює високий рівень кортизолу в плазмі, що, у свою чергу, зменшує рівень психологічного стресу, а також зумовлює високий рівень бета-ендорфіну, який забезпечує афективну стабільність та врівноваженість. (Zorrilla, DeRubeis, & Redei, 1995).

Проте, попри наявність значної кількості психологічних досліджень, присвячених проблематиці самооцінки, інтерес до цього феномену ніколи не згасає. Одним із наслідків активного вивчення особливостей прояву самооцінки, її ролі та значення у життєдіяльності особистості, а особливо її взаємозв'язку з іншими психологічними феноменами стало стійке її сприйняття як надзвичайно важливого психологічного ресурсу людини, який впливає на продуктивність навчальної та професійної діяльності, міжособистісну комунікацію, статус у суспільстві, стиль поведінки, формування своєрідних особистісних рис, а головне – вибір стратегій подолання труднощів у різноманітних життєвих ситуаціях.

Варто зазначити, що у формуванні сприятливої самооцінки важливої ролі набуває життєстійкість особистості. Життєстійкість – це особистий ресурс, який дозволяє людині справлятися зі стресом і долати життєві труднощі. Життєстійкість – здатність людини зберігати своє психічне здоров'я, швидко адаптуватися, а головне – бути гнучкою за будь-яких обставин у своєму житті, навіть під час негативних подій (Bonanno, 2008). В. Бедан визначає життєстійкість як своєрідний патерн навичок та установок особистості, який забезпечує хоробрість, сміливість та відвагу людини; формує сприятливі стратегії поведінки, які мають перетворити стресогенні обставини на нові можливості для внутрішнього зростання (Бедан, 2018). С. Кобейса та С. Мадді зазначали, що життєстійкість є системою переконань про себе, про світ, а також підкреслювали наявність у життєстійкості аспекту відданості людини самій собі, її можливості спиратися на власні сили в складних життєвих ситуаціях. У своїх експериментах дослідники встановили, що саме життєстійкість постає провідною рисою особистості, яка надає віру в себе, формує позитивну самооцінку та забезпечує необхідний рівень активації психіки, яка сприяє нейropsихологічній енергійності у ситуаціях невизначеності (Kobasa, Maddi, & Kahn, 1982). Структура життєстійкості ґрунтується на трьох відносно незалежних компонентах: залученості, контролі та готовності приймати виклик. Залученість – це активність людини, ініціативність, зацікавленість, здатність отримувати задоволення від своєї життєдіяльності. Низький рівень залученості виявляється пасивністю і призводить до відчуття ізольованості, непотрібності, нікчемності. Відповідно, людина з розвинутим компонентом залученості відчуває впевненість у собі, власну ефективність та задоволення від взаємодії з навколишнім світом (Kobasa, Maddi, & Kahn, 1982). Контроль визначає ступінь впевненості особистості у здатності мати контроль над ситуацією, власними емоціями, а головне – надає відчуття впевненості в можливості впливати на результат за будь-яких умов, навіть якщо цей вплив не є абсолютним, а успіх не гарантовано. Прийняття ризику – це переконання особистості в тому, що будь-який перехитрий досвід є корисним для подальшого особистісного

становлення незалежно від того, є цей досвід позитивним чи негативним. Життєстійкість характеризується ступенем сформованого вміння протистояти стресовій ситуації, здатності долати життєві негаразди, зберігаючи при цьому внутрішню рівновагу (Chykhantsova, & Serdiuk, 2023). У дослідженнях Лі було підтверджено взаємозв'язок між життєстійкістю та суб'єктивним сприйняттям, зокрема респонденти, які виявляли вищий рівень життєстійкості, характеризували себе більш здібними, здатними досягнути успіху. Зокрема було виявлено, що у спогадах респондентів, які мали низький рівень життєстійкості, переважали події, у яких вони відчували власну неспроможність вплинути на ситуацію. На протидію цьому, в осіб з високим рівнем життєстійкості переважали спогади, у яких вони успішно долали труднощі та приймали власну відповідальність за результат (Liu et al., 2014). Бенетті та Камбуропулос виявили, що життєстійкість позитивно впливає на самооцінку особистості (Benetti, & Kambourpoulos, 2006). І. Чанчиков встановив позитивну кореляцію між такими показниками самооцінки, як "Глобальне самоставлення" і "Самоповага", та життєстійкістю (Чанчиков, 2020). Таким чином, з одного боку, життєстійкість впливає на формування сприятливої самооцінки, а, з іншого боку, віра в себе допомагає людині активно долати труднощі та виявляти життєстійкість.

Методи

Основна мета дослідження полягала в розкритті психологічних особливостей зв'язку самооцінки та життєстійкості особистості, а також визначенні основних чинників самооцінки особистості. У дослідженні взяло участь 135 осіб, серед яких 34 чоловіки і 101 жінка. Задля досягнення мети було використано три методики, а саме: "Тест життєстійкості" С. Мадді (в адаптації Д. Леонтьєва); "Тест-опитувальник на визначення рівня самооцінки" С. Ковальова; "Методика дослідження базових основ самооцінки" Дж. Крокера (адаптація О. Молчанової та Т. Некрасової). Дослідження проводилося за допомогою платформи Google Forms.

Результати

На першому етапі дослідження було визначено особливості прояву життєстійкості. Зокрема, виявлено, що результати досліджуваної вибірки відповідають середнім значенням, а саме загальний показник життєстійкості відповідає нормативним показникам – 75,73 за стандартного середнього значення 80,72 (стандартне відхилення 18,54); залученість – 31,97 згідно з нормативними показниками 37,64 (стандартне відхилення 8,08); контроль – 27,01 згідно з нормативними показниками 29,17 (стандартне відхилення 8,43); прийняття ризику – 16,75 згідно з нормативними показниками 13,91 (стандартне відхилення 4,39). Отримані результати наведені на рис. 1.

Варто зазначити, що серед отриманих результатів не було виявлено суттєвих відмінностей між особливостями прояву життєстійкості у чоловіків та жінок (табл. 1).

Також для отримання більш точних результатів було здійснено перевірку на нормальність розподілу за допомогою використання аналізу Шапіро – Вілк для малих вибірок окремо для кожної статі (табл. 2).

Отримані результати обчислень підтверджують репрезентативність отриманих даних, оскільки всі результати з показником Шапіро – Вілк більші ніж 0,05 відповідають нульовій гіпотезі за нормального розподілу результатів, а більшість респондентів мають середні значення показників життєстійкості.

На другому етапі дослідження було визначено особливості прояву самооцінки особистості. Зокрема, згідно з аналізом отриманих результатів методики

Ковальова значна кількість респондентів має занижену самооцінку (46–128 балів), яка супроводжується чутливістю до критики, надмірною сором'язливістю і схильністю підлаштовуватися під інших. Крім того, серед особливостей прояву самооцінки було виявлено

відмінності в жінок та чоловіків. Зокрема, середньоарифметичне значення у жінок є дещо нижчим, що свідчить про те, що порівняно з чоловіками, рівень самооцінки у них вищий, оскільки за методикою Ковальова нижчий бал відповідає вищій самооцінці (табл. 3).

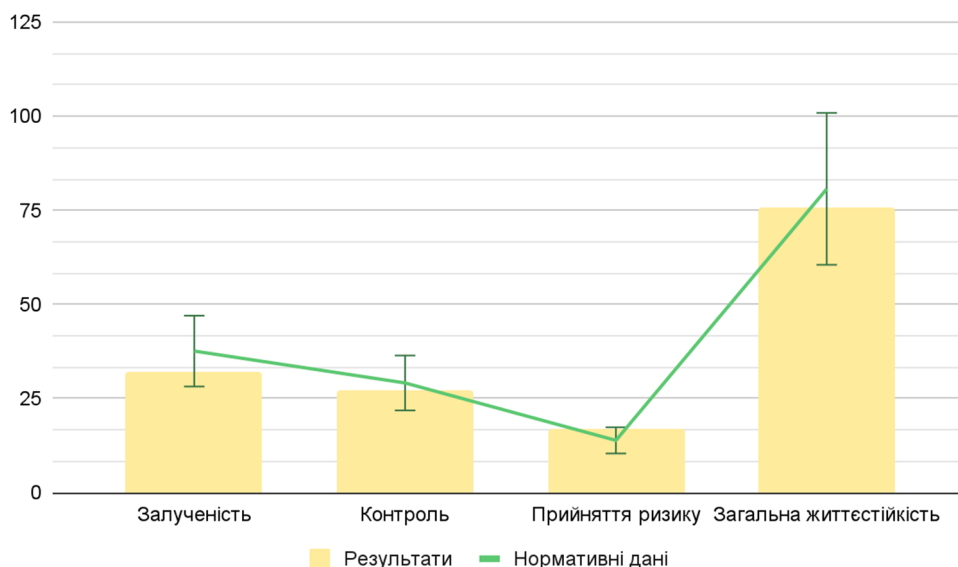


Рис 1. Особливості прояву життєстійкості

Таблиця 1

Порівняння відмінностей між особливостями прояву життєстійкості в чоловіків та жінок

	Результати вибірки		Нормативні дані	
	Середнє значення (чоловіки)	Середнє значення (жінки)	Нормативне значення	Стандартне відхилення
Залученість	31,82	31,99	37,64	8,08
Контроль	27,47	26,93	29,17	8,43
Прийняття ризику	16,76	16,75	13,91	4,39
Загальна життєстійкість	76,06	75,67	80,72	18,53

Таблиця 2

Перевірка результатів дослідження на нормальність розподілу

	Чоловіки		Жінки	
	Коефіцієнт Шапіро – Вілк	Розподіл	Коефіцієнт Шапіро – Вілк	Розподіл
Залученість	0,635	Нормальний	0,625	Нормальний
Контроль	0,629	Нормальний	0,741	Нормальний
Прийняття ризику	0,916	Нормальний	0,058	Нормальний
Життєстійкість	0,567	Нормальний	0,589	Нормальний

Таблиця 3

Порівняння особливостей самооцінки серед жінок та чоловіків за результатами методики С. Ковальова

	Жінки		Чоловіки		Середня самооцінка
	Середнє значення	Відхилення	Середнє значення	Відхилення	
Рівень самооцінки	59,60	19,67	62,06	17,35	26–45

Згідно з отриманими результатами за методикою Дж. Крокера було визначено середні значення для досліджуваної вибірки, а саме: підтримка сім'ї – 4,32 (нормативний показник 5,13, стандартне відхилення 0,86), конкурентоспроможність – 4,96 (нормативний показник 5,55, стандартне відхилення 1,02), зовнішність – 4,70 (нормативний показник 5,20, стандартне відхилення 0,99), академічні досягнення – 4,01 (нормативний показник 5,06, стандартне відхилення 1,01), моральність – 4,72 (нормативний показник 4,91, стандартне відхилення 1,08), схвалення інших – 3,38 (нормативний показник 4,18, стандартне відхилення 0,94), любов, міжособистісні стосунки – 4,11 (нормативний показник 5,03, стандартне відхилення 0,97). За всіма параметрами результати відповідають середньостатистичним нормативним

показникам. Крім того, серед отриманих результатів були виявлені суттєві відмінності між особливостями прояву самооцінки в чоловіків та жінок (табл. 4).

Згідно з отриманими результатами, було виявлено, що в чоловіків дещо вищими є значення за показниками: "Підтримка сім'ї", "Суперництво з іншими", "Схвалення інших" та "Любов", ніж у жінок. Тобто в чоловіків вищий рівень самооцінки ґрунтується на підтримці сім'ї, здатності успішно конкурувати з іншими, відчутті любові та схвалення від інших. Натомість у жінок було виявлено вищий показник "Моральність", аніж у чоловіків, що свідчить про те, що вияв моральних принципів та установок, їхня роль у самооцінці жінок є значно суттєвішими, аніж у представників чоловічої статі.

На третьому етапі дослідження було виявлено сильний прямий кореляційний взаємозв'язок між життєстійкістю та самооцінкою особистості (табл. 5).

Таблиця 4

Порівняння особливостей самооцінки серед жінок та чоловіків за результатами методики Дж. Крокера

	Середнє значення (чоловіки)	Стандартні значення (чоловіки)		Середнє значення (жінки)	Стандартні значення (жінки)	
		Середнє	Стандартне відхилення		Середнє	Стандартне відхилення
Підтримка сім'ї	4,53	5,05	0,93	4,29	5,21	0,81
Конкурентоспроможність	5,15	5,54	0,89	4,93	5,56	1,10
Зовнішність	4,66	5,18	0,97	4,7	5,22	1,02
Академічні досягнення	4,00	5,04	0,99	4,02	5,09	1,02
Моральність	4,58	4,89	1,01	4,75	4,93	1,13
Схвалення інших	3,53	3,90	0,73	3,36	4,45	1,01
Любов, міжособистісні стосунки	4,47	4,95	1,00	4,05	5,11	0,94

Таблиця 5

Дослідження взаємозв'язку самооцінки та життєстійкості

	Життєстійкість	
Самооцінка	Pearson Correlation	-0,676**
	Sig. (2-tailed)	0,000
	N	118

Отже, виявлено, що люди, які мають вищий рівень життєстійкості, мають вищий рівень самооцінки, і навпаки, низький рівень життєстійкості супроводжується низьким рівнем самооцінки особистості. Відповідно, життєстійкість забезпечує особистість самоповагою, самоконтролем, вірою у те, що вона має достатньо компетентності, аби впоратися з будь-якими труднощами, активною конструктивною позицією у стресових ситуаціях. Водночас

самооцінка формує суб'єктність, яка сприяє прояву життєстійкості особистості та підкріплює її.

Також було встановлено взаємозв'язок між структурними компонентами життєстійкості та самооцінки особистості за допомогою кореляційного аналізу. Обрахунки проводились з урахуванням коефіцієнта Пірсона для лінійних зв'язків, детальний аналіз отриманих результатів наведено в таблиці (табл. 6).

Таблиця 6

Особливості взаємозв'язку між самооцінкою та структурними компонентами життєстійкості особистості

		Залученість	Контроль	Прийняття ризику (Виклик)
Підтримка сім'ї	Pearson Correlation	0,065	0,105	0,279**
	Sig. (2-tailed)	0,483	0,258	0,002
	N	118	118	118
Суперництво з іншими	Pearson Correlation	0,095	0,03	0,051
	Sig. (2-tailed)	0,304	0,75	0,584
	N	118	118	118
Зовнішність	Pearson Correlation	0,320**	0,288**	0,236**
	Sig. (2-tailed)	0	0,002	0,01
	N	118	118	118
Академічні досягнення	Pearson Correlation	0,161	0,168	0,116
	Sig. (2-tailed)	0,082	0,07	0,212
	N	118	118	118
Моральність	Pearson Correlation	0,162	0,156	0,292**
	Sig. (2-tailed)	0,081	0,091	0,001
	N	118	118	118
Схвалення інших	Pearson Correlation	0,374**	0,416**	0,352**
	Sig. (2-tailed)	0	0	0
	N	118	118	118
Любов (міжособистісні стосунки)	Pearson Correlation	0,159	0,187*	0,228*
	Sig. (2-tailed)	0,086	0,042	0,013
	N	118	118	118

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Зокрема, під час кореляційного аналізу було виявлено такі взаємозв'язки:

Сильний прямий кореляційний зв'язок між підтримкою сім'ї та структурним компонентом життєстійкості – прийняттям ризику (викликом). Тобто, чим більше людина відчуває підтримку сім'ї, тим вищою є її життєстійкість, зокрема структурний компонент *виклик*.

Люди, які відчувають підтримку від своїх сімей, мають високий рівень здатності адаптуватися та виходити зі стресових ситуацій, і навпаки, відсутність сімейної підтримки перешкоджає прояву виклику – здатності ефективно долати труднощі, конструктивно сприймаючи пережитий досвід. Сімейна підтримка, забезпечує емоційний комфорт, який допомагає зменшити вплив негативних факторів на

психічний стан людини, додає впевненості та ресурсів для подолання життєвих труднощів, формує вміння діставати позитивний досвід навіть зі складних, неприємних ситуацій. Водночас особистість, яка здатна переосмислювати негативний досвід, знаходити певні переваги, навіть у неприємних ситуаціях, є прикладом для своєї сім'ї, своєрідною моделлю поведінки, яка демонструє вміння справлятися зі стресовими ситуаціями. Відповідно, особистість з високим рівнем структурного компоненту життєстійкості **виклик** здатна виявляти підтримку для своїх близьких.

Сильний прямий кореляційний зв'язок між зовнішністю та такими компонентами життєстійкості як залученість, контроль та прийняття ризику (виклик). Тобто, чим вищою є впевненість у власній зовнішній привабливості, тим вищим буде рівень життєстійкості. Упевненість у своїй зовнішній привабливості надає можливість особистості проявляти активність та ініціативність в навколишньому середовищі, полегшує міжособистісну комунікацію, забезпечує впевненість в отриманні позитивного результату за будь-яких умов. А також надає відчуття контролю, зокрема забезпечує усвідомлення здатності впливати на ситуацію, можливість контролювати перебіг подій. Тобто зовнішня привабливість є певним ресурсом, який додає внутрішньої опори та сміливості особистості, мінімізує внутрішнє напруження у ситуаціях невизначеності, полегшує переживання труднощів, а головне – допомагає відчути власну перевагу, навіть у критичні періоди життя. І навпаки, неприйняття власної зовнішності перешкоджає повноцінній життєдіяльності особистості, а саме – обмежує її активність, перешкоджає можливості встановлювати та підтримувати міжособистісні контакти, зменшує здатність до саморегуляції й контролю власних емоцій, формує вміння знаходити переваги й переосмислювати складні періоди життя.

Сильний прямий кореляційний зв'язок між моральністю і прийняттям ризику (викликом). Високий рівень моральності супроводжується здатністю переживати негативний досвід, знаходити в ньому сенс та нові можливості для внутрішнього зростання. Усвідомлення власних моральних цінностей та переконань, дотримання встановлених норм і слідування своїм етичним правилам є своєрідною точкою опори в складних життєвих ситуаціях. Особистість з високим рівнем моральності

може відчувати виклик (знаходити додатковий сенс) у вирішенні ситуацій, де потрібно враховувати етичні аспекти та дотримуватися моральних стандартів, тобто проявляти життєстійкість.

Сильний прямий зв'язок між схваленням інших та такими компонентами життєстійкості, як залученість, контроль та прийняття ризику (виклик). Чим вищим в особистості є відчуття схвалення інших, тим більшою є: залученість особистості, а саме – вміння підтримувати ефективну міжособистісну комунікацію, що сприяє психологічній стійкості; можливість контролювати власні негативні емоційні прояви; здатність швидко переживати труднощі, знаходити можливості для подальшого розвитку та особистісного вдосконалення. Тобто схвалення інших є позитивним підкріпленням для прояву життєстійкості, і навпаки, відсутність схвалення інших знижує рівень життєстійкості.

Сильний прямий кореляційний зв'язок між любов'ю (міжособистісні стосунки) та такими компонентами життєстійкості, як контроль та прийняття ризику (виклик). Тобто, чим більшим є відчуття любові, тим вищим є рівень життєстійкості, зокрема її структурних компонентів контролю та виклику. І навпаки, відсутність відчуття любові супроводжується низьким рівнем життєстійкості. Відповідно, любов надає сил особистості, супроводжується відчуттям упевненості, здатності впливати на ситуацію, мінімізуючи таким чином внутрішню тривогу та вразливість. Відчуття любові супроводжується зростанням мотивації для досягнення поставлених цілей, сміливістю та впевненістю у позитивному вирішенні будь-якої ситуації.

На третьому, заключному, етапі було **побудовано регресійну модель**, яка дозволила визначити основні предиктори та силу їх внеску до загального прояву самооцінки особистості (табл. 7). Як модель використовувались результати тесту самооцінки Ковальова, а як змінні – шкали методик С. Мадді та Дж. Крокера. Обрахунки здійснювалися з використанням моделі ANOVA. Отримана модель має хороші показники якості Дурбіна – Уотсона (1,873) та Фішера (0,046). Сумарний коефіцієнт множинної детермінації становить 0,627, що є задовільним результатом, який указує на те, що зміна виокремлених шести факторів пояснює 62,7 % дисперсії.

Таблиця 7

Регресійна модель впливу компонентів життєстійкості та самооцінки на загальний рівень прояву самооцінки

Модель		Нестандартизовані коефіцієнти		Стандартизовані коефіцієнти			Кореляції		
		B	Стд. помилка	Бета	T	Sig.	Zero-order	Partial	Part
4	Константа	58,116	8,777		6,622	0			
	Залученість	-1,1	0,13	-0,526	-8,448	0	-0,686	-0,622	-0,485
	Схвалення інших	-5,043	0,935	-0,345	-5,391	0	-0,583	-0,452	-0,31
	Моральність	-2,2	1,046	-0,127	-2,102	0,038	-0,328	-0,194	-0,121
	Суперництво з іншими	-1,923	0,955	-0,117	-2,013	0,046	-0,198	-0,186	-0,116

Оскільки, показники нестандартизованих коефіцієнтів вказують на силу впливу компоненту на кінцевий результат моделі, то, порівнюючи їх між собою, можна зазначити, що найбільше значення у становленні самооцінки має схвалення інших, на другому місці – моральність, на третьому – суперництво з іншими, а на четвертому – залученість.

Тобто люди, які отримують багато позитивних оцінок від інших, мають вищу самооцінку (враховуючи той аспект, що більша кількість балів за шкалою "Самооцінка" свідчить про нижчий рівень самооцінки). Відчуття

прийняття та схвалення інших людей позитивно впливає на самосприйняття. Воно виступає потужним психологічним підкріпленням, яке призводить до підвищення самооцінки й усвідомлення власної значущості, надає відчуття внутрішньої упевненості, забезпечує віру в себе, свої сили та можливості.

Наступним важливим чинником високої самооцінки також постає високий рівень власної моральності, а саме вміння дотримуватися високих моральних принципів. Воно надає особистості відчуття внутрішньої сили, неповторності, здатності слідувати високим етичним

стандартам, які регулюють поведінку та міжособистісні відносини, отже, підкріплюють відчуття власної гідності.

Водночас досить позитивно впливає на самооцінку здатність до ефективного суперництва з іншими, а саме конкурентоспроможність. Вона загартовує, мотивує, змушує перебувати весь час у тонусі, постійно активізуючи власні переваги. Постає сприятливим стимулом до розвитку нових позитивних якостей, а також реалізації поставлених цілей. І, зрештою, компонент життєстійкості – "залученість", який вказує на активність, ініціативність та зацікавленість особистості, також впливає на самооцінку особистості. Зокрема, соціальна активність забезпечує особистість відчуттям належності, яке виступає додатковим психологічним ресурсом, забезпечує психологічний комфорт й надає відчуття власної значущості, підвищуючи самооцінку.

Дискусія і висновки

Життєстійкість забезпечує особистість відчуттям контролю над собою та власними життєвими ситуаціями, вона супроводжується сприятливою самооцінкою, яка відіграє вирішальну роль у подоланні труднощів. Водночас висока самооцінка сприяє внутрішньому балансу, допомагає досягати успіху, незважаючи на складні ситуації. Людям з низькою самооцінкою складно справлятися зі стресовими ситуаціями, вони більш сприйнятливі до емоційного колапсу та соціальної дезадаптації. Під час дослідження було визначено відмінності серед особливостей прояву самооцінки серед чоловіків та жінок, зокрема чоловіки виявляють вищий рівень самооцінки в показниках, пов'язаних з підтримкою сім'ї, суперництвом, схваленням інших та любов'ю, тоді як жінки характеризуються вищим рівнем самооцінки за показником моральності. Також було виявлено прямий кореляційний зв'язок життєстійкості та самооцінки особистості. А також встановлено, що схвалення інших, моральність, суперництво та залученість є основними чинниками, які впливають та визначають самооцінку особистості. Виявлено, що усвідомлення власних моральних норм, здатності слідувати своїм внутрішнім переконанням є своєрідною точкою опори в стресових ситуаціях, яка не лише допомагає особистості долати труднощі, а й надає відчуття власної значущості, внутрішньої сили, спроможності виявляти свої найкращі якості й особистісно зростати, навіть під час складних життєвих ситуацій, що, у свою чергу, постає провідним ресурсом для позитивного самосприйняття та подолання труднощів.

Внесок авторів: Іван Данилюк – концептуалізація; методологія; Вікторія Предко – аналіз даних, інтерпретація, літературний огляд, написання; Анжеліка Кислинська – збирання емпіричних даних.

Список використаних джерел

- Бедан, В. Б. (2018). Життєстійкість як один із чинників схильності особистості до переживання самотності. *Вісник Одеського національного університету. Психологія*, 23(2(48)). [https://doi.org/10.18524/2304-1609.2018.2\(48\).145631](https://doi.org/10.18524/2304-1609.2018.2(48).145631)
- Чанчиків, І. (2020). Самоставлення та емоційні переживання як чинник життєстійкості особистості. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Психологія*, 2(12), 98–103. [https://doi.org/10.17721/BSP.2020.2\(12\).18](https://doi.org/10.17721/BSP.2020.2(12).18)
- Arslan, G. (2016). Psychological maltreatment, emotional and behavioral problems in adolescents: The mediating role of resilience and self-esteem. *Child abuse, & neglect*, 52, 200–209. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.09.010>
- Benetti, C., & Kambouropoulos, N. (2006). Affect-regulated indirect effects of trait anxiety and trait resilience on self-esteem. *Personality and individual differences*, 41(2), 341–352. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.01.015>
- Bonanno, G. A. (2008). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(1), 101–113. <https://doi.org/10.1037/1942-9681.5.1.101>

Burns, R. B., & Dobson, C. B. (1984). The self-concept. *Introductory Psychology*, 473–505.

Caprara, G. V., Alessandri, G., Barbaranelli, C., & Vecchione, M. (2013). The longitudinal relations between self-esteem and affective self-regulatory efficacy. *Journal of research in personality*, 47(6), 859–870. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2013.08.011>

Chykhantsova, O., & Serdiuk, L. (2023). Personal Features and Their Impact on an Individual's Hardiness. Collection of Research Papers "Problems of Modern Psychology", 62, 23–43. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2023-62>

Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.168>

Liu, B., Tarigan, L. H., Bromet, E. J., & Kim, H. (2014). World Trade Center disaster exposure-related probable posttraumatic stress disorder among responders and civilians: a meta-analysis. *PloS one*, 9(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0101491>

Tangney, J. P., Boone, A. L., & Baumeister, R. F. (2018). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. In *Self-regulation and self-control* (pp. 173–212). Routledge. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>

Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., Moffitt, T. E., Robins, R. W., Poulton, R., & Caspi, A. (2006). Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental Psychology*, 42(2), 381–390. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.381>

Wells, L. E., & Marwell, G. (1977). *Self-esteem: Its conceptualization and measurement*. SAGE Publications.

Zorrilla, E. P., DeRubeis, R. J., & Redei, E. (1995). High self-esteem, hardiness and affective stability are associated with higher basal pituitary-adrenal hormone levels. *Psychoneuroendocrinology*, 20(6), 591–601. [https://doi.org/10.1016/0306-4530\(95\)00005-9](https://doi.org/10.1016/0306-4530(95)00005-9)

References

- Arslan, G. (2016). Psychological maltreatment, emotional and behavioral problems in adolescents: The mediating role of resilience and self-esteem. *Child abuse, & neglect*, 52, 200–209. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2015.09.010>
- Bedan, V. B. (2018). Resilience as one of the factors of a person's tendency to experience loneliness. *Bulletin of Odesa National University. Psychology*, 23(2(48)). [https://doi.org/10.18524/2304-1609.2018.2\(48\).145631](https://doi.org/10.18524/2304-1609.2018.2(48).145631) [in Ukrainian].
- Benetti, C., & Kambouropoulos, N. (2006). Affect-regulated indirect effects of trait anxiety and trait resilience on self-esteem. *Personality and individual differences*, 41(2), 341–352. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2006.01.015>
- Bonanno, G. A. (2008). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(1), 101–113. <https://doi.org/10.1037/1942-9681.5.1.101>
- Burns, R. B., & Dobson, C. B. (1984). The self-concept. *Introductory Psychology*, 473–505.
- Caprara, G. V., Alessandri, G., Barbaranelli, C., & Vecchione, M. (2013). The longitudinal relations between self-esteem and affective self-regulatory efficacy. *Journal of research in personality*, 47(6), 859–870. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2013.08.011>
- Chanchikov, I. (2020). Self-Attitude and Emotional Experiences as a Factor of Personality Hardiness. *Bulletin of Taras Shevchenko National University of Kyiv. Psychology*, 2(12), 98–103. [https://doi.org/10.17721/BSP.2020.2\(12\).18](https://doi.org/10.17721/BSP.2020.2(12).18) [in Ukrainian].
- Chykhantsova, O., & Serdiuk, L. (2023). Personal Features and Their Impact on an Individual's Hardiness. Collection of Research Papers "Problems of Modern Psychology", 62, 23–43. <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2023-62>
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Kahn, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42(1), 168–177. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.42.1.168>
- Liu, B., Tarigan, L. H., Bromet, E. J., & Kim, H. (2014). World Trade Center disaster exposure-related probable posttraumatic stress disorder among responders and civilians: a meta-analysis. *PloS one*, 9(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0101491>
- Tangney, J. P., Boone, A. L., & Baumeister, R. F. (2018). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. In *Self-regulation and self-control* (pp. 173–212). Routledge. <https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x>
- Trzesniewski, K. H., Donnellan, M. B., Moffitt, T. E., Robins, R. W., Poulton, R., & Caspi, A. (2006). Low self-esteem during adolescence predicts poor health, criminal behavior, and limited economic prospects during adulthood. *Developmental Psychology*, 42(2), 381–390. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.2.381>
- Wells, L. E., & Marwell, G. (1977). *Self-esteem: Its conceptualization and measurement*. SAGE Publications.
- Zorrilla, E. P., DeRubeis, R. J., & Redei, E. (1995). High self-esteem, hardiness and affective stability are associated with higher basal pituitary-adrenal hormone levels. *Psychoneuroendocrinology*, 20(6), 591–601. [https://doi.org/10.1016/0306-4530\(95\)00005-9](https://doi.org/10.1016/0306-4530(95)00005-9)

Отримано редакцію журналу / Received: 17.09.23

Прорецензовано / Revised: 27.10.23

Схвалено до друку / Accepted: 13.11.23

Ivan DANYLIUK, DSc (Psychol.), Prof.
ORCID ID: 0000-0002-6522-5994
e-mail: danyliuk@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Viktoria PREDKO, PhD
ORCID ID: 0000-0001-5160-7636
e-mail: viktoria_predko@knu.ua
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

Anzhelika KYSLYNSKA, Student
ORCID ID: 0009-0002-3857-9436
e-mail: anzhelichka03@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF THE RELATIONSHIP BETWEEN HARDINESS AND SELF-ESTEEM IN DIFFICULT LIFE SITUATIONS

Background. The article reveals the psychological relationship between hardiness and self-esteem. It is emphasized that hardiness is a pattern of internal attitudes of a personality, which is the basis of courage and bravery, a kind of belief system of a person that gives him or her a sense of self-confidence and provides an opportunity to rely on their own strength in difficult periods of life. At the same time, it is emphasized that a favorable self-esteem is a necessary factor in overcoming difficulties and stressful circumstances. Objective: to reveal the psychological features of the relationship between self-esteem and personality hardiness. To identify the main factors of self-esteem.

Methods. The study involved 135 people, including 34 men and 101 women. Three methods were used: "S. Maddi's Hardiness Survey (adapted by D. Leontiev); S. Kovalev's Self-Esteem Test Questionnaire; J. Crocker's Contingencies of Self-Worth (adapted by O. Molchanova and T. Nekrasova). The study used methods of quantitative data processing, methods of statistical data analysis: Pearson correlation coefficient, ANOVA model (regression analysis).

Results. It was found that the vast majority of respondents have low self-esteem, which is accompanied by sensitivity to criticism, excessive shyness, and a tendency to adapt to others. It was found that the overall level of self-esteem of women is higher than that of men. However, among the peculiarities of self-esteem manifestation, men showed a higher level of such self-esteem indicators as "Family Support", "Rivalry with Others", "Approval of Others" and "Love", while women showed a higher level of "Morality". The article also reveals a strong direct correlation between hardiness and self-esteem. Also, a direct correlation was found between hardiness and such self-esteem indicators as family support, morality, approval of others; appearance and love (interpersonal relationships). A regression model was built, which allowed us to identify the main predictors of self-esteem, including: approval of others, morality, competitiveness and involvement.

Conclusions. There is a strong connection between hardiness and self-esteem, which provides the individual with internal support to succeed, even in difficult life situations, and is an important basis for social adaptation and emotional well-being.

Keywords: self-esteem, hardiness, personality, difficult life situation.

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

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

УДК 159.923

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).10](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).10)

Владислава КЕЛЛЕР, асп.
ORCID ID: 0000-0001-9510-5208
e-mail: keller.vlada1@gmail.com

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ВПЛИВ ЧАСОВОЇ ПЕРСПЕКТИВИ ТА ОСОБИСТІСНИХ РИС НА ПСИХОЛОГІЧНЕ БЛАГОПОЛУЧЧЯ УКРАЇНСЬКИХ БІЖЕНЦІВ У ЄВРОПІ

Вступ. Означено, що російське вторгнення в Україну 2022 р. призвело до різкого зростання кількості українських біженців у Європі. Через війну та подальшу необхідність адаптуватися до нових соціокультурних умов психічне здоров'я цієї групи населення є особливо вразливим. Люди, що змушені були покинути свою країну, переживають значний стрес, схильні до розвитку симптомів тривоги та депресії. І якщо психопатологія у цьому контексті достатньо добре досліджена, то протективні фактори, що потенційно сприятимуть кращому пристосуванню українських біженців у новому середовищі, нечасто були предметом вивчення. Відповідно, це дослідження має на меті заповнити цю прогалину шляхом вивчення ролі часової перспективи та особистісних рис у впливі на психологічне благополуччя українських біженців.

Методи. Вибірку з 599 українських біженців із різних країн Європи було досліджено за допомогою трьох ключових інструментів. Це: Опитувальник часової перспективи Зімбардо, коротка версія (ZTPI-15); Особистісний тест "Велика п'ятірка", коротка версія (BFI-10); Шкала задоволеності життям Дінера (SWLS). Для визначення взаємозв'язків між цими конструктами було застосовано кореляційний і ієрархічний регресійний аналіз. Збір даних тривав у період з 08.09.2022 до 30.11.2022 включно в межах проєкту "Eating behavior of people displaced from Ukraine due to the war", фінансованого Фондом Volkswagen.

Результати. Було показано, що як часова перспектива, так і особистісні риси значною мірою передбачають суб'єктивне благополуччя. Зокрема, біженці, які демонструють більшу відкритість, емоційну стабільність і доброзичливість, повідомляють про вищий рівень задоволеності життям. Аналогічно позитивні орієнтації на минуле і майбутнє були пов'язані з підвищенням благополуччя, тоді як негативні орієнтації були пов'язані з його погіршенням. На противагу цьому сумлінність, екстраверсія та фаталістична орієнтація на сьогодення не виявилися значущими предикторами суб'єктивного благополуччя, що розходиться з деякими наявними літературними даними.

Висновки. Ці результати підкреслюють важливість урахування як часової перспективи, так і особистісних рис у розумінні психологічного благополуччя українських біженців. Вони також указують на потенційні переваги втручання, спрямованих на розвиток адаптивних часових перспектив і позитивних рис особистості. Подальші дослідження необхідні для розроблення та оцінювання таких втручання.

Ключові слова: українські біженці, часова перспектива, особистісні риси, психологічне благополуччя, суб'єктивне благополуччя, опитувальник часової перспективи Зімбардо, особистісний тест "Велика п'ятірка", шкала задоволеності життям, ієрархічний регресійний аналіз.

Вступ

Актуальність. Повномасштабне вторгнення Росії в Україну 24-го лютого 2022 р. призвело до стрімкого зростання кількості українських біженців за кордоном, зокрема в Європі. За даними Statista, станом на 9 травня 2023 р. близько 8,2 мільйонів українських біженців наразі перебувають в Європі (Estimated number of refugees from Ukraine ..., 2023). Власне військові дії і подальше вимушене переміщення є потужними стресовими факторами, які можуть суттєво позначитися на психологічному стані переселенців (Young, & Chan, 2015). Психологічний стан, своєю чергою, тісно пов'язаний з благополуччям.

У психологічній літературі поняття благополуччя досліджувало багато вчених. Дінер (1984) відіграв ключову роль у цій галузі завдяки своїй роботі про суб'єктивне благополуччя, яке включає в себе задоволеність життям і баланс позитивного і негативного афектів. Ця робота заклала основу для розуміння благополуччя як багаторанного конструкту, що включає емоційні реакції, задоволеність життям і загальну якість життя. Війна і подальше переміщення можуть серйозно вплинути на ці виміри благополуччя.

Постійний стрес і невизначеність, пов'язані з досвідом біженців, можуть також порушити їхню часову перспективу – важливий психологічний конструкт, пов'язаний з благополуччям (Stolarski, Bitner, & Zimbardo, 2011).

Крім того, травматичний досвід і умови життя можуть по-різному переживатися біженцями залежно від їхніх індивідуально-психологічних характеристик, таких як, наприклад, особистісні риси (Ghazinour, Richter, & Eisemann, 2003). Відповідно до моделі "Великої п'ятірки", до особистісних рис належать відкритість, сумлінність, екстраверсія, доброзичливість і нейротизм. Як було

встановлено, риси "Великої п'ятірки" суттєво впливають на благополуччя людини (Rammstedt, & John, 2007). Минулі дослідження показали, що риси особистості можуть опосередковувати вплив травматичного досвіду на благополуччя (Ogle, Rubin, & Siegler, 2013).

Тоді як у науковій літературі досліджувався зв'язок між особистісними рисами і благополуччям, а також між часовою перспективою і благополуччям, існує небагато робіт, у яких вивчалася взаємодія між цими трьома конструктами разом, особливо серед біженців. Ураховуючи унікальний досвід і проблеми, з якими стикаються українські біженці в Європі, українською важливо дослідити складні взаємозв'язки між часовою перспективою, особистісними рисами і благополуччям у цій групі населення. Це допоможе глибше зрозуміти їхні психологічні потреби, що відкриє шлях до цілеспрямованих втручання, спрямованих на покращення їхнього благополуччя.

Таким чином, **метою дослідження** є аналіз зв'язків між часовою перспективою, особистісними рисами та благополуччям серед українських біженців у Європі.

Огляд літератури. Вивчення психологічного благополуччя серед біженців традиційно є частиною більш широкого кола досліджень наслідків вимушеного переміщення для психічного здоров'я. У численних дослідженнях повідомлялося про високу поширеність розладів психічного здоров'я серед біженців (Lytvynenko, & König, 2023). Серед них, зокрема, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), тривога та депресія (Porter, & Haslam, 2005; Steel et al., 2009). Однак, незважаючи на безперечну важливість розуміння і подолання цих негативних наслідків, зосередження уваги виключно на патології ризикує затьмарити більш цілісне розуміння досвіду біженців. Нові дослідження почали вивчати позитивні аспекти

© Келлер Владислава, 2023

досвіду цієї групи населення, такі як стійкість і посттравматичне зростання, а також їхній вплив на благополуччя (Tedeschi, & Calhoun, 2004).

Благополуччя саме по собі є багатограним поняттям. Дінер (1984) запропонував модель суб'єктивного благополуччя, яка включає задоволеність життям і баланс між позитивним і негативним афектом. Пізніше Ріфф (1989) запропонувала модель психологічного благополуччя, яка включає шість вимірів: самоприйняття, позитивні стосунки з іншими, автономія, взаємодія на навколишньому середовищі, мета в житті та особистісне зростання. Ці моделі лягли в основу більшості подальших досліджень благополуччя різних груп населення, зокрема й біженців.

Часова перспектива є фундаментальним аспектом людського пізнання і поведінки, що впливає на те, як ми сприймаємо і реагуємо на навколишній світ. Зімбардо і Бойд (1999) концептуалізували часову перспективу як стійкі індивідуальні відмінності в тому, як люди фокусуються на різних періодах часу: минулому, теперішньому та майбутньому. Їхня модель включає п'ять часових перспектив: негативне минуле, позитивне минуле, гедоністичне теперішнє, фаталістичне теперішнє та орієнтація на майбутнє.

Збалансована часова перспектива, яка передбачає помірно високі бали у вимірах позитивного минулого, майбутнього та гедоністичного теперішнього, і низькі бали у вимірах негативного минулого та фаталістичного теперішнього, пов'язана з вищим благополуччям (Drake et al., 2008). Однак роль часової перспективи у формуванні благополуччя біженців, які зазнали значних порушень у своїх життєвих траєкторіях, усе ще недостатньо вивчена.

Особистісні риси, як вони концептуалізовані в моделі "Великої п'ятірки" – відкритість, сумлінність, екстраверсія, доброзичливість і нейротизм, – суттєво впливають на благополуччя людини (McCrae, & Costa, 1991). Наприклад, екстраверсія і доброзичливість асоціюються з вищим благополуччям, тоді як нейротизм – з нижчим (DeNeve, & Cooper, 1998).

Зв'язок між часовою перспективою та особистісними рисами також є предметом численних досліджень, що вказує на тісний взаємозв'язок між ними. Оскільки риси особистості вважаються стабільними характеристиками, вони можуть формувати часову орієнтацію або часову перспективу людини. Теорія часової перспективи Зімбардо і Бойда (1999) забезпечує основу для розуміння цього зв'язку. Зокрема, "Велика п'ятірка" особистісних рис пов'язана з різними часовими перспективами. Сумлінність, яка передбачає організованість, відповідальність і працьовитість, позитивно пов'язана з орієнтованою на майбутнє часовою перспективою (Stolarski, Wiberg, & Osin, 2014). Це має інтуїтивний сенс, оскільки ті, хто є більш сумлінними, можуть бути більш схильними планувати майбутнє і відкладати задоволення.

Відкритість до досвіду, що включає креативність, допитливість і надання переваги новизні та різноманітності, пов'язана з часовою перспективою гедоністичного теперішнього, що відображає зосередженість на негайному задоволенні та пошуку новизни (Stolarski, Wiberg, & Osin, 2015).

Нейротизм, що характеризується емоційною нестабільністю, тривожністю та примхливістю, позитивно пов'язаний з часовою перспективою негативного минулого та фаталістичного теперішнього, що вказує на схильність заціклюватися на минулому негативному досвіді, та песимістичний погляд на майбутнє (Agagnostopoulos, & Griva, 2012).

Екстраверсія і доброзичливість мають менш очевидний зв'язок із конкретними часовими перспективами,

хоча деякі дослідження припускають, що екстраверсія може бути пов'язана з перспективою гедоністичного теперішнього, що відображає соціальну і спрямовану на отримання задоволення природу цієї риси (Stolarski, Wiberg, & Osin, 2015).

Взаємозв'язок між особистісними рисами та часовою перспективою може впливати на низку поведінкових реакцій включно з прийняттям рішень, оцінкою ризику та поведінкою щодо здоров'я. Своєю чергою, наукових робіт, що вивчають ці зв'язки серед біженців, відносно мало. Проте наявні дослідження свідчать про те, що особистісні риси можуть відігравати певну роль у пом'якшенні впливу травматичного досвіду на благополуччя (Ogle, Rubin, & Siegler, 2013).

Дослідження взаємозв'язку між часовою перспективою і благополуччям здебільшого зосереджені на концепції збалансованої часової перспективи (ЗЧП). Теорія ЗЧП стверджує, що гнучка та адаптивна часова орієнтація дозволяє людям зміщувати фокус між різними часовими рамками залежно від вимог ситуації, що сприяє підвищенню благополуччя (Bonniwell et al., 2010). Ця гіпотеза підтверджується емпіричними дослідженнями, які демонструють позитивні зв'язки між ЗЧП і різними аспектами благополуччя, включаючи задоволеність життям, щастя і позитивний афект (Drake et al., 2008).

Існують дослідження взаємозв'язку між часовою перспективою, особистісними рисами і благополуччям. Зокрема, розглядалися складні моделі, де часові перспективи виступали медіатором зв'язку між особистісними рисами та благополуччям (Zhang, & Howell, 2011). Проте дослідження подібних зв'язків серед біженців усе ще перебувають на початковій стадії. Ураховуючи значні стреси і потрясіння, які переживають біженці, розуміння того, як їхнє сприйняття часу і притаманні їм особистісні риси взаємодіють і впливають на їхнє благополуччя, є украй важливим.

Певні часові перспективи можуть бути адаптивними або дезадаптивними в контексті переміщення та переселення. Наприклад, негативна часова перспектива в минулому, що характеризується заклопотаністю минулими невдачами і жалем, може посилити негативний психологічний вплив травматичного досвіду, пов'язаного з війною. З іншого боку, орієнтована на майбутнє часова перспектива, яка передбачає зосередженість на майбутніх цілях і планах, може сприяти стійкості та адаптації перед невизначеністю (Stolarski, Bitner, & Zimbardo, 2011).

Крім того, особистісні риси можуть пом'якшувати зв'язок між часовою перспективою і благополуччям. Наприклад, біженці з високим рівнем нейротизму можуть бути особливо сприйнятливими до негативних часової перспективи негативного минулого або фаталістичного теперішнього, враховуючи їхню схильність до негативних емоційних реакцій і тривожності. На противагу цьому, біженці з високим рівнем сумлінності та доброзичливості можуть бути більш схильними до збалансованої або орієнтованої на майбутнє часової перспективи, що може захистити їх від стресу і сприяти благополуччю (McCrae, & Costa, 1991).

Отже, хоча індивідуальний вплив часової перспективи та особистісних рис на благополуччя досить добре вивчений, існує потреба в дослідженнях, які вивчають комплексну взаємодію між цими трьома конструктами. Це стає особливо актуальним у контексті українських біженців у Європі, ураховуючи їхній унікальний досвід і проблеми. Це дослідження має на меті заповнити цю прогалину в літературі шляхом вивчення складних взаємозв'язків між часовою перспективою, особистісними рисами та благополуччям серед цієї групи населення.

Методи

Збирання даних. Дані було зібрано в жовтні 2022 р. за допомогою платформи Limesurvey із використанням крос-секційного дизайну. Вибірка складається з 599 учасників, з них 527 – жінки. Вік учасників коливається від 18 до 60+ років, найбільша кількість належить до вікової категорії 31–45 років.

Психодіагностичний інструментарій:

1) Часова перспектива: оцінювання часової перспективи проводилося за допомогою короткої версії опитувальника часової перспективи Зімбардо ZTPI-short (Košťál et al., 2016). Ця шкала з 18 пунктів вимірює п'ять аспектів часової перспективи: негативне минуле, позитивне минуле, гедоністичне теперішнє, фаталістичне теперішнє та майбутнє, а також додатковий вимір – трансцендентне майбутнє. Кожне твердження оцінювалося за п'ятибальною шкалою Лайкерта від 1 (повністю згоден) до 5 (зовсім не погоджуюсь). Бали за кожною субшкалою обчислювалися шляхом усереднення балів за відповідними пунктами.

2) Риси особистості: п'ять рис особистості (екстраверсія, доброзичливість, сумлінність, нейротизм і відкритість до досвіду) вимірювалися за допомогою 10-пунктової версії опитувальника "Великої п'ятірки" BFI-10 (Rammstedt, & John, 2007). Кожна риса оцінювалася за двома пунктами за п'ятибальною шкалою Лайкерта від 1 (зовсім не погоджуюсь) до 5 (повністю згоден). Бали за кожну рису обчислювалися як середнє арифметичне двох відповідних балів за кожним пунктом.

3) Благополуччя: шкала задоволеності життям SWLS (Diener et al., 1985) використовувалася для оцінювання загальної задоволеності життям, когнітивного компонента суб'єктивного благополуччя. Ця шкала з п'яти пунктів оцінювалася за семибальною шкалою Лайкерта, від 1 (зовсім не погоджуюсь) до 7 (повністю згоден). Загальний бал обчислювався шляхом підсумовування балів за всіма пунктами, причому вищі бали вказували на більшу задоволеність життям.

Статистичні методи. Спочатку було розраховано описову статистику для усіх змінних дослідження, а також перевірені припущення щодо параметричності розподілу. Потім було проведено кореляційний аналіз Пірсона для вивчення взаємозв'язків між субшкалами часової перспективи, "Великою п'ятіркою" особистісних рис та благополуччям. Зрештою, було використано ієрархічну регресію із використанням SWLS як залежної змінної та субskal часової перспективи і "Великої п'ятірки" особистісних рис як незалежних змінних. Регресійна модель була побудована за допомогою покрокового методу:

1) на першому кроці в модель було введено виміри часової перспективи,

2) на другому кроці у модель додавалися особистісні риси.

Для наступної ієрархічної регресії кроки 1 та 2 були виконані в зворотному порядку. Це дозволило дослідити унікальний внесок кожного набору предикторів у дисперсію задоволеності життям, контролюючи інші. На кожному кроці обчислювалася зміна R-квадрат, що вказувала на додаткову дисперсію залежної змінної, яка пояснювалася новими змінними, доданими в модель. Припущення множинної регресії (лінійність, незалежність помилок, гомосцедастичність, мультиколінеарність та нормальність залишків) було перевірено та виконано. Статистична значущість встановлювалася на рівні $p < 0,05$. Усі аналізи було проведено з використанням RStudio версії 2023.03.0+386.

Результати

Дескриптивні статистики та кореляції. Табл. 1 відображає описову статистику та кореляції для набору досліджуваних психологічних змінних серед українських біженців. Рядки представляють власне змінні: часові перспективи (позитивне минуле, негативне минуле, гедоністичне теперішнє, фаталістичне теперішнє, позитивне майбутнє, негативне майбутнє) та особистісні риси (відкритість до досвіду, емоційна стабільність, сумлінність, доброзичливість, екстраверсія та благополуччя). Стовпчики, своєю чергою, представляють різні статистичні параметри: середнє значення (Mean), стандартне відхилення (SD), альфа Кронбаха (α) та кореляції між кожною парою змінних (1-11).

Показник внутрішньої узгодженості α (Альфа Кронбаха) свідчить про прийнятну надійність більшості досліджуваних шкал (позитивне минуле, негативне минуле, фаталістичне теперішнє, позитивне майбутнє, негативне майбутнє та суб'єктивне благополуччя). Проте для деяких параметрів (відкритість досвіду та екстраверсія) показник внутрішньої узгодженості є екстремально низьким (0,052 і 0,067 відповідно). Це може бути наслідком невеликої кількості пунктів у короткій версії шкали "Великої п'ятірки", що складається всього з 10 питань. Показник альфи Кронбаха є чутливим до кількості змінних. До того ж цей інструмент міг спрацювати на досліджуваній вибірці по-іншому, ніж в оригінальній роботі.

Решта стовпчиків відображають кореляцію між кожною парою змінних.

1. Часові перспективи та особистісні риси:

- позитивне минуле та сумлінність ($r = 0,38$) мають помірну позитивну кореляцію. Це свідчить про те, що люди, які схильні позитивно оцінювати своє минуле, також більш схильні бути сумлінними (тобто організованими, відповідальними та працьовитими). Позитивне минуле і доброзичливість ($r = 0,43$) також демонструють помірну позитивну кореляцію. Це свідчить про те, що люди, які мають позитивний погляд на своє минуле, також більш схильні бути доброзичливими (тобто добрими, чуйними та схильними до співпраці);

- негативне минуле позитивно корелює із сумлінністю та доброзичливістю ($r = 0,21$ та $r = 0,24$ відповідно). Тобто люди, які є більш організованими, старанними і надійними, можуть мати тенденцію розглядати своє минуле негативно. Аналогічно більш доброзичливі люди, імовірно, можуть співпереживати труднощам та конфліктам у минулому. Негативне минуле негативно пов'язано з емоційною стабільністю та екстраверсією ($r = 0,26$ та $r = 0,10$ відповідно). Тобто менш емоційно стабільні або товариські люди можуть бути більш схильні до негативних поглядів на минуле;

- гедоністичне теперішнє позитивно корелює з відкритістю досвіду, доброзичливістю та екстраверсією ($r = 0,27$, $r = 0,14$ та $r = 0,1$ відповідно). Тобто люди, які відкриті до нового досвіду, можуть з більшою імовірністю жити в сьогоденні і насолоджуватися ним;

- фаталістичне теперішнє має негативний зв'язок з відкритістю досвіду, емоційною стабільністю та екстраверсією ($r = -0,23$, $r = -0,11$ та $r = -0,18$ відповідно). Тобто люди, які менш відкриті до досвіду, менш емоційно стабільні або менш екстравертні, можуть мати більш фаталістичний погляд на сьогодення;

- позитивне майбутнє має позитивні кореляції з відкритістю досвіду, емоційною стабільністю, сумлінністю та доброзичливістю ($r = 0,32$, $r = 0,12$, $r = 0,57$ та $r = 0,42$ відповідно). Тобто люди, які відкриті до нового досвіду,

емоційно стабільні, сумлінні та доброзичливі, більш схильні до позитивного погляду на майбутнє;

• негативне майбутнє позитивно пов'язане з доброзичливістю ($r = 0,18$) і негативно – з відкритістю досвіду, емоційною стабільністю та екстраверсією ($r = -0,11$, $r = -0,24$ та $r = -0,19$ відповідно). Тобто люди з високим рівнем доброзичливості, які схильні до співпраці та

співчуття, можуть більше турбуватися про потенційні майбутні конфлікти або труднощі. Негативні кореляції з відкритістю, емоційною стабільністю та екстраверсією свідчать про те, що люди, які менш відкриті до нового досвіду, менш емоційно стабільні або менш екстравертні, можуть дивитися на майбутнє більш негативно.

Таблиця 1

Описова статистика, внутрішня узгодженість та кореляції досліджуваних змінних

	Mean	SD	α	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Позитивне минуле	9,64	2,7	0,72	–										
Негативне минуле	8,86	2,69	0,73	0,36***	–									
Гедоністичне теперішнє	8,12	2,27	0,53	0,31***	0,23***	–								
Фаталістичне теперішнє	7,22	2,31	0,62	0,05	0,36***	0,16***	–							
Позитивне майбутнє	9,29	2,65	0,71	0,56***	0,35***	0,27***	0,13***	–						
Негативне майбутнє	8,24	2,49	0,62	0,23***	0,60***	0,17***	0,45***	0,17***	–					
Відкритість досвіду	8,23	2,12	0,052	0,31***	-0,01	0,27***	-0,23***	0,32***	-0,11**	–				
Емоційна стабільність	6,8	2,22	0,28	0,00	-0,26***	0,05	-0,11**	0,12***	-0,24***	0,21***	–			
Сумлінність	8,5	2,22	0,57	0,38***	0,21***	0,05	0,00	0,57***	0,03	0,35***	0,09*	–		
Доброзичливість	8,37	2,17	0,52	0,43***	0,24***	0,14***	0,07	0,42***	0,18***	0,33***	0,14***	0,48***	–	
Екстраверсія	7,86	2,05	0,067	0,18***	-0,10*	0,16***	-0,18***	0,08	-0,19***	0,38***	0,10*	0,06	0,01	–
Благополуччя	17,83	4,74	0,75	0,27***	-0,21***	0,22***	-0,11**	0,23***	-0,19***	0,31***	0,26***	0,13**	0,22***	0,16***

Примітка: N = 599, $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

2. Часові перспективи та суб'єктивне благополуччя:

• позитивне минуле і благополуччя ($r = 0,27$) демонструють слабку позитивну кореляцію. Це означає, що люди з більш позитивним поглядом на своє минуле можуть мати вищий рівень суб'єктивного благополуччя;

• негативне минуле і благополуччя ($r = -0,21$) демонструють слабку негативну кореляцію. Це свідчить про те, що люди з більш негативним поглядом на своє минуле можуть мати нижчий рівень суб'єктивного благополуччя.

Ці кореляції є слабкими, тому, незважаючи на те, що зв'язок існує, інші фактори, імовірно, відіграють значну роль у прогнозуванні суб'єктивного благополуччя.

3. Риси особистості та суб'єктивне благополуччя:

• відкритість до досвіду та благополуччя ($r = 0,31$) мають помірну позитивну кореляцію, що свідчить про те, що люди, які є більш відкритими до досвіду, можуть мати вищий рівень суб'єктивного благополуччя;

• емоційна стабільність і благополуччя ($r = 0,26$) демонструють слабку позитивну кореляцію. Це означає, що люди, які є більш емоційно стабільними, можуть мати вищий рівень суб'єктивного благополуччя.

Прогнозування суб'єктивного благополуччя за допомогою особистісних рис та часових перспектив.

У табл. 2 наведено результати двох ієрархічних регресійних моделей, що прогнозують залежну змінну (суб'єктивне благополуччя українських біженців).

У першій моделі часові перспективи вводяться на кроці 1, а особистісні риси – на кроці 2. Бета-коефіцієнти (β) представляють стандартизовані коефіцієнти регресії, які показують, на скільки стандартних відхилень зміниться залежна змінна в разі збільшення на одне стандартне відхилення предикторної змінної.

На кроці 1 модель пояснює 24,3 % дисперсії залежної змінної ($R^2 = 0,243$). Позитивне минуле, гедоністичне теперішнє і позитивне майбутнє позитивно пов'язані з благополуччям, тоді як негативне минуле і негативне майбутнє – негативно. Фаталістичне теперішнє не має значущого зв'язку з благополуччям.

На кроці 2, коли додаються особистісні риси, модель пояснює додаткові 3,0 % дисперсії ($\Delta R^2 = 0,030$). Відкритість до досвіду, емоційна стабільність і доброзичливість позитивно пов'язані з благополуччям, тоді як сумлінність – негативно. Екстраверсія та сумлінність не мають значущого зв'язку із залежною змінною.

У другій моделі особистісні риси вводяться на кроці 1, а часові перспективи – на кроці 2.

1. На першому етапі лише особистісні риси пояснюють 14,5 % дисперсії залежної змінної ($R^2 = 0,145$). Відкритість до досвіду та емоційна стабільність позитивно пов'язані з благополуччям, тоді як сумлінність – негативно. Сумлінність та екстраверсія не мають значущого зв'язку з результатом.

2. На кроці 2, коли додаються часові перспективи, модель пояснює додаткові 12,8 % дисперсії ($\Delta R^2 = 0,128$). Взаємозв'язок із залежною змінною для часових перспектив такий самий, як і в першій моделі.

Ці результати можуть указувати на те, що часові перспективи пояснюють більшу дисперсію у залежній змінній, якщо розглядати їх окремо від особистісних рис. Коли обидва набори змінних включені в модель, унікальна дисперсія, що пояснюється кожним набором змінних (тобто збільшення R^2 від кроку 1 до кроку 2), є меншою. Це свідчить про те, що може існувати певний збіг у тому, що вимірюється часовими перспективами та особистісними

рисами щодо благополуччя. Це підтверджується також високими кореляціями між особистісними рисами та часовими перспективами, отриманими на попередньому етапі статистичного аналізу. Коефіцієнти для кожного

предиктора також дещо змінюються залежно від порядку введення, що відображає унікальний внесок кожного предиктора під час контролю інших.

Таблиця 2

Прогнозування суб'єктивного благополуччя за допомогою особистісних рис та часових перспектив

	Ієрархічна модель, у якій часові перспективи вводяться до особистісних рис		Ієрархічна модель, у якій особистісні риси вводяться до часових перспектив	
	Крок 1	Крок 2	Крок 1	Крок 2
	β	β	β	β
Позитивне минуле	0,47 ***	0,40 ***		0,40 ***
Негативне минуле	-0,62 ***	-0,55 ***		-0,55 ***
Гедоністичне теперішнє	0,40 ***	0,32 ***		0,32 ***
Фаталістичне теперішнє	0,00	0,05		0,05
Позитивне майбутнє	0,32 ***	0,24 **		0,24 **
Негативне майбутнє	-0,19 *	-0,19 *		-0,19 *
Відкритість досвіду		0,26 **	0,47 ***	0,26 **
Емоційна стабільність		0,22 **	0,42 ***	0,22 **
Доброзичливість		0,25 *	0,29 **	0,25 *
Сумлінність		-0,15	-0,06	-0,15
Екстраверсія		-0,03	0,14	-0,03
R ²	0,243	0,030	0,145	0,128

Примітка: N = 599, p < .05. ** p < .01. *** p < .001.

Дискусія і висновки

У контексті українських біженців у Європі це дослідження робить значний внесок у розуміння того, як часові перспективи та особистісні риси взаємодіють і впливають на суб'єктивне благополуччя. Отримані результати дають уявлення про психологічні механізми подолання труднощів і стратегії життєстійкості, які використовуються цією групою населення.

У наявних дослідженнях повідомляється про зв'язки між часовими перспективами та особистісними рисами (Stolarski, Bitner, & Zimbardo, 2011; Zimbard, & Boyd, 1999), що узгоджується з отриманими в цій роботі результатами. Наприклад, було виявлено значні кореляції між позитивним минулим і такими рисами, як відкритість, сумлінність, доброзичливість і екстраверсія. Можна припустити, що сумлінні люди часто думають про своє минуле в позитивному світлі, розглядаючи минулі труднощі як можливості для зростання і навчання. У контексті біженців це може означати, що більш свідомі люди можуть використовувати свої позитивні спогади про минуле як джерело стійкості, що дозволяє їм більш ефективно адаптуватися до нового середовища. Аналогічно позитивна кореляція між позитивним минулим і доброзичливістю підтверджує думку про те, що позитивні спогади про минуле можуть сприяти альтруїстичній і кооперативній поведінці. Це особливо актуально для біженців, які, незважаючи на складні обставини, можуть знаходити розраду і силу в підтримці позитивних стосунків і наданні підтримки іншим людям у схожих ситуаціях.

Цікаво, що дослідження також виявило помірну позитивну кореляцію між негативним минулим і сумлінністю. Це може свідчити про те, що деякі біженці, незважаючи на старанність і надійність, можуть мати більш негативне сприйняття свого минулого через потенційну травму або жалі про минулі події. Це збігається з результатами

деяких досліджень, які показують, що сумлінні люди можуть бути більш схильні до самозвинувачення або роздумів над минулими помилками чи негараздами (Lodi-Smith, & Roberts, 2007). Позитивна кореляція між негативним минулим і сумлінністю, виявлена в цьому дослідженні, суперечить звичайній негативній кореляції між сумлінністю і невротизмом, рисою, яка часто асоціюється з негативним минулим (McCrae, & Costa, 1987). Однак, ураховуючи специфічний контекст біженців, які могли пережити травматичні події, на цю кореляцію можуть впливати індивідуальні стратегії подолання труднощів, що потенційно відображає певну форму життєстійкості.

Виявлені кореляції між гедоністичним теперішнім і відкритістю, доброзичливістю та екстраверсією свідчать про те, що біженці, які є комунікабельними, адаптивними і схильними до співпраці, можуть бути більш здатними насолоджуватися теперішнім моментом і отримувати від нього радість. Це може бути важливим механізмом подолання труднощів, що дозволяє людям зосередитися на позитивних моментах сьогодення, незважаючи на їхні минулі труднощі і невизначене майбутнє. Ці результати узгоджуються з висновками Drake et al. (2008). Їхнє дослідження показало, що люди з цими рисами часто демонструють гедоністичну орієнтацію на теперішнє, отримуючи задоволення від теперішнього моменту і будучи відкритими до нового досвіду.

Біженці, які мають більш фаталістичний погляд на сьогодення, виявилися менш відкритими до нового досвіду, менш емоційно стабільними і менш екстравертованими. Таким людям може бути складно адаптуватися до нового оточення і вони можуть боротися із почуттям невизначеності, що може негативно вплинути на їхнє загальне благополуччя. Майбутні втручання можуть бути спрямовані на підвищення емоційної стабільності та сприяння соціальній інтеграції, щоб протидіяти цим

почуттям. Ці результати збігаються з дослідженням Zimbardo and Boyd (1999). Вони припустили, що люди, які менш відкриті до досвіду, можуть бути більш схильні до фаталістичного погляду на теперішнє. Це може виступати захисним механізмом проти невизначеності та непередбачуваності нового досвіду.

Нарешті, позитивні кореляції між позитивним майбутнім і відкритістю, емоційною стабільністю, сумлінністю та доброзичливістю свідчать про те, що біженці, які зберігають оптимістичний погляд на своє майбутнє, є більш адаптивними, емоційно стійкими і схильними до співпраці. Така орієнтація на майбутнє може слугувати джерелом надії та стійкості в умовах невизначеності. З іншого боку, особи з негативним поглядом на майбутнє виявилися менш відкритими до нового досвіду, менш емоційно стабільними та менш екстравертованими. Це свідчить про те, що підвищення емоційної стійкості, сприяння соціальній інтеграції та відкритості може бути корисним для формування більш позитивного погляду на майбутнє серед біженців. Ці результати підтверджуються роботою Anagnostopoulos and Griva (2012). Вони виявили, що люди, які демонструють ці особистісні риси, часто мають більш позитивну перспективу майбутнього, що пов'язано з вищим суб'єктивним благополуччям.

Ієрархічний регресійний аналіз показав, що як часові перспективи, так і особистісні риси значно впливають на суб'єктивне благополуччя, хоча і з різною силою. Цей висновок підтверджує попередні дослідження, які підкреслили значну роль часових перспектив (Boniwell, & Zimbardo, 2004) та особистісних рис (Steel, Schmidt, & Shultz, 2008) у суб'єктивному благополуччі. Біженці з більшою відкритістю до досвіду, емоційною стабільністю та доброзичливістю мають вищий рівень суб'єктивного благополуччя, що, імовірно, пов'язано з їхньою здатністю адаптуватися до нового середовища, ефективно керувати своїми емоціями та підтримувати гармонійні стосунки з іншими.

Що стосується часових перспектив, то позитивне минуле, негативне минуле, гедоністичне теперішнє, позитивне майбутнє та негативне майбутнє виявилися значущими предикторами суб'єктивного благополуччя. Ці результати узгоджуються з попередніми дослідженнями щодо значної ролі часових перспектив у впливі на благополуччя (Zimbardo, & Boyd, 1999; Drake et al., 2008). Зокрема, українські біженці, які мають більш позитивний погляд на своє минуле, менше зосереджені на негативному минулому досвіді і більше – на тому, щоб насолоджуватися сьогоденням. Своєю чергою, ті, хто мають більш позитивний погляд на майбутнє, демонструють вищий рівень суб'єктивного благополуччя.

Однак риси сумлінності, екстраверсії та фаталістичної орієнтації на сьогодення не були значущими предикторами суб'єктивного благополуччя в цій моделі. Це дещо суперечить наявній літературі, яка часто визначає сумлінність та екстраверсію як значущі предиктори суб'єктивного благополуччя (DeNeve, & Cooper, 1998). Що стосується незначної ролі фаталістичної орієнтації на теперішнє, то це може свідчити про те, що на благополуччя біженців більше впливають їхні погляди на минуле і майбутнє, ніж відчуття безсилля у сьогоденні.

Таким чином, це дослідження дає відповіді на кілька ключових запитань. Було виявлено, що як часові перспективи, так і особистісні риси значною мірою передбачають суб'єктивне благополуччя серед українських біженців у Європі, причому часові перспективи роблять

більш суттєвий внесок у протестованих у роботі моделях. Це свідчить про те, що ці фактори можуть бути важливими для втручань, спрямованих на підвищення благополуччя біженців.

Результати дослідження мають практичне значення для фахівців, які працюють з біженцями. Розуміння ролі часових перспектив і особистісних рис у благополуччі може сприяти розроблянню індивідуальних психологічних інтервенцій. Наприклад, терапії, які допомагають розвивати позитивний погляд на минуле, теперішнє і майбутнє, а також підвищують емоційну стабільність, відкритість до досвіду і сумлінність, можуть бути особливо корисним для цієї групи населення.

Забігаючи наперед, можна виокремити кілька перспективних напрямів для майбутніх досліджень. Для кращого розуміння динаміки цих взаємозв'язків у часі і перевірки потенційних причинно-наслідкових зв'язків необхідні лонгітюдні дослідження. Крім того, якісні дослідження можуть забезпечити більш глибоке розуміння життєвого досвіду біженців. Крос-культурні порівняння також можуть пролити світло на те, як ці зв'язки можуть відрізнятися в різних групах біженців.

Насамкінець, дослідження робить цінний внесок у літературу щодо психологічних чинників, що впливають на благополуччя українських біженців у Європі. Поглиблюючи розуміння цих взаємозв'язків, можна розробляти ефективніші програми підтримки та втручань, спрямованих на покращення психологічного здоров'я та життєстійкості українських біженців у всьому світі.

Подяки, джерела та фінансування. Дані цього дослідження зібрано в межах проєкту Байройтського університету, факультету медико-біологічних наук. Керівник проєкту – д-р психол. наук, проф. Лаура М. Кьоніг, представник української сторони – д-р психол. наук, проф. Олена Литвиненко.

Список використаних джерел

- Anagnostopoulos, F., & Griva, F. (2012). Exploring Time Perspective in Greek Young Adults: Validation of the Zimbardo Time Perspective Inventory and Relationships with Mental Health Indicators. *Social Indicators Research*, 106(1), 41–59. <https://doi.org/10.1007/s11205-011-9792-y>
- Boniwell, I., Osin, E., Linley, P. A., & Ivanchenko, G. V. (2010). A question of balance: Time perspective and well-being in British and Russian samples. *The Journal of Positive Psychology*, 5(1), 24–40. <https://doi.org/10.1080/17439760903271181>
- Carelli, M. G., Wiberg, B., & Wiberg, M. (2011). Development and construct validation of the Swedish Zimbardo time perspective inventory. *European Journal of Psychological Assessment*, 27(4), 220–227. <https://doi.org/10.1027/1015-5759/a000076>
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 124(2), 197–229. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.124.2.197>
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542–575. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction with Life Scale. *Journal of Personality Assessment*, 49(1), 71–75. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13
- Drake, L., Duncan, E., Sutherland, F., Abernethy, C., & Henry, C. (2008). Time perspective and correlates of wellbeing. *Time, & Society*, 17(1), 47–61. <https://doi.org/10.1177/0961463X07086304>
- Estimated number of refugees from Ukraine recorded in Europe and Asia since February 2022 as of September 12, 2023, by selected country. (2023, September 14). Statista. <https://www.statista.com/statistics/1312584/ukrainian-refugees-by-country/>
- Ghazinoor, M., Richter, J., & Eiseemann, M. (2003). Personality related to coping and social support among Iranian refugees in Sweden. *The Journal of nervous and mental disease*, 191(9), 595–603. <http://dx.doi.org/10.1097/01.nmd.0000087186.03513.38>
- Koštál, J., Klicperová-Baker, M., Lukavský, J., & Lukavská, K. (2016). Short version of the Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI-short) with and without the Future-Negative scale, verified on nationally representative samples. *Time, & Society*, 25(2), 169–192. <https://doi.org/10.1177/0961463X15577254>

- Lodi-Smith, J., & Roberts, B. W. (2007). Social investment and personality: a meta-analysis of the relationship of personality traits to investment in work, family, religion, and volunteerism. *Personality and Social Psychology Review*, 11(1), 68–86. <https://doi.org/10.1177/108886830629459>
- Lytvynenko, O., & König, L. M. (2023). Investigation of Ukrainian refugees' eating behavior, food intake, and psychological distress: Study protocol and baseline data. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1–21. <https://doi.org/10.1111/aphw.12477>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of personality and social psychology*, 52(1), 81. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.1.81>
- Ogle, C. M., Rubin, D. C., & Siegler, I. C. (2013). The impact of the developmental timing of trauma exposure on PTSD symptoms and psychosocial functioning among older adults. *Developmental Psychology*, 49(11), 2191–2200. <https://doi.org/10.1037/a0031985>
- Porter, M., & Haslam, N. (2005). Predisplacement and postdisplacement factors associated with mental health of refugees and internally displaced persons: a meta-analysis. *Jama*, 294(5), 602–612. <https://doi.org/10.1001/jama.294.5.602>
- Rammstedt, B., & John, O. P. (2007). Measuring personality in one minute or less: A 10-item short version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 203–212. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.02.001>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological bulletin*, 134(1), 138. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Steel, Z., Chey, T., Silove, D., Mamane, C., Bryant, R. A., & van Ommeren, M. (2009). Association of torture and other potentially traumatic events with mental health outcomes among populations exposed to mass conflict and displacement: a systematic review and meta-analysis. *Jama*, 302(5), 537–549.
- Stolarski, M., Bitner, J., & Zimbardo, P. G. (2011). Time perspective, emotional intelligence and discounting of delayed awards. *Time, & Society*, 20(3), 346–363. <https://doi.org/10.1177/0961463X11414296>
- Stolarski, M., Wiberg, B., & Osin, E. (2014). Assessing temporal harmony: The issue of a balanced time perspective. In M. Stolarski, N. Fielaine, & W. van Beek (Eds.), *Time perspective theory: review, research and application – essays in honor of Philip G. Zimbardo*. Springer. https://doi.org/DOI:10.1007/978-3-319-07368-2_3
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
- Young, M. Y., & Chan, K. J. (2015). The psychological experience of refugees: A gender and cultural analysis. *Psychology of gender through the lens of culture: Theories and applications*, 17–36. https://doi.org/10.1007/978-3-319-14005-6_2
- Zhang, J. W., & Howell, R. T. (2011). Do time perspectives predict unique variance in life satisfaction beyond personality traits? *Personality and individual differences*, 50(8), 1261–1266. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.02.021>
- Zimbardo, P. G., & Boniwell, I. (2004). Balancing one's time perspective in pursuit of optimal functioning. *Positive psychology in practice*, 3, 105–168.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271–1288. https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2_2
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2008). *The time paradox: The new psychology of time that will change your life*. Simon and Schuster.
- Drake, L., Duncan, E., Sutherland, F., Abernethy, C., & Henry, C. (2008). Time perspective and correlates of wellbeing. *Time, & Society*, 17(1), 47–61. <https://doi.org/10.1177/0961463X07086304>
- Estimated number of refugees from Ukraine recorded in Europe and Asia since February 2022 as of September 12, 2023, by selected country. (2023, September 14). Statista. <https://www.statista.com/statistics/1312584/ukrainian-refugees-by-country/>
- Ghazinoor, M., Richter, J., & Eisemann, M. (2003). Personality related to coping and social support among Iranian refugees in Sweden. *The journal of nervous and mental disease*, 191(9), 595–603. <http://dx.doi.org/10.1097/01.nmd.0000087186.03513.38>
- Košťál, J., Kličperová-Baker, M., Lukavský, J., & Lukavská, K. (2016). Short version of the Zimbardo Time Perspective Inventory (ZTPI-short) with and without the Future-Negative scale, verified on nationally representative samples. *Time, & Society*, 25(2), 169–192. <https://doi.org/10.1177/0961463X15577254>
- Lodi-Smith, J., & Roberts, B. W. (2007). Social investment and personality: a meta-analysis of the relationship of personality traits to investment in work, family, religion, and volunteerism. *Personality and Social Psychology Review*, 11(1), 68–86. <https://doi.org/10.1177/108886830629459>
- Lytvynenko, O., & König, L. M. (2023). Investigation of Ukrainian refugees' eating behavior, food intake, and psychological distress: Study protocol and baseline data. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1–21. <https://doi.org/10.1111/aphw.12477>
- McCrae, R. R., & Costa, P. T. (1987). Validation of the five-factor model of personality across instruments and observers. *Journal of personality and social psychology*, 52(1), 81. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.1.81>
- Ogle, C. M., Rubin, D. C., & Siegler, I. C. (2013). The impact of the developmental timing of trauma exposure on PTSD symptoms and psychosocial functioning among older adults. *Developmental Psychology*, 49(11), 2191–2200. <https://doi.org/10.1037/a0031985>
- Porter, M., & Haslam, N. (2005). Predisplacement and postdisplacement factors associated with mental health of refugees and internally displaced persons: a meta-analysis. *Jama*, 294(5), 602–612. <https://doi.org/10.1001/jama.294.5.602>
- Rammstedt, B., & John, O. P. (2007). Measuring personality in one minute or less: A 10-item short version of the Big Five Inventory in English and German. *Journal of Research in Personality*, 41(1), 203–212. <https://doi.org/10.1016/j.jrp.2006.02.001>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Steel, P., Schmidt, J., & Shultz, J. (2008). Refining the relationship between personality and subjective well-being. *Psychological bulletin*, 134(1), 138. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Steel, Z., Chey, T., Silove, D., Mamane, C., Bryant, R. A., & van Ommeren, M. (2009). Association of torture and other potentially traumatic events with mental health outcomes among populations exposed to mass conflict and displacement: a systematic review and meta-analysis. *Jama*, 302(5), 537–549.
- Stolarski, M., Bitner, J., & Zimbardo, P. G. (2011). Time perspective, emotional intelligence and discounting of delayed awards. *Time, & Society*, 20(3), 346–363. <https://doi.org/10.1177/0961463X11414296>
- Stolarski, M., Wiberg, B., & Osin, E. (2014). Assessing temporal harmony: The issue of a balanced time perspective. In M. Stolarski, N. Fielaine, & W. van Beek (Eds.), *Time perspective theory: review, research and application – essays in honor of Philip G. Zimbardo*. Springer. https://doi.org/DOI:10.1007/978-3-319-07368-2_3
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01
- Young, M. Y., & Chan, K. J. (2015). The psychological experience of refugees: A gender and cultural analysis. *Psychology of gender through the lens of culture: Theories and applications*, 17–36. https://doi.org/10.1007/978-3-319-14005-6_2
- Zhang, J. W., & Howell, R. T. (2011). Do time perspectives predict unique variance in life satisfaction beyond personality traits? *Personality and individual differences*, 50(8), 1261–1266. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.02.021>
- Zimbardo, P. G., & Boniwell, I. (2004). Balancing one's time perspective in pursuit of optimal functioning. *Positive psychology in practice*, 3, 105–168.
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (1999). Putting time in perspective: A valid, reliable individual-differences metric. *Journal of Personality and Social Psychology*, 77(6), 1271–1288. https://doi.org/10.1007/978-3-319-07368-2_2
- Zimbardo, P. G., & Boyd, J. N. (2008). *The time paradox: The new psychology of time that will change your life*. Simon and Schuster.

Отримано редакцією журналу / Received: 20.07.23
 Прорецензовано / Revised: 19.10.23
 Схвалено до друку / Accepted: 20.11.23

Vladyslava KELLER, PhD Student
ORCID ID: 0000-0001-9510-5208
e-mail: keller.vlada1@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

THE INFLUENCE OF TIME PERSPECTIVE AND PERSONALITY TRAITS ON THE PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF UKRAINIAN REFUGEES IN EUROPE

Background. *The Russian invasion of Ukraine in 2022 led to a sharp increase in the number of Ukrainian refugees in Europe. Due to the war and the subsequent need to adapt to new socio-cultural conditions, the mental health of this population is particularly vulnerable. People who have been forced to leave their country experience significant stress and are prone to developing symptoms of anxiety and depression. While psychopathology in this context has been well researched, protective factors that could potentially contribute to a better adjustment of Ukrainian refugees in the new environment have been less frequently studied. Accordingly, this study aims to fill this gap by examining the role of time perspective and personality traits in influencing the psychological well-being of Ukrainian refugees.*

Methods. *A sample of 599 Ukrainian refugees from different European countries was studied using three key instruments: the Zimbardo Time Perspective Inventory, short version (ZTPI-15), the Big Five Personality Inventory, short version (BFI-10), and the Singer-Wheeler Life Satisfaction Scale (SWLS). Correlation and hierarchical regression analyses were used to determine the relationships between these constructs.*

Results. *Both time perspective and personality traits were shown to predict subjective well-being significantly. In particular, refugees who demonstrate greater openness, emotional stability, and friendliness report higher levels of life satisfaction. Similarly, positive orientations toward the past and future were associated with increased well-being, while negative orientations were associated with decreased well-being. In contrast, conscientiousness, extraversion, and fatalistic orientation to the present were not significant predictors of subjective well-being, which is at odds with some existing literature.*

Conclusions. *These findings emphasize the importance of considering both time perspective and personality traits in understanding the psychological well-being of Ukrainian refugees. They also point to the potential benefits of interventions to develop adaptive time perspectives and positive personality traits. Further research is needed to develop and evaluate such interventions.*

Keywords: *Ukrainian refugees, time perspective, personality traits, psychological well-being, subjective well-being, Zimbardo Time Perspective Inventory, Big Five Personality Test, Life Satisfaction Scale, hierarchical regression analysis.*

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

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

УДК 159.91.612.8

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).11](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).11)

Наталія ТАРАН¹, д-р біол. наук, проф.
ORCID ID: 0000-0002-8669-5899
e-mail: ny_taran@ukr.net

Людмила БАЦМАНОВА¹, канд. біол. наук, ст. наук. співроб.
ORCID ID: 0000-0002-7995-8187
e-mail: l.batsmanova@gmail.com

Оксана КОСИК¹, канд. біол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0003-0873-3180
e-mail: o_kosyk@ukr.net

Ігор ЗИМА¹, д-р біол. наук., ст. наук. співроб.
ORCID ID: 0000-0003-2310-5609
e-mail: igor.zyma@knu.ua

¹Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ВПЛИВ ЗАНЯТТЯ САДІВНИЦТВОМ НА ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНИЙ СТАН ЛЮДИНИ

Вступ. Представлено огляд наукової літератури щодо впливу заняття садівництвом на функціональну активність мозку та емоції. У сучасному житті постійно відчуються інформаційні та емоційні напруження, перевантаження, що може призвести до занепокоєння та дискомфорту. Саме тому збереження психічного здоров'я дорослих і дітей є одним із найважливіших завдань, адже від цього залежить якість життя і особистісний розвиток кожного. Виявлено, що взаємодія людини з рослинним світом зменшує неспокій та стрес. Отже, метою дослідження було з'ясування впливу певних видів садівничої діяльності на психофізіологічні функції мозку людини.

Результати. Науковими дослідженнями підтверджено, що заняття садівництвом (догляд за рослинами, контакт із ґрунтом) має багато фізичних та розумових переваг для відновлення і усунення наслідків психоемоційного перенапруження сучасної людини. Виявлено, що природне, зелене середовище зменшує стрес, тоді як міське середовище має протилежний ефект. Завдяки позитивним результатам садівничої діяльності будинки для літніх людей пропонують цей вид активності людям середнього та літнього віку, офісним працівникам і широкій громадськості, щоб зменшити стрес і підвищити позитивні емоції. Показано, що після кожного виду садівничої діяльності формується функціональна зв'язність активованих часток мозку. Зокрема, на етапі підготування ділянки та посіву обстежувані сконцентрувалися на механічній обробці ґрунту, що полегшило їм увійти в стан зосередженого усвідомлення, подібного до медитації на усвідомлення. Новизна навичок садівничої діяльності викликає творчість і належить до емоційного опрацювання і мережі просодики.

Висновки. Роботи із садівництва (сівба насіння, садіння саджанців, внесення добрив, прополювання тощо) стабілізують психоемоційний стан людини. Заняття садівництвом посилює утворення функціональних зв'язків часток мозку, включаючи мережу емоційної просодики (сприяння позитивному мисленню, емоційній регуляції, самоконтролю та творчому мисленню). Ця інформація може використовуватись для розроблення методів терапії людей з особливими потребами з урахуванням конкретних видів садівничої діяльності.

Ключові слова: садівництво, психофізіологічний стан, функціональна активність мозку, емоції, функціональні зв'язки, частки мозку, мережа просодики, функціональна магнітно-резонансна томографія, профіль станів настрою.

Вступ

Актуальність. Вплив позитивних емоцій у нашому житті важко переоцінити. Сьогодні досить часто у своєму оточенні ми спостерігаємо підвищену тривожність, страх, невпевненість у собі, надмірну вразливість, тривожність. Саме тому збереження психічного здоров'я дорослих і дітей є одним із найважливіших завдань, адже від цього залежить якість життя і особистісний розвиток кожного. Стан психічного здоров'я, повноцінна життєдіяльність людини значною мірою залежать від збалансованості емоцій. Позитивні емоції забезпечують оптимальність проходження таких психічних процесів, як сприймання, пам'ять, уява, мислення, вони поліпшують ефективність інтелектуальної діяльності та підвищують рівень особистої активності. Позитивний емоційний стан сприяє також формуванню волевих процесів, від яких залежить успішна діяльність особистості, зокрема і навчальна.

У сучасному житті постійно відчуються інформаційні та емоційні напруження, перевантаження, що може призвести до занепокоєння та дискомфорту (Ulrich, 1992). Взаємодія людини з рослинним світом характеризується тим, що останній зменшує неспокій та стрес. Це може бути пов'язано з тривалою еволюцією стосунків людини з природою (Balling, 2015; Heerwagen, 1995; Wilson, 1984). Глибокий зв'язок людей із природою сприяв формуванню біофілії (тобто любові до життя або

схожих на життя елементів) або біофобії (тобто страху перед природою) (Wilson, 1984).

Садівництво використовує рослини як середовище для контакту людини з природою. Доведено, що такі види діяльності, як садіння, догляд за рослинами, збирання урожаю, викликають позитивні емоції (Hayashi et al., 2008), знімають стрес, збільшують спектр соціальних взаємодій, мають екологічні переваги (McFarland et al., 2018) і підвищують загальний рівень задоволеності життям людей різного віку і статі (Waliczek et al., 2005). Клінічні дослідження показали, що заняття садівництвом корисне для здоров'я людей і впливає на їхні фізичні, психологічні, когнітивні, соціальні та поведінкові функції (Park et al., 2016; Soga, Gaston, & Yamaura, 2017). С. Левіс показав (Lewis, 1995), що зв'язок між садівничою терапією / заходами та здоров'ям описується психоеволюційними теоріями відновлення уваги (Kaplan, & Kaplan, 1989) та реабілітації після стресу, які стверджують, що сад знімає стрес і відновлює здоров'я (Ulrich et al., 1991). Ці теорії лягли в основу дослідження про переваги для здоров'я, що спостерігаються у людей, які займаються садівництвом. Згідно з теорією відновлення уваги (Kaplan, & Kaplan, 1989), природне середовище відновлює функції уваги, відчуття майбутнього, захоплення. С. Маркус, М. Барнес показали (Marcus, & Barnes, 1999, р. 235–247), що місця з природними факторами мають терапевтичний вплив на людину, підвищують

© Таран Наталія, Бацманова Людмила, Косик Оксана, Зима Ігор, 2023

відчуття контролю над собою, а також відчуття підтримки з боку інших. Ці теорії підтверджують, що садівництво як модель взаємодії людини з природним середовищем зменшує стрес, сприяє відновленню уваги, позитивних емоцій, зокрема й відчуття щастя та задоволення (Czerwén, Pedersen, & Pálsdóttir, 2016).

Метою є дослідити вплив певних видів садівничої діяльності на психофізіологічні функції мозку людини.

Виклад основного матеріалу. Виявлено, що природне зелене середовище стимулює парасимпатичну нервову систему, що сприяє зменшенню стресу (Ewert, & Chang, 2018; Ulrich, 1991; Van den Berg et al., 2015; Yao, Zhang, & Gong, 2021), тоді як міське середовище не має такого ефекту. С. Н. Парк, Р. Н. Маттсон встановили, що контакт людини з рослинами впливає на фізіологічні механізми психічної діяльності (Park, & Mattson, 2009, p. 102–105). Зокрема, психофізіологічні реакції, пов'язані з доглядом за живими та штучними рослинами, відрізняються. Крім того, учасники експерименту відчували більш розслаблений стан і мали зниження рівня концентрації оксигемоглобіну в лобових частках під час контакту з рослинами в горщиках (Park et al., 2017). Завдяки позитивним результатам впливу садівничої діяльності будинки для літніх людей (Rodiek, 2002) і громадські сади (Hayashi, 2008) пропонують цей вид діяльності людям середнього та літнього віку, офісним працівникам та широкій громадськості для зменшення стресу та отримання позитивних емоцій (Sahlin et al., 2014; Van Den Berg, & Custers, 2010). Крім того, доведено, що садівнича діяльність позитивно впливає на тих, хто страждає на депресію та тривожні розлади (Song et al., 2010; Vujcic, 2017). Зазначають, що короткострокові садівничі заходи (менше ніж 10 сеансів по 30–60 хв.) зазвичай найпопулярніші і підходять для будь-якого віку (дошкільнята, підлітки, дорослі, люди похилого віку) (Park et al., 2016).

Функціональна комунікація мозку відіграє вирішальну роль у складних когнітивних процесах, оскільки це полегшує постійну інтеграцію інформації з різних ділянок мозку (Van den Heuvel, & Hulshoff Pol, 2010). Функціональна зв'язність (ФЗ) вважається тимчасовою залежністю нейрофізіологічних реакцій у різних ділянках (Friston et al., 1993) і використовується для вивчення кореляції активації нейронів різних часток мозку. Наприклад, М. Перроне-Бертолотті досліджував зв'язок між переглядом приємних та неприємних образів та ділянками мозку, які пов'язані з емоціями (Perrone-Bertolotti et al., 2016, p. 121). Результати дослідження показали, що спостерігалось більше залучення медіальної префронтальної кори під час перегляду приємних зображень порівняно з переглядом неприємних (Perrone-Bertolotti et al., 2016). Лімбічна система включає в себе частки мозку, які пов'язані з емоціями (Dalglish, 2004). Г. Кім та ін. виявили, що передня поясна кора головного мозку сильніше активується під час перегляду природних ландшафтів (гори, природні парки, ліси тощо), ніж під час перегляду міських ландшафтів (Kim et al., 2010, p. 507). Мигдалеподібне тіло пов'язане з негативними емоціями, такими як тривога, страх і нещастя (Lane et al., 1997; Schwartz, & Davidson, 1997) і відіграє важливу роль у виявленні загрози навколишнього середовища (Scott et al., 1997). Гіпоталамус має широкий спектр комплексних функцій, які впливають на реакцію організму людини на навколишнє середовище, перетворення відчуттів на емоції (Carter, 2019). К. Вутал, С. Наманн розглянули активацію мозку, пов'язану з емоціями, і виявили, що: щастя пов'язане з верхньою скроневою звивиною правої півкулі

(R-STG) і лівою передньою поясною звивиною; смуток корелює з лівою медіальною лобовою звивиною (L-MFG), лівою та правою нижньою лобовою звивиною (відповідно); гнів пов'язаний з правою нижньою лобовою звивиною і правою парагіпокампульною звивиною; огида – з правою нижньою лобовою звивиною (Vytal, & Hamann, 2010, p. 2864–2885).

Г. Рот повідомив, що навколишнє середовище впливає на мозок і сенсоріку людини (Roth, 2013, p. 165–192). Г. Братман та ін. перевірили вплив природного довкілля на реакцію ділянок головного мозку людини та виявили, що суб'єкти, які перебували в умовах відкритої природи, мали знижену реактивність (активаційний рівень) субгенуальної префронтальної кори мозку, на відміну від тих, хто перебував у міському середовищі (Bratman et al., 2015a, p. 41–50). Окрім того, з'ясовано, що активність sgPFC посилюється під час смутку та негативної саморефлексії (Kross et al., 2009).

Інші дослідження вивчали стан людей до та після участі в садівничій діяльності (Lai, Lee, & Chang, 2021). Зокрема, вивчалася функціональна активність мозку та емоції, які виникають під час садівничої діяльності, враховуючи, що людський мозок і сенсорні системи стимулюються навколишнім середовищем. Проте донині не досліджувалися безпосередні неврологічні ефекти, які обумовлені різними видами садівничої діяльності, а саме – підготування ділянки та посіву, внесення добрив, прополювання, збирання урожаю.

У Національному Тайванському університеті проведено дослідження за участі студентів для визначення впливу садівничої діяльності на психологічні реакції (Lai et al., 2023). Дослідники вивчили взаємозв'язок між безпосередніми функціональними зв'язками в неокортексі та емоційною активацією після різних садівничих робіт. Група учасників експерименту складалася із 23 студентів (12 чоловіків і 11 жінок – середній вік 23 роки), які були фізично та психічно здорові, мали нормальний зір та слух, не мали ушкоджень мозку, неврологічних захворювань, захворювань серцевосудинної системи, постійних металевих імплантів (наприклад, нігтів чи штучних суглобів) або татуювань.

Експериментальний процес тривав шість тижнів і включав три етапи садівничих робіт, а саме: підготування ділянки до сівби, внесення добрив та прополювання, а також збирання врожаю. Після кожного виду діяльності проводилось функціональне сканування мозку. Функціональна магнітно-резонансна томографія (фМРТ) та профіль станів настрою використовувалися для визначення фізіологічних та психологічних показників.

фМРТ-дослідження студентів і попередні тести були проведені на першому тижні експерименту. На другому, четвертому та шостому тижнях проводили діагностику за допомогою фМРТ після кожного виду садівничої активності через 50 хвилин. Під час проведення фМРТ студенти перебували у стані спокою з прикритими очима, не зосереджувались на якійсь конкретній розумовій діяльності. Сканування проводилось впродовж десяти хвилин.

Експериментальна ділянка (3 м × 1,5 м) розташовувалась у міській зоні. На ділянці проводились такі роботи: підготування ділянки та сівба, яка включала видалення бур'янів, перекопування ґрунту, вирівнювання, садіння, пересаджування розсади овочів і зволоження землі. Вирощували салат (*Lactucasativa*L.), руколу (*Erucasativa*Mill.), цикорій (*Cichoriumintybus*L.), які мають відносно коротку вегетацію і не потребують особливих умов зростання. Учасники отримали відповідні консультації щодо методу вирощування. Крім того, були

обмеження на використання електронних пристроїв (мобільних телефонів), щоб учасники могли повністю зосередитися на своїй садівничій діяльності.

Результати

Отримані результати досліджень показали особливості формування функціональної зв'язності активованих часток мозку після кожного виду садівничої діяльності. У осіб, які брали участь у підготуванні ділянки та сівбі, з'являвся істотний зв'язок між правою верхньою скроневою звивиною (R-STG) і правою нижньою лобовою звивиною (R-IFG) порівняно з тими, хто не брав участі в цих роботах. Відомо, що функціональна зв'язність між R-STG і R-IFG пов'язана з емоційним опрацюванням сигналів (Frühholz, Ceravolo, Grandjean, 2011). Однак точний механізм і зв'язок між ділянками мозку в емоційній нейромережі і просто дії залишається незрозумілим. Значну функціональну зв'язність було виявлено між лівою передньою (L-ACC) та правою передньою (R-ACC) поясною корою. На сьогодні функціональна активність поясної кори (ACC) пов'язується з емоційною регуляцією та емоційним сприйняттям в когнітивних процесах (Bush, Luu, & Posner, 2000). І. Камітсис, Й. Сіммондс провели дослідження медитації та концентрації уваги і встановили в обстежуваних активацію поясної кори (ACC), покращення емоційної регуляції та самоконтролю (Kamitsis, & Simmonds, 2017, р. 229–248). Дослідники використовували заняття садівництвом як аналог медитаційної діяльності для розвитку уважності до природи, що дозволяє учасникам зосередитися на природних чинниках і зменшити стрес, хвилювання. Зокрема, на етапі підготування ділянки та посіву обстежувані сконцентрувалися на механічному обробленні ґрунту, що полегшило їм входження у стан зосередженого усвідомлення. Тому припускається, що підготування ділянки та сівба показує результати, подібні до результатів медитації на усвідомлення.

Проте інші дослідники стверджують, що активація поясної кори пов'язана з негативними емоціями. Зокрема, Р. Картер з'ясував, що негативні емоції можуть викликати активацію ACC (Carter, 2019, р. 140–147).

Водночас, згідно з Р. А. Ашлі та ін., контакт із природними об'єктами підвищує творчі здібності серед широкого кола учасників обстеження (Atchley, Strayer, & Atchley, 2012). Пламбеч та Ван ден Босх виявили значний функціональний зв'язок між лівою нижньою лобовою звивиною (L-IFG) та правою верхньою скроневою звивиною (R-STG) і з'ясували, що мультисенсорні стимули від природного середовища (візуальні подразники, спів птахів, дзюрчання води, запахові насичення, фітонциди та негативні аероіони в повітрі) можуть сприяти підвищенню рівня самопочуття загалом та творчості зокрема (Plambeck, Konijnendijk van den Bosch, 2015, р. 255–263). Результати цього дослідження вказують на те, що новизна навичок садівничої діяльності викликає творчість, яка обумовлюється функціональною зв'язністю R-STG і L-IFG, і належить до емоційного опрацювання і мережі просодики.

Роботи із внесення добрив і прополювання показали значну функціональну зв'язність між лівою передньою поясною корою (L-ACC), лівою верхньою скроневою звивиною (L-STG) та правою верхньою скроневою звивиною (R-STG). К. Гарада та ін. повідомляють про сильніші функціональні зв'язки між поясною корою (ACC) і скроневою звивиною (STG) у людей з меншим рівнем депресії (Harada et al., 2018).

Отже, роботи із садівництва (сівба насіння, садіння саджанців, внесення добрив, прополювання тощо) стабілізують психоемоційний стан людини. Згідно з М. Вуйціс та ін., участь у садівничих заходах, особливо таких,

як збір врожаю, зменшує симптоми депресії та тривоги (Vujcic et al., 2017, р. 385–392).

Оцінюючи психоемоційний стан, необхідно зазначити, що участь у всіх садово-городніх заходах викликала позитивні емоції. Ці висновки узгоджуються з літературними даними (Bratman et al., 2015b; Chalmin-Pui, 2021; Ikei et al., 2014; Lowry et al., 2007).

Внесення добрив, прополювання, збирання врожаю викликали більше позитивних емоцій, ніж підготування ділянки та сівба, що можна пояснити відмінностями в інтенсивності різних садівничих робіт. Зокрема, А. Лее та ін. повідомили, що підготування садових ділянок (копання та згрібання) призводить до накопичення високого рівня негативних емоцій, таких як втома та тривога, порівняно з іншими видами садівничих активностей (Lee, Kim, & Park, 2021, р. 12968).

Під час внесення добрив і етапу прополювання більшість учасників фотографували ріст і розвиток рослин. Успішне вирощування рослин (проростання та зростання) викликало позитивні емоції серед учасників, зокрема, почуття виконаного обов'язку. Ці результати щодо позитивного впливу садівничої діяльності на психоемоційний стан узгоджуються з даними С. Левіс і А. Хан та ін. (Lewis, 1995, р. 31–40; Han, Park, & Ahn, 2018, р. 19–23).

Дискусія і висновки

Отже, різні види садово-городньої діяльності призводять до посилення взаємодії різних нейромереж головного мозку, стимулюючи різні функціональні зв'язки між різними відділами ГМ. Отримані результати показують, що зони ГМ, пов'язані з творчими здібностями, зокрема з лівою передньою поясною корою (L-ACC), активуються в динамічних діях, таких як створення городньої ділянки, посів насіння, садіння саджанців, формування дерев та кущів. Ділянки мозку, що пов'язані з формуванням так званої психофізіологічної стабільності (з лівою нижньою лобовою звивиною (L-IFG) та правою верхньою скроневою звивиною (R-STG)) активуються у статичі, за таких дій, як внесення добрив, прополювання та збирання врожаю. Ця інформація може використовуватись для розроблення методів терапії людей з особливими потребами з урахуванням конкретних видів садівничої діяльності.

Перспективи подальших досліджень. Виходячи з вищенаведеного, необхідно зазначити, що садівнича діяльність поступово починає оцінюватися як альтернативна терапія за рахунок асоційованої активації часток мозку з фізичними та психологічними реакціями. Для з'ясування впливу садівничих заходів на емоційний стан і функціональну зв'язність зон мозку, необхідно проводити більш тривалі (лонгітудні) дослідження (сезонні зміни культур). Треба, щоб майбутні дослідження урахували сезонні зміни, які можуть впливати на результати експерименту. У майбутніх дослідженнях необхідно продовжувати використовувати змішані методи дослідження з нейронауками (фМРТ, ЕЕГ, айтрекінг) і психологічними реакціями, пов'язаними з кожним типом садівничої діяльності в різних вікових групах для розширення сфери застосування результатів дослідження. Крім того, подальші дослідження повинні включати більш якісні методи перевірки результатів, наприклад, нейропсихологічні та нейробіологічні дослідження, для з'ясування факторів, які сприяють встановленню функціональних зв'язків (конектом) між структурами мозку та різними видами садівничої діяльності.

Внесок авторів: Наталія Таран – концептуалізація; Людмила Бацманова – написання, оригінальна чернетка; Оксана Косик – перегляд і редагування; Ігор Зима – перегляд і редагування.

Список використаних джерел

- Atchley, R. A., Strayer, D. L., & Atchley, P. (2012). Creativity in the wild: Improving creative reasoning through immersion in natural settings. *PLoS ONE*, 7(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0051474>
- Bratman, G. N., Daily, G. C., Levy, B. J., & Gross, J. J. (2015). The benefits of nature experience: Improved affect and cognition. *Landscape and Urban Planning*, 138, 41–50. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2015.02.005>
- Bratman, G. N., Hamilton, J. P., Hahn, K. S., Daily, G. C., & Gross, J. J. (2015). Nature experience reduces rumination and subgenual prefrontal cortex activation. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 112(28), 8567–8572. <https://doi.org/10.1073/pnas.1510459112>
- Bush, G., Luu, P., & Posner, M. I. (2000). Cognitive and emotional influences in anterior cingulate cortex. *Trends in Cognitive Sciences*, 4(6), 215–222. [https://doi.org/10.1016/s1364-6613\(00\)01483-2](https://doi.org/10.1016/s1364-6613(00)01483-2)
- Carter, R. (2019). *The human brain book: An illustrated guide to its structure, function, and disorders*. DK
- Cerwén, G., Pedersen, E., & Páldóttir, A.-M. (2016a). The role of soundscape in nature-based rehabilitation: A patient perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph13121229>
- Chalmin-Pui, L. S., Griffiths, A., Roe, J., Heaton, T., & Cameron, R. (2021). Why garden? – Attitudes and the perceived health benefits of home gardening. *Cities*, 112. <https://doi.org/10.1016/j.cities.2021.103118>
- Dalgleish, T. (2004). The emotional brain. *Nature Reviews Neuroscience*, 5(7), 583–589. <https://doi.org/10.1038/nrn1432>
- Ewert, A., & Chang, Y. (2018). Levels of nature and stress response. *Behavioral Sciences*, 8(5). <https://doi.org/10.3390/bs8050049>
- Friston, K. J., Frith, C. D., Liddle, P. F., & Frackowiak, R. S. J. (1993). Functional connectivity: The principal-component analysis of large (PET) data sets. *Journal of Cerebral Blood Flow, & Metabolism*, 13(1), 5–14. <https://doi.org/10.1038/jcbfm.1993.4>
- Frühholz, S., Ceravolo, L., & Grandjean, D. (2011). Specific brain networks during explicit and implicit decoding of emotional prosody. *Cerebral Cortex*, 22(5), 1107–1117. <https://doi.org/10.1093/cercor/bhr184>
- Han, A.-R., Park, S.-A., & Ahn, B.-E. (2018). Reduced stress and improved physical functional ability in elderly with mental health problems following a horticultural therapy program. *Complementary Therapies in Medicine*, 38, 19–23. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.03.011>
- Harada, K., Ikuta, T., Nakashima, M., Watanuki, T., Hirotsu, M., Matsubara, T., Yamagata, H., Watanabe, Y., & Matsuo, K. (2018). Altered Connectivity of the Anterior Cingulate and the Posterior Superior Temporal Gyrus in a Longitudinal Study of Later-life Depression. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 10. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2018.00031>
- Hayashi, N., Wada, T., Hirai, H., Miyake, T., Matsuura, Y., Shimizu, N., Kurooka, H., & Horiuchi, S. (2008). The Effects of Horticultural Activity in a Community Garden on Mood Changes. *Environment Control in Biology*, 46(4), 233–240. <https://doi.org/10.2525/ecb.46.233>
- Heerwagen, J. H., & Orians, G. H. (1995). Humans, Habitats and Aesthetics. In S. R. Kellert (Ed.), *The Biophilia Hypothesis* (p. 138–172). Island Press.
- Ikei, H., Komatsu, M., Song, C., Himoro, E., & Miyazaki, Y. (2014). The physiological and psychological relaxing effects of viewing rose flowers in office workers. *Journal of Physiological Anthropology*, 33(1), 6. <https://doi.org/10.1186/1880-6805-33-6>
- Kamitsis, I., & Simmonds, J. G. (2017). Using resources of nature in the counselling room: Qualitative research into ecotherapy practice. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 39(3), 229–248. <https://doi.org/10.1007/s10447-017-9294-y>
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *Experience of nature: A psychological perspective*. University of Cambridge ESOL Examinations.
- Kim, G.-W., Jeong, G.-W., Kim, T.-H., Baek, H.-S., Oh, S.-K., Kang, H.-K., Lee, S.-G., Kim, Y. S., & Song, J.-K. (2010). Functional neuroanatomy associated with natural and urban scenic views in the human brain: 3.0T functional MR imaging. *Korean Journal of Radiology*, 11(5). <https://doi.org/10.3348/kjr.2010.11.5.507>
- Kross, E., Davidson, M., Weber, J., & Ochsner, K. (2009). Coping with emotions past: The neural bases of regulating affect associated with negative autobiographical memories. *Biological Psychiatry*, 65(5), 361–366. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2008.10.019>
- Lai, P. H., Lee, A. Y., & Chang, C. Y. (2021). Using functional magnetic resonance imaging (fMRI) technology to analyze the benefit of horticultural activities. *Acta Horticulturae*, (1330), 161–168. <https://doi.org/10.17660/actahortic.2021.1330.18>
- Lai, P.-H., Li, C.-W., Hung, S.-H., Lee, A.-Y., Chang, C.-Y., & Tang, H.-F. (2023). How do horticultural activities affect brain activation and emotion? Scientific evidence based on functional connectivity. *HortScience*, 58(1), 67–78. <https://doi.org/10.21273/hortsci16788-22>
- Lane, R. D., Reiman, E. M., Bradley, M. M., Lang, P. J., Ahern, G. L., Davidson, R. J., & Schwartz, G. E. (1997). Neuroanatomical correlates of pleasant and unpleasant emotion. *Neuropsychologia*, 35(11), 1437–1444. [https://doi.org/10.1016/s0028-3932\(97\)00070-5](https://doi.org/10.1016/s0028-3932(97)00070-5)
- Lee, A.-Y., Kim, S.-O., & Park, S.-A. (2021). Attention and emotional states during horticultural activities of adults in 20s using electroencephalography: A pilot study. *Sustainability*, 13(23). <https://doi.org/10.3390/su132312968>
- Lewis, C. A. (1995). Human health and well-being: The psychological, physiological, and sociological effects of plants on people. *Acta Horticulturae*, (391), 31–40. <https://doi.org/10.17660/actahortic.1995.391.2>
- Lowry, C. A., Hollis, J. H., de Vries, A., Pan, B., Brunet, L. R., Hunt, J. R. F., Paton, J. F. R., van Kampen, E., Knight, D. M., Evans, A. K., Rook, G. A. W., & Lightman, S. L. (2007). Identification of an immune-responsive mesolimbocortical serotonergic system: Potential role in regulation of emotional behavior. *Neuroscience*, 146(2), 756–772. <https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2007.01.067>
- Marcus, C. C., M. Barnes. Healing gardens. (1999). *Therapeutic benefits and design recommendations*. John Wiley Sons Inc.
- McFarland, A., Waliczek, T. M., Etheredge, C., & Sommerfeld Lillard, A. J. (2018). Understanding motivations for gardening using a qualitative general inductive approach. *HortTechnology*, 28(3), 289–295. <https://doi.org/10.21273/horttech03972-18>
- Park, S. A., Lee, A. Y., Lee, G. J., Kim, D. S., Kim, W. S., Shoemaker, C. A., & Son, K. C. (2016). Horticultural activity interventions and outcomes. *WeonnyeGwahagGisulji*, (34), 513–527. <https://doi.org/10.12972/kjhst.20160053>
- Park, S.-A., Song, C., Oh, Y.-A., Miyazaki, Y., & Son, K.-C. (2017). Comparison of physiological and psychological relaxation using measurements of heart rate variability, prefrontal cortex activity, and subjective indexes after completing tasks with and without foliage plants. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph14091087>
- Park, S.-H., & Mattson, R. H. (2009). Therapeutic influences of plants in hospital rooms on surgical recovery. *HortScience*, 44(1), 102–105. <https://doi.org/10.21273/hortsci.44.1.102>
- Perrone-Bertolotti, M., Cerles, M., Ramdeen, K. T., Boudiaf, N., Pichat, C., Hot, P., & Baciuc, M. (2016). The self-pleasantness judgment modulates the encoding performance and the default mode network activity. *Frontiers in Human Neuroscience*, 10. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2016.00121>
- Plambech, T., & Konijnendijk van den Bosch, C. C. (2015). The impact of nature on creativity – A study among Danish creative professionals. *Urban Forestry, & Urban Greening*, 14(2), 255–263. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2015.02.006>
- Rodiek S. (2002). Influence of an outdoor garden on mood and stress in older adults. *J. Therapeutic Hort.*, (13), 13–21.
- Roth, G. (2013). Sensory systems: The coupling between brain and environment. In G. Roth (Ed). *The long evolution of brains and minds*. Springer Neth.
- Sahlin, E., Ahlberg, G., Matuszczyk, J., & Grahn, P. (2014). Nature-Based stress management course for individuals at risk of adverse health effects from work-related stress-effects on stress related symptoms, workability and sick leave. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11(6), 6586–6611. <https://doi.org/10.3390/ijerph110606586>
- Schwartz, G. E., & Davidson, R. J. (1997). Neuroanatomical correlates of happiness, sadness, and disgust. *American Journal of Psychiatry*, 154(7), 926–933. <https://doi.org/10.1176/ajp.154.7.926>
- Scott, S. K., Young, A. W., Calder, A. J., Hellawell, D. J., Aggleton, J. P., & Johnsons, M. (1997). Impaired auditory recognition of fear and anger following bilateral amygdala lesions. *Nature*, 385(6613), 254–257. <https://doi.org/10.1038/385254a0>
- Soga, M., Gaston, K. J., & Yamaura, Y. (2017). Gardening is beneficial for health: A meta-analysis. *Preventive Medicine Reports*, 5, 92–99. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2016.11.007>
- Song, M. J., Kim, M. Y., Sim, I. S., & Kim, W. S. (2010). Evaluation of horticultural therapy on the emotional improvement of depressed patients by using heart rate variability. *WeonnyeGwahagGisulji*, (28), 1066–1071.
- Ulrich, R. S., & Parsons, R. Influences of passive experiences with plants on individual well-being and health. (1992). *The role of horticulture in human well-being and social development*. Timber Press, Portland, OR, USA, 93–105
- Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 201–230. [https://doi.org/10.1016/s0272-4944\(05\)80184-7](https://doi.org/10.1016/s0272-4944(05)80184-7)
- Van Den Berg, A. E., & Custers, M. H. G. (2010). Gardening promotes neuroendocrine and affective restoration from stress. *Journal of Health Psychology*, 16(1), 3–11. <https://doi.org/10.1177/1359105310365577>
- Van den Berg, M., Maas, J., Muller, R., Braun, A., Kaandorp, W., Van Lien, R., Van Poppel, M., Van Mechelen, W., & Van den Berg, A. (2015). Autonomic nervous system responses to viewing green and built settings: Differentiating between sympathetic and parasympathetic activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(12), 15860–15874. <https://doi.org/10.3390/ijerph121215026>
- Van den Heuvel, M. P., & Hulshoff Pol, H. E. (2010). Exploring the brain network: A review on resting-state fMRI functional connectivity. *European Neuropsychopharmacology*, 20(8), 519–534. <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2010.03.008>
- Vujcic, M., Tomicevic-Dubljavac, J., Grbic, M., Lecic-Tosevski, D., Vukovic, O., & Toskovic, O. (2017). Nature based solution for improving mental health and well-being in urban areas. *Environmental Research*, 158, 385–392. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2017.06.030>
- Vytal, K., & Hamann, S. (2010). Neuroimaging Support for Discrete Neural Correlates of Basic Emotions: A Voxel-based Meta-analysis. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 22(12), 2864–2885. <https://doi.org/10.1162/jocn.2009.21366>
- Waliczek, T. M., Zajicek, J. M., & Lineberger, R. D. (2005). The influence of gardening activities on consumer perceptions of life satisfaction. *HortScience*, 40(5), 1360–1365. <https://doi.org/10.21273/hortsci.40.5.1360>

Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Harvard University Press. <https://doi.org/10.4159/9780674045231>

Yao, W., Zhang, X., & Gong, Q. (2021). The effect of exposure to the natural environment on stress reduction: A meta-analysis. *Urban Forestry, & Urban Greening*, 57, 126932. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2020.126932>

References

- Atchley, R. A., Strayer, D. L., & Atchley, P. (2012). Creativity in the wild: Improving creative reasoning through immersion in natural settings. *PLoS ONE*, 7(12). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0051474>
- Bratman, G. N., Daily, G. C., Levy, B. J., & Gross, J. J. (2015). The benefits of nature experience: Improved affect and cognition. *Landscape and Urban Planning*, 138, 41–50. <https://doi.org/10.1016/j.landurbplan.2015.02.005>
- Bratman, G. N., Hamilton, J. P., Hahn, K. S., Daily, G. C., & Gross, J. J. (2015). Nature experience reduces rumination and subgenual prefrontal cortex activation. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 112(28), 8567–8572. <https://doi.org/10.1073/pnas.1510459112>
- Bush, G., Luu, P., & Posner, M. I. (2000). Cognitive and emotional influences in anterior cingulate cortex. *Trends in Cognitive Sciences*, 4(6), 215–222. [https://doi.org/10.1016/s1364-6613\(00\)01483-2](https://doi.org/10.1016/s1364-6613(00)01483-2)
- Carter, R. (2019). *The human brain book: An illustrated guide to its structure, function, and disorders*. DK
- Cerwén, G., Pedersen, E., & Pálsdóttir, A.-M. (2016a). The role of soundscape in nature-based rehabilitation: A patient perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph13121229>
- Chalmin-Pui, L. S., Griffiths, A., Roe, J., Heaton, T., & Cameron, R. (2021). Why garden? – Attitudes and the perceived health benefits of home gardening. *Cities*, 112. <https://doi.org/10.1016/j.cities.2021.103118>
- Dalgleish, T. (2004). The emotional brain. *Nature Reviews Neuroscience*, 5(7), 583–589. <https://doi.org/10.1038/nrn1432>
- Ewert, A., & Chang, Y. (2018). Levels of nature and stress response. *Behavioral Sciences*, 8(5). <https://doi.org/10.3390/bs8050049>
- Friston, K. J., Frith, C. D., Liddle, P. F., & Frackowiak, R. S. J. (1993). Functional connectivity: The principal-component analysis of large (PET) data sets. *Journal of Cerebral Blood Flow, & Metabolism*, 13(1), 5–14. <https://doi.org/10.1038/jcbfm.1993.4>
- Frühholz, S., Ceravolo, L., & Grandjean, D. (2011). Specific brain networks during explicit and implicit decoding of emotional prosody. *Cerebral Cortex*, 22(5), 1107–1117. <https://doi.org/10.1093/cercor/bhr184>
- Han, A.-R., Park, S.-A., & Ahn, B.-E. (2018). Reduced stress and improved physical functional ability in elderly with mental health problems following a horticultural therapy program. *Complementary Therapies in Medicine*, 38, 19–23. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2018.03.011>
- Harada, K., Ikuta, T., Nakashima, M., Watanuki, T., Hirotsu, M., Matsubara, T., Yamagata, H., Watanabe, Y., & Matsuo, K. (2018). Altered Connectivity of the Anterior Cingulate and the Posterior Superior Temporal Gyrus in a Longitudinal Study of Later-life Depression. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 10. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2018.00031>
- Hayashi, N., Wada, T., Hirai, H., Miyake, T., Matsuura, Y., Shimizu, N., Kurooka, H., & Horiuchi, S. (2008). The Effects of Horticultural Activity in a Community Garden on Mood Changes. *Environment Control in Biology*, 46(4), 233–240. <https://doi.org/10.2525/ecb.46.233>
- Heerwagen, J. H., & Orians, G. H. (1995). *Humans, Habitats and Aesthetics*. In S. R. Kellert (Ed.), *The Biophilia Hypothesis* (p. 138–172). Island Press.
- Ikei, H., Komatsu, M., Song, C., Himoro, E., & Miyazaki, Y. (2014). The physiological and psychological relaxing effects of viewing rose flowers in office workers. *Journal of Physiological Anthropology*, 33(1), 6. <https://doi.org/10.1186/1880-6805-33-6>
- Kamitsis, I., & Simmonds, J. G. (2017). Using resources of nature in the counselling room: Qualitative research into ecotherapy practice. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 39(3), 229–248. <https://doi.org/10.1007/s10447-017-9294-y>
- Kaplan, R., & Kaplan, S. (1989). *Experience of nature: A psychological perspective*. University of Cambridge ESOL Examinations.
- Kim, G.-W., Jeong, G.-W., Kim, T.-H., Baek, H.-S., Oh, S.-K., Kang, H.-K., Lee, S.-G., Kim, Y. S., & Song, J.-K. (2010). Functional neuroanatomy associated with natural and urban scenic views in the human brain: 3.0T functional MR imaging. *Korean Journal of Radiology*, 11(5). <https://doi.org/10.3348/kjr.2010.11.5.507>
- Kross, E., Davidson, M., Weber, J., & Ochsner, K. (2009). Coping with emotions past: The neural bases of regulating affect associated with negative autobiographical memories. *Biological Psychiatry*, 65(5), 361–366. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2008.10.019>
- Lai, P. H., Lee, A. Y., & Chang, C. Y. (2021). Using functional magnetic resonance imaging (fMRI) technology to analyze the benefit of horticultural activities. *Acta Horticulturae*, (1330), 161–168. <https://doi.org/10.17660/actahortic.2021.1330.18>
- Lai, P.-H., Li, C.-W., Hung, S.-H., Lee, A.-Y., Chang, C.-Y., & Tang, H.-F. (2023). How do horticultural activities affect brain activation and emotion? Scientific evidence based on functional connectivity. *HortScience*, 58(1), 67–78. <https://doi.org/10.21273/hortsci16788-22>
- Lane, R. D., Reiman, E. M., Bradley, M. M., Lang, P. J., Ahern, G. L., Davidson, R. J., & Schwartz, G. E. (1997). Neuroanatomical correlates of

pleasant and unpleasant emotion. *Neuropsychologia*, 35(11), 1437–1444. [https://doi.org/10.1016/s0028-3932\(97\)00070-5](https://doi.org/10.1016/s0028-3932(97)00070-5)

Lee, A.-Y., Kim, S.-O., & Park, S.-A. (2021). Attention and emotional states during horticultural activities of adults in 20s using electroencephalography: A pilot study. *Sustainability*, 13(23). <https://doi.org/10.3390/su132312968>

Lewis, C. A. (1995). Human health and well-being: The psychological, physiological, and sociological effects of plants on people. *Acta Horticulturae*, (391), 31–40. <https://doi.org/10.17660/actahortic.1995.391.2>

Lowry, C. A., Hollis, J. H., de Vries, A., Pan, B., Brunet, L. R., Hunt, J. R. F., Paton, J. F. R., van Kampen, E., Knight, D. M., Evans, A. K., Rook, G. A. W., & Lightman, S. L. (2007). Identification of an immune-responsive mesolimbocortical serotonergic system: Potential role in regulation of emotional behavior. *Neuroscience*, 146(2), 756–772. <https://doi.org/10.1016/j.neuroscience.2007.01.067>

Marcus, C.C., M. Barnes. Healing gardens. (1999). *Therapeutic benefits and design recommendations*. John Wiley Sons Inc.

McFarland, A., Waliczek, T. M., Etheredge, C., & Sommerfeld Lillard, A. J. (2018). Understanding motivations for gardening using a qualitative general inductive approach. *HortTechnology*, 28(3), 289–295. <https://doi.org/10.21273/horttech03972-18>

Park, S. A., Lee, A. Y., Lee, G. J., Kim, D. S., Kim, W. S., Shoemaker, C. A., & Son, K. C. (2016). Horticultural activity interventions and outcomes. *WeonnyeGwahagGisulji*, (34), 513–527. <https://doi.org/10.12972/kjhst.20160053>

Park, S.-A., Song, C., Oh, Y.-A., Miyazaki, Y., & Son, K.-C. (2017). Comparison of physiological and psychological relaxation using measurements of heart rate variability, prefrontal cortex activity, and subjective indexes after completing tasks with and without foliage plants. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph14091087>

Park, S.-H., & Mattson, R. H. (2009). Therapeutic influences of plants in hospital rooms on surgical recovery. *HortScience*, 44(1), 102–105. <https://doi.org/10.21273/hortsci.44.1.102>

Perrone-Bertolotti, M., Cerles, M., Ramdeen, K. T., Boudiaf, N., Pichat, C., Hot, P., & Baciou, M. (2016). The self-pleasantness judgment modulation the encoding performance and the default mode network activity. *Frontiers in Human Neuroscience*, 10. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2016.00121>

Plambeck, T., & Konijnendijk van den Bosch, C. C. (2015). The impact of nature on creativity – A study among Danish creative professionals. *Urban Forestry, & Urban Greening*, 14(2), 255–263. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2015.02.006>

Rodiek S. (2002). Influence of an outdoor garden on mood and stress in older adults. *J. Therapeutic Hort.*, (13), 13–21.

Roth, G. (2013). Sensory systems: The coupling between brain and environment. In G. Roth (Ed). *The long evolution of brains and minds*. Springer Neth.

Sahlin, E., Ahlberg, G., Matuszczyk, J., & Grahn, P. (2014). Nature-Based stress management course for individuals at risk of adverse health effects from work-related stress-effects on stress related symptoms, workability and sick leave. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 11(6), 6586–6611. <https://doi.org/10.3390/ijerph110606586>

Schwartz, G. E., & Davidson, R. J. (1997). Neuroanatomical correlates of happiness, sadness, and disgust. *American Journal of Psychiatry*, 154(7), 926–933. <https://doi.org/10.1176/ajp.154.7.926>

Scott, S. K., Young, A. W., Calder, A. J., Hellawell, D. J., Aggleton, J. P., & Johnsons, M. (1997). Impaired auditory recognition of fear and anger following bilateral amygdala lesions. *Nature*, 385(6613), 254–257. <https://doi.org/10.1038/385254a0>

Soga, M., Gaston, K. J., & Yamaura, Y. (2017). Gardening is beneficial for health: A meta-analysis. *Preventive Medicine Reports*, 5, 92–99. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2016.11.007>

Song, M. J., Kim, M. Y., Sim, I. S., & Kim, W. S. (2010). Evaluation of horticultural therapy on the emotional improvement of depressed patients by using heart rate variability. *WeonnyeGwahagGisulji*, (28), 1066–1071.

Ulrich, R. S., & Parsons, R. Influences of passive experiences with plants on individual well-being and health. (1992). *The role of horticulture in human well-being and social development*. Timber Press, Portland, OR, USA, 93–105

Ulrich, R. S., Simons, R. F., Losito, B. D., Fiorito, E., Miles, M. A., & Zelson, M. (1991). Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 11(3), 201–230. [https://doi.org/10.1016/s0272-4944\(05\)80184-7](https://doi.org/10.1016/s0272-4944(05)80184-7)

Van Den Berg, A. E., & Custers, M. H. G. (2010). Gardening promotes neuroendocrine and affective restoration from stress. *Journal of Health Psychology*, 16(1), 3–11. <https://doi.org/10.1177/1359105310365577>

Van den Berg, M., Maas, J., Muller, R., Braun, A., Kaandorp, W., Van Lien, R., Van Poppel, M., Van Mechelen, W., & Van den Berg, A. (2015). Autonomic nervous system responses to viewing green and built settings: Differentiating between sympathetic and parasympathetic activity. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12(12), 15860–15874. <https://doi.org/10.3390/ijerph121215026>

Van den Heuvel, M. P., & Hulshoff Pol, H. E. (2010). Exploring the brain network: A review on resting-state fMRI functional connectivity. *European Neuropsychopharmacology*, 20(8), 519–534. <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2010.03.008>

Vujcic, M., Tomicevic-Dubljavac, J., Grbic, M., Lecic-Tosevski, D., Vukovic, O., & Toskovic, O. (2017). Nature based solution for improving mental health and

well-being in urban areas. *Environmental Research*, 158, 385–392. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2017.06.030>

Vytal, K., & Hamann, S. (2010). Neuroimaging Support for Discrete Neural Correlates of Basic Emotions: A Voxel-based Meta-analysis. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 22(12), 2864–2885. <https://doi.org/10.1162/jocn.2009.21366>

Waliczek, T. M., Zajicek, J. M., & Lineberger, R. D. (2005). The influence of gardening activities on consumer perceptions of life satisfaction. *HortScience*, 40(5), 1360–1365. <https://doi.org/10.21273/hortsci.40.5.1360>

Wilson, E. O. (1984). *Biophilia*. Harvard University Press. <https://doi.org/10.4159/9780674045231>

Yao, W., Zhang, X., & Gong, Q. (2021). The effect of exposure to the natural environment on stress reduction: A meta-analysis. *Urban Forestry, & Urban Greening*, 57, 126932. <https://doi.org/10.1016/j.ufug.2020.126932>

Отримано редакцією журналу / Received: 02.06.23
Прорецензовано / Revised: 15.10.23
Схвалено до друку / Accepted: 09.11.23

Nataliya TARAN¹, DSc (Biol.), Prof.
ORCID ID: 0000-0002-8669-5899
e-mail: ny_taran@ukr.net

Lyudmila BATSMANOVA¹, PhD (Biol.), Senior Researcher
ORCID ID: 0000-0002-7995-8187
e-mail: l.batsmanova@gmail.com

Oksana KOSYK¹, PhD (Biol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0003-0873-3180
e-mail: o_kosyk@ukr.net

Igor ZYMA¹, DSc (Biol.), Senior Researcher
ORCID ID: 0000-0003-2310-5609
e-mail: igor.zyma@knu.ua

¹Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

EFFECT OF GARDENING ON THE HUMAN PSYCHOLOGICAL AND PHYSIOLOGICAL STATE

Background. The impact of gardening on brain function and emotions is presented in this review of the scientific literature. Informational and emotional tension and overload are constantly experienced in today's people's lives, and it can lead to anxiety and discomfort. Maintaining the mental health of adults and children is one of the most critical tasks because everyone's quality of life and personal development depends on it. Human interaction with plants reduces anxiety and stress. Therefore, the study aimed to determine the influence of certain types of gardening activities on the psychophysiological functions of the human brain.

Results. Scientific studies have confirmed that gardening (plant care, contact with the soil) has many physical and mental benefits for recovery and elimination of the effects of psycho-emotional overstrain of modern man. A natural, green environment reduces stress, while an urban environment has the opposite effect. Due to the positive results of gardening, retirement homes offer this type of activity to middle-aged and elderly people, office workers, and the general public to reduce stress and increase positive emotions. Thanks to the rapid development of neuroscience, emotional processes in the brain can be assessed with the help of neuroimaging. In particular, functional magnetic resonance imaging (fMRI) and a profile of mood states can be used to determine physiological and psychological indicators. It is shown that the functional connectivity of activated parts of the brain is formed after each gardening activity. Thus, at the stage of plot preparation and sowing, examined persons concentrated on the mechanical cultivation of the soil, which made it easier for them to enter a stage of focused awareness similar to meditation on perception. The novelty of gardening skills evokes creativity and belongs to the emotional processing and prosodic network.

Conclusions. Gardening work (sowing seeds, planting seedlings, applying fertilizers, weeding, etc.) stabilizes a person's psycho-emotional state. Gardening strengthens the formation of functional connections in the brain lobes, including the emotional prosody network (promoting positive thinking, emotional regulation, self-control, and creative thinking). This information can be used to develop therapy methods for people with special needs, considering specific types of gardening activities.

Keywords: gardening, psychophysiological state, functional brain activity, emotions, functional connections, brain lobes, prosodic network, functional magnetic resonance imaging, profile of mood states.

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

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

УДК 159.9

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).12](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).12)

Яна ТИНДИК, канд. психол. наук

ORCID ID: 0000-0002-8833-3162

e-mail: kutsenko.yana84@gmail.com

Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ТА ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ У СТУДЕНТІВ СОЦІОНОМІЧНИХ ПРОФЕСІЙ

Вступ. Представлено результати теоретичного та емпіричного дослідження взаємозв'язку між психологічними особливостями емоційного інтелекту та складниками психологічної готовності до соціономічних професій, зазначено відмінності між особливостями емоційного інтелекту і психологічної готовності в різних групах досліджуваних (майбутні психологи, педагоги і лікарі). Мета статті – визначити взаємозв'язок між здібностями емоційного інтелекту та складниками психологічної готовності до соціономічних професій і відмінностей між особливостями емоційного інтелекту і психологічної готовності в різних групах досліджуваних (майбутні психологи, педагоги і лікарі).

Методи. Використано методи дослідження та психодіагностичні тести, спрямовані на оцінювання рівня розвитку психологічної готовності до соціономічних професій та компонентів емоційного інтелекту: "Мотиви навчання" (Е. П. Ільїна); "Готовність до саморозвитку" (В. Павлова); опитувальник "Особистісної професійної перспективи" (М. С. Пляжнікова); "Самооцінка реалізації життєвих цілей особистості" (Н. Р. Молочникова); "Методика вивчення комунікативних установок" (І. О. Іванова, О. В. Заїка, стандартизація Н. А. Бельської і М. А. Міропольської); "Методика виміру ступеня потреби в певних професійних і особистісних якостях" (Л. Б. Шнейдер); методики, спрямовані на діагностику емоційного інтелекту (Н. Голла і Д. Гоулмена); опитувальник 16 PF Кеттелла.

Результати. Установлено, що значна кількість студентів мала низький рівень розвитку компонентів психологічної готовності; більше ніж третина студентів-соціономістів демонструють низький рівень розвитку емоційного інтелекту; емоційний інтелект (і його окремі компоненти) пов'язаний з особистісними факторами (16 PF–Questionnaire by Cattell), зокрема з факторами В, С, G, H, N, Q2, Q3 – позитивна кореляція, з факторами L, Q1 – негативна кореляція; визначено відмінності між показниками емоційного інтелекту та психологічної готовності до соціономічних професій у майбутніх психологів, медиків та педагогів; розкрито напрями впливу емоційного інтелекту на складники психологічної готовності.

Висновки. Отримані результати дослідження допоможуть удосконалити процес психологічної підготовки фахівців соціономічних професій у закладах вищої освіти, адже ці результати вказують на ті проблеми, з якими необхідно працювати для того, щоб якомога краще підготувати кожного студента до професійної роботи.

Ключові слова: емоційний інтелект, психологічна готовність до професійної діяльності, соціономічні професії, комунікативні установки, мотивація.

Вступ

Актуальність дослідження. Значна частина симптомів посттравматичного стресового розладу стосується емоційної сфери особистості: це прояви тривожності, емоційної нестабільності, депресивності. Треба не просто розпізнавати ці прояви, а й уміти працювати з ними, хто пережив травматичний стрес, а отже, й інтенсивні негативні емоції. Травматична подія несе абсолютно нову (зокрема, страшну) інформацію. І психологи, педагоги, лікарі мусять допомогти постраждалій людині переосмислити цю інформацію, усвідомити її позитивні аспекти та інтегрувати в попередній життєвий досвід. У своїй діяльності фахівці цих професій повинні виокремлювати та утримувати у свідомості ті факти, які характеризують особливості поведінки, вчинків, мови своїх клієнтів, особливості їхніх емоцій, настрою, духовного світу тощо. Складність цієї емоційної інформації і водночас її вплив на ефективність роботи цієї категорії працівників досить високий. Без розвинутого емоційного інтелекту ефективно виконувати такі завдання просто неможливо.

Окрім того, як показано в дослідженнях Е. Л. Носенко і Н. В. Ковриги, емоційному інтелекту притаманні стресозахисна та адаптивна функції (Носенко, & Коврига, 2003). Тобто фахівці з розвинутим емоційним інтелектом будуть більш захищеними від стресу, а в складних життєвих ситуаціях будуть швидше знаходити конструктивні стратегії переборювальної поведінки. А це буде тою чи іншою мірою забезпечувати їх від емоційного виснаження та професійного вигорання. Усі ці обставини вже самі по собі говорять про необхідність ретельного дослідження психологічної готовності до професійної діяльності майбутніх фахівців соціономічних професій у нових умовах і рівня розвитку у них емоційного інтелекту.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Перш ніж перейти до розгляду результатів дослідження,

підкреслимо, що ми дотримуємося такого розуміння емоційного інтелекту, яке знаходимо в роботі (Mayer, Roberts, & Barsade, 2008): це інтегративна здібність людини до розуміння своїх і чужих емоцій, а також до управління ними. Здібність до розуміння емоцій означає, що людина може: розпізнати емоцію, ідентифікувати її і знайти для неї словесне вираження, розуміє причини, які викликають цю емоцію і наслідки, до яких вона призводить (Mayer, Roberts, & Barsade, 2008). Здібність до управління емоціями означає, що людина може контролювати інтенсивність емоцій, насамперед приглушати надмірно сильні емоції, може контролювати зовнішнє вираження емоцій, може за необхідності довільно викликати ту чи іншу емоцію. І здібність до розуміння, і здібність до управління емоціями може бути спрямована як на власні емоції, так і на емоції інших людей. Тому як теоретичну основу цього дослідження було обрано модель емоційного інтелекту Д. Гоулмана, яка включає в себе внутрішньоособистісний емоційний інтелект (розуміння і управління власними емоціями) і міжособистісний емоційний інтелект (розуміння і управління емоціями інших людей) (Goleman, 1995).

Зауважимо, що діагностика емоційного інтелекту дає можливість більш цілісно оцінити адаптивні здібності індивіда через його вміння емоційно взаємодіяти з іншими. Окрім того, за рівнем розвитку емоційного інтелекту можна більш точно передбачити успішність поведінки в різних видах соціальної активності, ніж за рівнем розвитку загального інтелекту (Mayer, Di Paolo, & Salovey, 1990; Mayer, & Salovey, 1993).

А тепер означимо своє розуміння поняття "психологічна готовність до професійної діяльності". Тут важливим аспектом є залежність змісту психологічної готовності до майбутньої професії від специфіки цієї професії.

Гуманітарні соціономічні спеціальності визначаються за предметним змістом праці, яким для них є особистість іншої людини; у соціономічних професіях головним інструментом впливу на іншу особистість виступає особистість фахівця; у діяльності фахівців соціономічних професій важливе місце посідає комунікативна діяльність. Тому *психологічну готовність до соціономічних професій* ми розглядали як підготовленість до діяльності в системі "людина – людина", як здатність виконувати майбутню професійну діяльність в основних її компонентах (мотиваційному, пізнавальному, цілеутворювальному, операційно-результативному) і визначили як інтегральне ієрархічне особистісне утворення, яке включає в себе мотиваційний, когнітивно-цільовий, операційний (поведінковий) компоненти (Зарицька, 2010, 2019).

Тобто ми досліджували такі складники психологічної готовності до соціономічних професій, як:

1) Когнітивно-цільовий – уявлення про особливості професійної діяльності; уявлення про власні здібності до навчально-професійної діяльності; уявлення про способи подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод на шляху до професійної мети; адекватні уявлення про свої професійні перспективи; наявність професійних планів, намірів, конкретних цілей у близькій та віддаленій перспективі, уявлень про засоби та шляхи досягнення цих цілей.

2) Мотиваційний – внутрішні мотиви навчально-професійної діяльності; професійні, пізнавальні і процесуально-змістові мотиви; інтерес до професії; бажання стати гарним фахівцем; мотиви саморозвитку (прагнення знати себе, бажання самовдосконалюватися); загальна гуманістична спрямованість (інтерес до людей).

3) Поведінковий – соціальна і професійна адаптивність; певний рівень особистісної зрілості; конструктивна поведінка в соціальних ситуаціях, які пов'язані зі спілкуванням; поведінка, корисна для розв'язання проблем.

Усі виокремлені складники психологічної готовності до соціономічних професій перебувають у відносинах взаємовпливу і взаємозв'язку.

У численних дослідженнях було знайдено певну закономірність, що роль емоційного інтелекту тим більша, чим складніша професія. Тобто у сфері соціономічних професій загальний інтелект поступається своєю передбачувальною силою щодо реальних життєвих досягнень емоційному інтелекту. Саме цей аргумент став одним із головних на користь виокремлення емоційного інтелекту. Іншими словами, спроби знайти спеціальні здібності, які відповідають за розуміння інших людей та соціальних ситуацій, і вивели науковців на проблему вивчення емоційного інтелекту. Поняття емоційного інтелекту достатньо активно досліджується у закордонній психології протягом останніх двох десятиліть. Дослідження показали, що люди з високим рівнем емоційного інтелекту мають більш ретельно розроблені перцептивні і поведінкові схеми, вони краще можуть "прочитувати" ситуації, які складаються, більш своєчасно приймають адекватні рішення і набагато ефективніше за інших запроваджують їх в життя.

Мета статті – визначити взаємозв'язок між здібностями емоційного інтелекту та складниками психологічної готовності до соціономічних професій і відмінностей між особливостями емоційного інтелекту і психологічної готовності в різних групах досліджуваних (майбутні психологи, педагоги і лікарі).

Методи

У дослідженні використовувались такі дослідницькі методики та психодіагностичні тести, які спрямовані на вимірювання рівня розвитку складників психологічної

готовності і емоційного інтелекту: "Мотиви навчання" (Е. П. Ільїна); "Готовність до саморозвитку" (В. Павлова); опитувальник "Особистісної професійної перспективи" (М. С. Пряхнікова); "Самооцінка реалізації життєвих цілей особистості" (Н. Р. Молочникова); "Методика вивчення комунікативних установок" (І. О. Іванова, О. В. Заїка, стандартизація Н. А. Бельської і М. А. Міропольської); "Методика вимірювання ступеня потреби в певних професійних і особистісних якостях" (Л. Б. Шнейдер); методики, спрямовані на діагностику емоційного інтелекту (Діагностика "емоційного інтелекту", Б. Д.; Goleman, 1995); опитувальник 16 PF Кеттелла.

Результати

У дослідженні взяли участь 180 респондентів (студентів 3–4 курсів у віці від 19 до 23 років включно).

Аналіз емпіричних даних відбувався за двома основними напрямками: 1) визначення зв'язків емоційного інтелекту і складників психологічної готовності до соціономічних професій, з'ясування психологічних механізмів впливу емоційного інтелекту на ці складники; 2) знаходження відмінностей між особливостями емоційного інтелекту і психологічної готовності в різних групах досліджуваних (майбутніх психологів, педагогів і лікарів).

У значної кількості студентів зафіксовано низький рівень розвитку складників психологічної готовності; більш як третина студентів соціономічних професій показують низький рівень розвитку емоційного інтелекту; емоційний інтелект (і його окремі компоненти) перебуває у певному зв'язку з особистісними факторами (16 PF – опитувальника Кеттелла), зокрема з факторами В, С, G, H, N, Q2, Q3 – позитивна кореляція, з факторами L, Q1 – негативна кореляція; встановлено відмінності в показниках емоційного інтелекту та психологічної готовності до соціономічних професій у майбутніх психологів, лікарів і педагогів; виявлено напрями впливу емоційного інтелекту на складники психологічної готовності.

Для забезпечення можливості узагальнення емпіричних даних, отриманих за допомогою різних методик, з метою визначення загального рівня сформованості складників психологічної готовності, ми переводили отримані результати в єдину систему оцінювання. Загальні показники рівнів розвитку виокремлених складників психологічної готовності було отримано на основі: узагальнення результатів методик і середньоарифметичної оцінки рівня сформованості параметрів, яку було отримано за різними методиками.

На основі узагальнення емпіричних даних було отримано загальні рівні сформованості когнітивно-цільового, мотиваційного і поведінкового складників психологічної готовності до соціономічних професій у різних групах майбутніх фахівців соціономічних професій (лікарів, психологів, педагогів). На жаль, у значної кількості студентів зафіксовано низький рівень розвитку складників психологічної готовності, а саме: серед майбутніх лікарів такий рівень показали від 25 % до 30 % (поведінковий складник) респондентів; серед майбутніх психологів – від 22 % до 25 % респондентів; серед майбутніх педагогів – від 27 % до 43 % (мотиваційний складник) респондентів. Розуміло, що цей рівень психологічної готовності є недостатнім для ефективного входження в соціономічну професію.

За допомогою методики діагностики емоційного інтелекту М. Голла було отримано результати, які дали можливість виявити рівні розвитку емоційного інтелекту в різних групах досліджуваних ("майбутні лікарі", "майбутні психологи", "майбутні педагоги"). Ці результати показали, що більш ніж третина студентів соціономічних професій показують низький рівень розвитку емоційного

інтелекту, а саме: серед майбутніх лікарів такий рівень проявили 36 % респондентів, серед майбутніх психологів – 26 %, серед майбутніх педагогів – 39 %. На наш погляд, низький рівень розвитку емоційного інтелекту не сприяє підвищенню психологічної готовності до цих професій. Водночас високий рівень розвитку емоційного інтелекту було визначено в 17 % майбутніх лікарів, у 40 % майбутніх психологів і 26 % майбутніх педагогів.

Отримані емпіричні дані показують, що емоційний інтелект (і його окремі компоненти) перебуває у взаємозв'язку з особистісними факторами (16 PF – опитувальника Кеттелла), а саме: позитивна кореляція компонентів емоційного інтелекту зафіксована з факторами: В ("інтелект"), С ("емоційна нестійкість – емоційна стійкість"), G ("залежність від почуттів" – висока нормативність поведінки"), Н ("нерішучість – сміливість"), N ("прямолинійність – дипломатичність"), Q2 ("конформізм – нонконформізм"), Q3 ("низький самоконтроль – високий самоконтроль"); негативна кореляція компонентів емоційного інтелекту зафіксована з факторами: L ("довірливість – підозрілість") і Q1 ("гнучкість – ригідність"). Тобто високий рівень емоційного інтелекту проявляється (опосередковується) у високій нормативності поведінки, стресостійкості, проникливості, умінні працювати в групі, у високому самоконтролі, у високому ступені усвідомлення і розуміння бажаної картини соціальної поведінки. А низький рівень емоційного інтелекту проявляється у підозрілості, впертості, роздратованості, настороженому ставленні до людей, схильності до суперництва, фіксованості на невдачах, критичності до того, що відбувається, у недовірі до авторитетів. На основі отриманих даних ми склали узагальнені психологічні портрети студентів соціономічних професій з високим і низьким емоційним інтелектом.

Психологічний портрет студента з високим емоційним інтелектом, який було складено на основі виявлених внутрішніх факторів особистості (які впливають на розвиток емоційного інтелекту), дозволяє прояснити механізми впливу емоційного інтелекту на успішність діяльності опосередковано через ці риси (фактори) особистості. Зокрема, емоційний інтелект "діє" опосередковано через такі якості, які є надзвичайно корисними для успішності всякої діяльності: зібраність, високий самоконтроль, обов'язковість, працелюбність, наполегливість, уміння тримати себе в руках, емоційна врівноваженість, доброзичливе й уважне ставлення до людей, уміння брати на себе відповідальність, схильність до виконання загальних моральних норм, уміння урахувати інтереси інших людей. Особам з високим емоційним інтелектом притаманні такі якості, які допомагають протистояти втомлюваності під час роботи з людьми, витримувати емоційні навантаження і бути успішними в спілкуванні: емоційна активність (емоційність), життєрадісність, прагнення до спілкування з людьми, сміливість у спілкуванні, дружелюбність і чуйність. Такі люди вміють правильно вести себе в спілкуванні: для них характерні дипломатичність, гнучкість і тактовність. І ці розвинуті вміння орієнтуватися в обставинах соціальної взаємодії супроводжується щирістю, природністю, проникливістю і розумінням людей. Молодих людей із високим рівнем емоційного інтелекту відрізняє розвинутий самоконтроль, а отже, такі якості, як зібраність, організованість, уміння гарно контролювати свої емоції і поведінку; розвинуті вольові якості (які дозволяють наполегливо перемогти труднощі і перешкоди); усвідомлення соціальних вимог і прагнення їх виконувати, повага до людей.

Перелічені внутрішні фактори (рисни особистості), якщо вони мають високі позитивні рівні розвитку, сприяють формуванню емоційного інтелекту і його прояву в реальній поведінці (Е. Л. Носенко, Н. В. Коврига, 2003). Підкреслимо, що ці фактори особистості мають стосунок до емоційного аспекту функціонування особистості, а отже, і до емоційного інтелекту.

Психологічний портрет студента з низьким рівнем розвитку емоційного інтелекту. Недостатність емоційного інтелекту призводить до певної емоційної дезорганізації мислення (наприклад, до невміння зосереджуватися на виконанні завдання), конкретності і ригідності мислення. Низький рівень емоційного інтелекту свідчить також про емоційну незрілість (слабкість контролю емоцій), що проявляється: в підвищеній втомлюваності; схильності до роздратованості і тривожності; невпевненості під час зустрічі з перешкодами; у безвідповідальності і необов'язковості; у відмові від чинних правил, потуранні своїм бажанням і розхлябаності. Досліджувані з низьким емоційним інтелектом не прагнуть до контактів з людьми, невпевнені в собі, нерішучі, сором'язливі, похвальні, стримані у вираженні почуттів; прямолинійні, недипломатичні, погано розуміють вчинки людей. Окрім того, для них характерні недостатній самоконтроль, слабкий розвиток вольових якостей, внутрішня недисциплінованість, неухважність до людей, схильність діяти за своїми бажаннями, зверхність, схильність до суперництва, фіксованість на невдачах. Зрозуміло, що наявність таких якостей призводить до складнощів у стосунках з довколишніми. Респонденти з низьким рівнем емоційного інтелекту звертають увагу переважно на негативні аспекти власного досвіду, на власні стресові переживання, емоції, хвилювання тощо; у своїх відповідях вони звертають увагу на неприємні міжособистісні емоції (переживання почуттів образи, невизнання іншими, невдоволення), частота згадування яких свідчить про те, що ці емоції є важливими і цінними для цих досліджуваних; в їхніх відповідях зазвичай дуже мало розмірковувань про навколишніх і про способи конструктивного розв'язання проблем. Це узгоджується з даними про егоцентричність поведінки осіб із низьким рівнем емоційного інтелекту в стресових ситуаціях (Mayer, Di Paolo, & Salovey, 1990).

Для встановлення взаємозв'язку між рівнем розвитку компонентів емоційного інтелекту (за моделлю Д. Гоулмена) і складниками психологічної готовності до соціономічних професій у різних групах досліджуваних ("майбутні лікарі", "майбутні психологи", "майбутні педагоги") було застосовано коефіцієнт кореляції Пірсона.

Когнітивно-цільовий складник. На основі встановлених кореляцій, які мають прямий характер, показано, що на цей складник психологічної готовності до соціономічних професій найбільше впливають такі здібності внутрішньоособистісного емоційного інтелекту, як розуміння власних емоцій, управління своїми емоціями, контроль експресії. Тобто високий рівень розвитку цих показників впливає на побудову образу професійного майбутнього, допомагає формувати професійні плани, наміри, цілі, розширяти уявлення про умови, засоби та шляхи досягнення цих цілей. Аналіз результатів опитування показав, що серед досліджуваних студентів (особливо серед майбутніх лікарів) є велика кількість осіб, які бажають покинути країну після отримання диплому (28,8 %); а серед майбутніх психологів і педагогів відповідно 23,6 % і 31,3 % студентів не вважають, що їхня майбутня робота допоможе їм в досягненні інших життєвих цілей, і не пов'язують своє майбутнє з тим фахом, який зараз здобувають у закладі вищої освіти.

Мотиваційний складник. Кореляційний аналіз показав, що високий рівень внутрішньоособистісного емоційного інтелекту в досліджуваних усіх груп корелює з внутрішніми (пізнавальними, змістово-процесуальними, саморозвитку) мотивами навчально-професійної діяльності і зовнішніми соціальними мотивами (особистого престижу). Професійна мотивація (прагнення стати успішним у майбутній професійній діяльності) спонукає майбутніх психологів і педагогів із високим рівнем таких здібностей емоційного інтелекту, як усвідомлення і розуміння власних емоцій та управління ними, розвивати здатність розуміти також емоції інших.

У всіх групах було проведено порівняння між високим рівнем емоційного інтелекту і мотивами саморозвитку.

У групах "майбутні лікарі" і "майбутні педагоги" відмічаються приблизно однакові відсотки респондентів з високим рівнем загальної готовності до саморозвитку (відповідно 24 % і 22 %). Виявлено: у групі майбутніх психологів найбільше досліджуваних (42 %) з високим рівнем загальної готовності до саморозвитку; в групі майбутніх лікарів найбільше досліджуваних (46%) із середнім рівнем загальної готовності до саморозвитку; у групі майбутніх педагогів найбільше досліджуваних (42 %) із низьким рівнем загальної готовності до саморозвитку. У переважній більшості досліджуваних всіх груп (майбутні лікарі, психологи, педагоги) високий рівень готовності до саморозвитку досягається за рахунок параметру "хочу знати себе" (табл. 1).

Таблиця 1

Середні значення показників психологічної готовності в осіб із низьким та високим рівнем сумарного показника внутрішньоособистісного емоційного інтелекту (BEI)

Назви шкал	Середнє арифметичне підгрупи з низьким рівнем BEI (n=30)	Середнє арифметичне підгрупи з високим рівнем BEI (n=30)	P-рівень статистичної значущості
Дитяча комунікативна установка	27,54	20,98	0,05
Доросла комунікативна установка	28,07	42,68	0,001
Гармонійна комунікативна установка	27,79	37,74	0,05
Відчужена комунікативна установка	14,79	9,84	0,05
Конфліктна комунікативна установка	24,31	15,88	0,025
Сформованість професійної перспективи	7,08	15,24	0,010
Пізнавальні мотиви	3,00	4,41	0,004
Процесуально-змістові мотиви	1,75	3,42	0,025
Мотиви особистісного престижу	2,83	4,53	0,004
Професійні мотиви	2,00	4,33	0,025
Мотиви уникнення невдачі	4,52	2,90	0,010
Мотиви саморозвитку	43,97	59,16	0,000

Поведінковий складник. Порівняння між загальним показником міжособистісного інтелекту і таких його компонентів, як розуміння чужих емоцій, управління чужими емоціями та его-станами батька та дорослого, а також гармонійними та формальними комунікативними установками, свідчить про те, що для майбутніх фахівців соціономічних професій із високим рівнем емоційного інтелекту характерні комунікативні установки конструктивного типу (гармонійні, формальні, его-позиції дорослого і батька), які є проявом зрілої адаптованої особистості, яка відрізняється гнучкістю у конфліктах, урівноваженістю,

стресостійкістю, інтернальністю, розвинутими вольовими і діловими якостями, стриманістю і надійністю у взаєминах, розумінням відносності догм, конструктивною спрямованістю поведінки, зокрема й у складних, емоційно напружених ситуаціях. Для осіб з низьким рівнем емоційного інтелекту характерними є комунікативні установки відгородженого і конфліктного типу і его-стан дитини. Оскільки дитяча позиція в концепції Е. Берна розглядається як онтогенетично найбільш рання стадія розвитку зрілої особистості, для неї притаманні риси емоційної і психічної незрілості (інфантильності) (табл. 2).

Таблиця 2

Середні значення показників психологічної готовності й емоційного інтелекту в осіб із низьким та високим рівнем сумарного показника міжособистісного емоційного інтелекту (MEI)

Назви шкал	Середнє арифметичне підгрупи з низьким рівнем MEI (n=30)	Середнє арифметичне підгрупи з високим рівнем MEI (n=30)	P-рівень статистичної значущості
Дитяча комунікативна установка	28,82	20,91	0,001
Батьківська комунікативна установка	27,6	35,75	0,001
Доросла комунікативна установка	35,11	42,73	0,05
Гармонійна комунікативна установка	29,77	38,05	0,001
Формальна комунікативна установка	25,91	34,23	0,001
Відчужена комунікативна установка	15,50	9,62	0,001
Конфліктна комунікативна установка	21,81	15,74	0,05
Контроль експресії (BE)	7,36	15,26	0,05
Сформованість професійної перспективи	6,00	16,17	0,001
Робота як життєва сфера особистості	4,78	11,26	0,001
Постановка життєвих цілей	5,07	11,43	0,05
Прагматичні мотиви	4,7	3,91	0,05
Мотиви уникнення невдачі	4,75	2,73	0,05
Мотиви саморозвитку	42,07	59,61	0,05

Порівняння (з використанням параметричного критерію t-Ст'юдента) середньоарифметичних групових оцінок за показниками, які використовувалися у

дослідженні, дало можливість встановити відмінності в показниках емоційного інтелекту та психологічної готовності до соціономічних професій у майбутніх

психологів, лікарів і педагогів: у майбутніх лікарів більш розвинуті здібності управління чужими емоціями; у майбутніх психологів – внутрішньоособистісний емоційний інтелект і така його здібність, як управління своїми емоціями; для майбутніх психологів мотиви особистісного престижу і саморозвитку мають більше значення, ніж для майбутніх лікарів; у майбутніх педагогів і лікарів зафіксовано значно вищий рівень прояву мотивів уникнення неприємностей, ніж у майбутніх психологів; для більшості майбутніх психологів характерною є батьківська та доросла комунікативні позиції (его-станів) та гармонійна і формальна комунікативні установки, а для більшості майбутніх лікарів – відчужена та конфліктна комунікативні установки; у більшості майбутніх педагогів більш вираженою є дитяча комунікативна позиція

і формальна комунікативна установка; якщо для майбутніх психологів небажаними є такі якості, як "авторитарний", "вимогливий", "нейтральний", то майбутні педагоги і лікарі, навпаки, високо оцінюють ступінь потреби в цих якостях; для майбутніх психологів важливо бути критичним і сприйнятливим, а для майбутніх педагогів ці якості є небажаними. У майбутніх лікарів відмічаються більш високі показники формальної комунікативної установки, що вказує на те, що в майбутніх представників цих професій (порівняно зі студентами-психологами) більш інтенсивно формується установка до формальних взаємовідносин і керівної позиції щодо суб'єктів своєї праці (пацієнтів, учнів) (табл. 3).

Таблиця 3

Відмінності в показниках емоційного інтелекту та психологічної готовності до соціономічних професій у майбутніх лікарів та психологів (n = 120)

Показники	Середнє арифметичне групи "майбутні лікарі"	Середнє арифметичне групи "майбутні психологи"	P-рівень статистичної значущості
Управління чужими емоціями (МУ)	20,57	16,89	0,002
Управління своїми емоціями (ВУ)	10,32	14,00	0,000
Внутрішньоособистісний емоційний інтелект (BEI)	35,45	44,55	0,000
Мотиви особистісного престижу	3,9	4,23	0,039
Мотиви уникнення неприємностей	3,58	3,00	0,01
Мотиви саморозвитку	44,33	49,82	0,022
Батьківська комунікативна установка	28,18	30,87	0,010
Доросла комунікативна установка	34,7	38,63	0,001
Гармонійна комунікативна установка	30,6	33,28	0,008
Формальна комунікативна установка	27,19	29,53	0,011
Відчужена комунікативна установка	14,39	12,81	0,038
Конфліктна комунікативна установка	21,41	19,02	0,004
Оцінка потреби в якості "авторитарний"	2,55	1,63	0,002
Оцінка потреби в якості "задіяний"	1,7	3,9	0,003
Оцінка потреби в якості "критичний"	3,37	4,22	0,039
Оцінка потреби в якості "дисциплінований"	4,27	3,6	0,03
Оцінка потреби в якості "терпимий"	2,78	4,23	0,001
Оцінка потреби в якості "турботливий"	3,08	3,87	0,002
Оцінка потреби в якості "прагматичний"	4,02	2,72	0,001
Оцінка потреби в якості "захисник"	3,12	3,83	0,001
Оцінка потреби в якості "сприйнятливий"	2,98	4,28	0,002

Порівняльний аналіз контрастних підгруп (осіб із низьким та високим рівнем сумарного показника міжособистісного емоційного інтелекту) дає можливість виявити напрями впливу емоційного інтелекту на складники психологічної готовності. Знайдено статистично значущі відмінності в показниках психологічної готовності до соціономічних професій у представників цих підгруп. Зокрема, в осіб з низьким рівнем міжособистісного емоційного інтелекту помічено: низький рівень розвитку професійної та особистісної перспективи (що вказує на складність для таких досліджуваних процедур планування і цілеутворення, на труднощі в баченні професійного майбутнього); домінування прагматичних мотивів навчально-професійної діяльності і мотивів уникання невдачі; невелика значущість професійних та пізнавальних мотивів; незрілі комунікативні установки (дитячого, відчуженого і конфліктного типів). Зі зростанням рівня міжособистісного емоційного інтелекту комунікативні установки стають більш соціально спрямованими, зрілими і гармонійними (зокрема, зростає доросла та гармонійна комунікативні установки та знижуються дитяча, конфліктна та відчужені комунікативні установки); більш розвинутими стають і процеси цілеутворення та планування (професійна та особистісна перспектива є більш сформованою); зростає готовність до саморозвитку та

значущість мотивів особистого престижу, а також мотивів, що мають стосунок до змістових та пізнавальних аспектів навчального процесу; знижується рівень значущості прагматичних мотивів і мотивів уникання невдачі (що додає особистості впевненості в собі і дозволяє їй концентрувати свою увагу не на процесі, а на змісті навчально-професійної діяльності). Оскільки різні складники психологічної готовності перебувають у відносинах взаємовпливу, можна сказати, що розширення професійної та особистісної перспективи активує і готовність до саморозвитку.

Дискусія і висновки

Отримані результати показали, що у значній кількості студентів старших курсів, які брали участь у дослідженні, зафіксовано низькі рівні розвитку складників психологічної готовності до професійної діяльності й емоційного інтелекту. Безумовно, це не може сприяти успішній роботі молодих фахівців після закінчення навчання. Водночас виявлена в дослідженні специфічність зв'язків здібностей емоційного інтелекту з показниками різних складників психологічної готовності з особистісними рисами (факторами) особистості допоможе вдосконалити процес психологічної підготовки фахівців соціономічних професій у закладах вищої освіти. Адже результати дослідження вказують на ті проблеми, з якими необхідно

працювати для того, щоб якомога краще підготувати кожного студента до професійної роботи (Mayer, Roberts, & Barsade, 2008). Як показав аналіз наукової психологічної літератури, дослідження емоційного інтелекту тільки розпочалися. І хоча вже виявлено беззаперечні взаємозв'язки емоційного інтелекту з лідерською поведінкою, організаторськими й управлінськими здібностями, ефективною поведінкою в організаціях, успішною комунікацією тощо, науковці наголошують на необхідності подальшого дослідження цього феномену (Гоулман, 2005; Buck, 1991). Зокрема, гостро стоїть питання операціоналізації поняття "емоційний інтелект", вивчення його структури, механізмів і особливостей актуалізації у різних життєвих ситуаціях.

Отримані результати дослідження допоможуть удосконалити процес психологічного підготування фахівців соціономічних професій у закладах вищої освіти, адже ці результати вказують на ті проблеми, з якими необхідно працювати для того, щоб якомога краще підготувати кожного студента до професійної роботи.

На жаль, у значній кількості студентів зафіксовано низький рівень розвитку складових психологічної готовності до соціономічних професій. Більш як третина студентів соціономічних професій (майбутні лікарі, психологи і педагоги) показують низький рівень розвитку емоційного інтелекту, який не сприяє підвищенню психологічної готовності до цих професій. Зокрема, в осіб з низьким рівнем міжособистісного емоційного інтелекту відмічено: низький рівень розвитку професійної та особистісної перспективи (що вказує на складність для таких досліджуваних процедур планування і цілеутворення, на труднощі в баченні професійного майбутнього); домінування прагматичних мотивів навчально-професійної діяльності і мотивів уникання невдачі; невелика значущість професійних та пізнавальних мотивів; незрілі комунікативні установки (дитячого, відчуженого і конфліктного типів). Зі зростанням рівня міжособистісного емоційного інтелекту комунікативні установки стають більш соціально спрямованими, зрілими і гармонійними (зокрема, зростає доросла та гармонійна комунікативні установки та знижуються дитяча, конфліктна та відчужені комунікативні установки); більш розвинутими стають і процеси цілеутворення та планування (професійна та особистісна перспектива є більш сформованою); зростає готовність до саморозвитку та значущість мотивів особистого престижу, та мотивів, що мають стосунок до змістових та пізнавальних аспектів навчального процесу; знижується рівень значущості прагматичних мотивів і мотивів уникання невдачі (що додає особистості впевненості в собі і дозволяє їй концентрувати свою увагу не на процесі, а на змісті навчально-професійної діяльності). Оскільки різні складники психологічної готовності перебувають у взаємозв'язку, можна сказати, що розширення професійної та особистісної перспективи активує і готовність до саморозвитку.

Виявлено, що на когнітивний складник психологічної готовності до соціономічних професій найбільше впливають такі здібності внутрішньоособистісного емоційного інтелекту, як розуміння власних емоцій, управління своїми емоціями, контроль експресії. Тобто високий рівень розвитку цих показників впливає на побудову образу професійного майбутнього, допомагає формувати професійні плани, наміри, цілі, розширяти уявлення про умови, засоби та шляхи досягнення цих цілей. Аналіз результатів опитування показав, що серед досліджуваних студентів (особливо серед майбутніх лікарів) є велика

кількість осіб, які бажають покинути країну після отримання диплому, а серед майбутніх психологів і педагогів значна кількість осіб не вважають, що їхня майбутня робота допоможе їм у досягненні інших життєвих цілей і не пов'язують своє майбутнє з тим фахом, який зараз здобувають у вищому навчальному закладі. Кореляційний аналіз показав, що високий рівень внутрішньоособистісного емоційного інтелекту в досліджуваних усіх груп корелює із внутрішніми (пізнавальними, змістово-процесуальними, саморозвитку) мотивами навчально-професійної діяльності і зовнішніми соціальними мотивами (особистого престижу). У всіх групах зафіксовано прямі кореляційні зв'язки між високим рівнем емоційного інтелекту і мотивами саморозвитку. У групах "майбутні лікарі" і "майбутні педагоги" відмічається приблизно однакові відсотки респондентів із високим рівнем загальної готовності до саморозвитку. Виявлено: у групі майбутніх психологів найбільше досліджуваних із високим рівнем загальної готовності до саморозвитку; у групі майбутніх лікарів найбільше досліджуваних із середнім рівнем загальної готовності до саморозвитку; у групі майбутніх педагогів найбільше досліджуваних із низьким рівнем загальної готовності до саморозвитку. У переважній більшості досліджуваних усіх груп (майбутні лікарі, психологи, педагоги) високий рівень готовності до саморозвитку досягається за рахунок параметру "хочу знати себе". Наявність прямих зв'язків між загальним показником міжособистісного інтелекту і таких його компонентів, як розуміння чужих емоцій, управління чужими емоціями та його-станами батька та дорослого, а також гармонійними та формальними комунікативними установками свідчить про те, що для майбутніх фахівців соціономічних професій із високим рівнем емоційного інтелекту характерні комунікативні установки конструктивного типу (гармонійні, формальні, його-позиції дорослого і батька), які є проявом зрілої адаптованої особистості, яка відрізняється гнучкістю у конфліктах, урівноваженістю, стресостійкістю, інтернальністю, розвинутими вольовими і діловими якостями, стриманістю і надійністю у взаєминах, розумінням відносності догм, конструктивною спрямованістю поведінки, зокрема й у складних, емоційно напружених ситуаціях. Для осіб із низьким рівнем емоційного інтелекту характерними є комунікативні установки відгородженого і конфліктного типу і його-стан дитини.

Перспективи подальших досліджень можуть полягати у визначенні психологічної готовності до професійної діяльності майбутніх фахівців соціономічних професій у нових умовах і рівня розвитку у них емоційного інтелекту.

Список використаних джерел

- Діагностика "емоційного інтелекту" (Н. Холл) (б. д.). ПДАУ. <https://www.pdau.edu.ua/content/diagnostyka-emociynogo-intelektu-n-holl>
- Зарицька, В. В. (2010). *Теоретико-методологічні основи розвитку емоційного інтелекту у контексті професійної підготовки*. КПУ.
- Зарицька, В. В. (2019). Методика дослідження емоційного інтелекту особистості. *Теорія та практика сучасної психології*, 2(3), 39–42.
- Носенко, Е. Л., & Коврига, Н. В. (2003). *Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції*. Вища школа
- Buck, R. (1991). Motivation, emotion, and cognition: A developmental-interactionist view. In K. T. Strongman (Ed.), *International review of studies of emotion* (Vol. 1). John Wiley, & Sons, Inc.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Banta book.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17(4), 433–442.
- Mayer, J. D., Di Paolo, M., & Salovey, P. (1990). Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: A component of emotional intelligence. *Journal of personality assessment*, 54(3-4), 772–781.
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. *Annu. Rev. Psychol.*, 59, 507–536.

References

- Diagnosing "emotional intelligence" (N. Hall) (n.d.). PDAU. <https://www.pdau.edu.ua/content/diagnostyka-emocijnogo-intelektu-n-hall> [in Ukrainian]
- Zarytska, V. V. (2010). *Theoretical and methodological foundations of emotional intelligence development in the context of professional training*. KPU. [in Ukrainian]
- Zarytska, V. V. (2017). Methods of research of emotional intelligence of a personality. *Legal psychology*, (1413), 37. [in Ukrainian]
- Nosenko, E. L., & Kovryga, N. V. (2003). *Emotional intelligence: conceptualization of the phenomenon, basic functions*. High school. [in Ukrainian]
- Buck, R. (1991). Motivation, emotion, and cognition: A developmental-interactionist view. In K. T. Strongman (Ed.), *International review of studies of emotion* (Vol. 1). John Wiley, & Sons, Inc.
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence*. Banta book.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). The intelligence of emotional intelligence. *Intelligence*, 17(4), 433–442.
- Mayer, J. D., Di Paolo, M., & Salovey, P. (1990). Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: A component of emotional intelligence. *Journal of personality assessment*, 54(3-4), 772–781.
- Mayer, J. D., Roberts, R. D., & Barsade, S. G. (2008). Human abilities: Emotional intelligence. *Annu. Rev. Psychol.*, 59, 507–536.

Отримано редакцією журналу / Received: 23.05.23
Прорецензовано / Revised: 29.09.23
Схвалено до друку / Accepted: 05.11.23

Yana TYNDYK, PhD (Psychol.)
ORCID ID: 0000-0002-8833-3162
e-mail: kutsenko.yana84@gmail.com
Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

PSYCHOLOGICAL READINESS FOR PROFESSIONAL ACTIVITY AND EMOTIONAL INTELLIGENCE: DEVELOPMENT PECULIARITIES AMONG STUDENTS OF SOCIONOMIC PROFESSIONS

Background. The war in the East of Ukraine exacerbated the need for high-quality training of specialists in socionomy to serve the population affected by this war. After all, working with those who have manifested post-traumatic stress disorder requires from the professionals not only psychological readiness to help people but also a high level of emotional intelligence development. It affects the efficiency of their professional activities and increases their resistance to emotional exhaustion and professional burnout. The results of a theoretical and empirical study of the relationship between the psychological features of emotional intelligence and the components of psychological readiness for socio-economic professions are presented, the differences between the features of emotional intelligence and psychological readiness in different groups of subjects (future psychologists, teachers and doctors) are indicated.

Methods. The study used research methods and psychodiagnostic tests to assess the development level of psychological readiness and emotional intelligence components.

Results. Results of the study: a significant number of students had a low development level of psychological readiness components; more than a third of socionomic students show a low level of emotional intelligence development; emotional intelligence (and its individual components) is in some way associated with personal factors (16 PF–Questionnaire by Cattell), particularly with the factors B, C, G, H, N, Q2, Q3 – positive correlation, with factors L, Q1 – negative correlation; the differences between the indicators of emotional intelligence and psychological readiness for socionomic professions among future psychologists, physicians and educators are determined; the directions of emotional intelligence influence on components of psychological readiness are revealed.

Conclusions. The study's results will help improve the psychological training process of socionomic specialists in higher education institutions, as these results point to problems that need to be worked out to better prepare each student for professional work.

Keywords: posttraumatic stress disorder, emotional intelligence, psychological readiness for professional activity, socionomic professions, communicative settings, motivation.

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

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

УДК 321.02:159.955(075.8)

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).13](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).13)

Тетяна ТРАВЕРСЕ¹, д-р психол. наук, проф.
ORCID ID: 0000-0002-9031-1173
e-mail: traversay@ukr.net

Юлія РОМАНОВА¹, канд. психол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0002-5081-2336
e-mail: jurom@ukr.net

Софія КРАВЧЕНКО¹, д-р філософії
ORCID ID: 000-0001-7676-9906
e-mail: sophi6378@gmail.com

Георгій ДУБРОВИНСЬКИЙ¹, канд. психол. наук, доц.
ORCID ID: 0000-0002-6621-4229
e-mail: dzora@ukr.net

¹Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

УЗГОДЖЕННЯ ІНТЕРЕСІВ У ВИРОБЛЕННІ ПУБЛІЧНОЇ ПОЛІТИКИ В УКРАЇНІ МЕХАНІЗМОМ КОНСОЛІДАЦІЇ СУСПІЛЬНО-ПОЛІТИЧНИХ ГРУП

Вступ. Присвячено емпіричному дослідженню структури і змісту консолідації як механізму узгодження інтересів політичних груп у виробленні публічної політики. Мета дослідження полягала у з'ясуванні соціально-психологічних особливостей консолідації ідеологічних та електоральних політичних груп, пошуку точок дотику між ними задля узгодження інтересів у виробленні публічної політики.

Методи. Використано теоретичні, емпіричні, методи математико-статистичного опрацювання даних, а також психодіагностичні методики: "Політичні цінності" (Г. Айзенк), "Політичні цінності" (А. Селезньов), "Групова ідентичність" (Дж. Фейтос., Е. Салас), "Політична ідентичність" (О. Скнар), шкали політичної ідентифікації (Дж. Крукер, Р. Ліхтанен), "Дослідження політичних мотивів" (А. Красняков), "Політична самоефективність" (І. Сарієв), "Політична солідарність" (К. Ньюфілд, Д. Гаучер, К. Старзук, в авторській адаптації), "Уявлення про консолідацію та способи її досягнення" (С. Кравченко), дослідницька анкета.

Результати. Доведено, що консолідація є системною єдністю за принципом кон'юнкції, системоутворювальним чинником якої є ціннісна система групи. Її становлять: ціннісно-орієнтаційна єдність, спільні соціально-політичні мотиви та образ потребнісного майбутнього України, політична та групова ідентичності, рефлексивний капітал (спільні уявлення щодо: а) консолідаційної єдності, б) механізмів її здійснення, в) подібності та відмінностей уявлень членів своєї групи від інших груп у політичній взаємодії, г) готовності до спільних дій, діалогу, вироблення можливих продуктивних рішень), самоефективність політичної групи. Консолідація політичних груп у публічній політиці детермінується їхнім типом (ідеологічні, електоральні), де найістотнішою є ціннісна система групи.

Висновки. Суспільно-політичний консолідаційний функціонал спільноти, презентований у публічному і непублічному вимірах політики відбивається на змістових і структурних характеристиках консолідації конкретної політичної групи, а також задає масштаб, спрямованість, соціальну, суспільну та політичну системи координат їхньої взаємодії – від конкуренції, співпраці, варіантів продуктивного протистояння аж до крайньої конфліктності, як різного ґатунку війн. Встановлено універсальні й специфічні основи можливого узгодження інтересів політичних груп, їхньої консолідації.

Ключові слова: публічна політика, просоціальна поведінка, політична поведінка, кооперація, мобілізація, інтеграція, ідеологія, узгодження інтересів, ціннісні орієнтації, ідеологічна група, електоральна група.

Вступ

Динаміка суспільно-політичних процесів загострила чимало проблем, серед яких проблема продуктивної взаємодії суспільно-політичних груп у публічній політиці, їхньої солідарності, узгодження інтересів, консолідації посідає чільне місце.

Проблема консолідації вивчається у різних методологічних традиціях: антропологічній, соціобіологічній, соціологічній, політологічній, соціально-психологічній. У дослідженнях переважно йдеться про консолідацію як про механізм та умову (Klandermans, & van Stekelenburg, 2013; Klandermans, 2019; McAdam, Tarrow, & Tilly, 2011), форму (Meyer, & Whitter, 1994; Taylor, 1989), рівень (Goodwin, & Jasper, 2009; Soss, 1999; Sommers, 1993), ознаку / властивість (Melucci, 1995; Parsa, 1985) соціальних, суспільно-політичних спільнот.

У соціально-психологічній, політико-психологічній методології щодо предмета консолідації йдеться про: підтримку, продуктивну комунікацію (допомогу) груп у ході розв'язання проблем (Cortland et al., 2017); позитивне ставлення до своєї групи (Yamagishi, & Mifune, 2009); узгодження спільної діяльності політичної групи, групової ідентичності, політичних ставлень членів групи (Neufeld, Starzyk, & Gaucher, 2019); міру узгодженості позицій

виборців і глибину вираженості політичної ідентифікації (Ferrera, & Burelli, 2019; Janmaat, & Braun, 2019), усвідомлене вольове спрямування групи задля втілення конкретної колективної мети (Chayinska, M., Minescu, A., & McGarty, 2017) або про безпосередню групову діяльність та спільні політичні дії (Klandermans, 2013) тощо.

Проте проблема консолідації політичної групи, її суб'єктного функціонування у публічній / непублічній політиці залишається відкритою і лише частково дослідженою. Це зумовлюється насамперед межами тієї чи іншої методології, виокремленими змістами досліджуваної суспільно-політичної дійсності, контекстами вивчення, трактування, варіативності їх втілення у політичну практику. Вітчизняні вчені зазначають, що "війна стала для українців потужним каталізатором міліарного вміння боронити власну ідентичність, сприяла консолідації українців, надала імпульс подальшому формуванню в Україні політичної нації, потужного громадянського суспільства". Дискурси, тексти, контексти інтерпретування теперішньої публічної політики різними політичними групами в Україні (і поза її межами) неминуче приведуть до об'єктивних суспільно-політичних наслідків. Отже, "завдання дослідників полягає в тому, щоб в інтерпретуванні подій та поясненні

© Траверсе Тетяна, Романова Юлія, Кравченко Софія, Дубровинський Георгій, 2023

теперішнього виокремити смисли і значення, які створюють систему координат прийнятного потрібного майбутнього", здатну інтегрувати цінності, погляди, функціонали всіх політичних груп в державі.

Гіпотези дослідження: 1. Політична консолідація як механізм узгодження інтересів у виробленні публічної політики в Україні є динамічним явищем, оскільки зміст її складників зазнаватиме трансформацій залежно від інтересів, смислових орієнтацій груп, що й призводить до диференціації та відмінностей між ними. 2. Існують різні особливості процесу узгодження інтересів, типів консолідації, які характеризуються тією чи іншою мірою динамічності та специфічними умовами активізації складників консолідації, що сприяє різноманітності соціально-політичних груп. 3. На рівень політичної консолідації всередині політичної групи впливає ступінь ідеологічної узгодженості між її членами.

Методи

Вибірка. У дослідженні разом взяли участь 208 осіб, найбільш яскравих представників протилежних політичних поглядів, яких було розподілено на чотири політичні групи за параметрами ідеології та електоральності, а саме: а) праві (традиціоналісти, монархісти, консерватори), б) ліві (ліберали, феміністи, ЛГБТ+спільноти), тобто ідеологічні групи, в) групи підтримки П. Порошенка (ЕПП), г) групи підтримки В. Зеленського (ЕПЗ), тобто електоральні групи.

Ідеологічні групи. Група правих / ультраправих – 58 осіб, серед яких 42 особи – чоловіки (72 %) та 16 осіб – жінки (28 %), що загалом відповідає реальному відсотковому співвідношенню чоловіків і жінок у цій політичній групі. При цьому 42 особи вважають себе "правими", 16 осіб – "ультраправими". Значущих відмінностей між "правими" і "ультраправими" не виявлено, тому вони вважаються представниками однієї ідеологічної групи. Респонденти віком від 19 до 35 років, медіанний вік – 25 років. Отже, цю групу можна вважати молодіжним об'єднанням; за критерієм освіти: 65,5 % мають вищу освіту; 15,5 % навчаються в аспірантурі; решта – студенти закладів вищої освіти. Отже, праві – це освічена, політично вмотивована, активна молодь. Група лівих – 50 осіб, серед яких 31 особа – чоловіки (62 %), 19 осіб – жінки (38 %), вік від 19 до 36 років, медіанний вік – 23 роки; за критерієм освіти: 56 % – профільна середня освіта, а 40 % – вища. Порівняно з правими, у яких лише 10 % осіб мають тільки профільну середню освіту.

Електоральні групи. Ядерний електорат підтримки П. Порошенка / ЕПП – 50 осіб, серед них 21 особа – чоловіки (42 %), 29 осіб – жінки (58 %), вік 25-40 років,

медіанний вік – 32 роки; за критерієм освіти: 78 % мають вищу освіту, 22 % – профільну середню. Ядерний електорат підтримки В. Зеленського / ЕПЗ – 50 осіб, серед них 28 осіб – чоловіки (56 %), 22 особи – жінки (44 %), вік 21–38 років, медіанний вік – 31 рік; за критерієм освіти: 74 % – вища освіта; 26 % – профільна середня. Тобто політична група ядерного електорату ЕПП є найстаршою з усіх досліджуваних. Наймолодшою є група лівих.

Інструменти. У роботі застосовано такі психодіагностичні методики: "Політичні цінності" (Р. Інглхарт), "Політичні цінності" (Г. Айзенк), "Політичні цінності" (А. Селезньова). "Методика групової ідентичності" (Дж. Феїтоса, Е. Салас), "Методика політичної ідентичності" (О. Скар), Шкала політичної ідентифікації (Дж. Крукер, Р. Ліхтанен), "Методика дослідження політичних мотивів" (А. Краснякова), "Методика політичної самоєфективності" (І. Сарієва), "Методика політичної солідарності" (К. Ньюфілд, Д. Гаучер, К. Старзук, в адаптації С. Кравченко), Методика "Уявлення про консолідацію та способи її досягнення" (С. Кравченко). Дослідницька анкета щодо уявлень членів групи про саму групу, її учасників, міру її консолідованості, що становить рефлексивний капітал групи (перелік запитань взято з дослідження центру Разумкова, присвяченого вивченню образу майбутнього України, що проводилось напередодні президентських виборів 2019 р.).

Організація дослідження. В емпіричній частині дослідження, у результаті пілотажного дослідження остаточно дібрано інструментарій, завдяки чому створено подібні умови для опрацювання тестів; напівструктуроване інтерв'ю використано з метою усунення можливих варіацій в інтерпретуванні запитань.

Статистичне аналізування: у результаті застосування методів математично-статистичного опрацювання даних (описові статистики, критерії для порівняння двох вибірок, кореляційний, регресійний аналіз, а також інтерпретаційних методів) здійснено опис, аналіз, інтерпретування отриманих даних.

Результати

Завдяки методу множинного лінійного моделювання встановлено, що змістові характеристики консолідації детермінуються типом політичної групи, що насамперед відбивається на змістових і структурних характеристиках консолідації конкретної політичної групи. Запропоновані в дослідженні моделі консолідації політичних груп дозволяють констатувати найсуттєвіші характеристики їхньої єдності й на їх основі віднаходити підстави для узгодження інтересів політичних груп у публічній політиці.

Таблиця 1

Зміст та структура консолідації групи "правих"

Внесок до консолідації	Змістовий складник консолідації
8,80	Стать
5,33	Мир
5,33	Націоналізм
3,27	Політико-культурна ідентифікація
0,92	Ідеологічний мотив
0,32	Політична цінність обороноздатності держави
0,03	Тоталітаризм як уявлення щодо способу досягнення консолідації

Зокрема, у групі "правих" з усіх змістових складників консолідації найвагомішим виявилася стать (8,80). Це підтверджено й додатковим вимірюванням, у результаті якого встановлено значущі відмінності за критерієм статі, коли в жінок показник групової ідентичності є нижчим, ніж у чоловіків ($p = 0,00$, $p \leq 0,05$). Значущість

цінності миру (5,33) свідчить про те, що "праві" прагнуть суспільної гармонії, громадянського миру, згуртованості, що сприяє горизонтальній усталеності соціуму. Проте це не просто прагнення до якоїсь конструктивної взаємодії. Ця взаємодія насамперед має ґрунтуватися на врахуванні спільних культурних, історичних інтересів,

ідентичності (з урахуванням лінгвістичних зв'язків між громадянами), суверенності нації. Цінність націоналізму (5,33) свідчить про значущість таких індикаторів групи, як автономія, збереження національної культури, суверенність, національна ідентичність, національна суб'єктність. Активна участь групи в політичних рухах є засобом реалізації та втілення її політичних цілей.

Міра політико-культурної ідентифікації особи з національною культурою (3,27) свідчить про прихильність групи "правих" до звичаєвих норм, культури, традицій, історії, спільного досвіду націєтворення. Результатом культурної ідентифікації як процесу, дії ідентифікації як психологічного механізму, є створення перманентного емоційного зв'язку особи з культурними інтересами групи, громади, спільноти, нації, держави. Така ідентифікація як процес свідчить про наявну готовність особи до здійснення політичної поведінки в різних її формах, про здатність членів групи "правих" активно відстоювати інтереси групи (культурні та ін.), кожному окремо продуктивно взаємодіяти в її межах.

Внутрішню систему консолідації становить політичний ідеологічний мотив (0,92), який є провідним мотивом політичної поведінки. Ідеологічна визначеність групи "правих" є підґрунтям для відстоювання своїх ідеалів, принципів, норм тощо. Тобто наявна ідентифікація особи з відповідною політичною силою зумовлює спрямування, межі, контексти, форми, види її політичної активності, що має вияв у прагненнях підтримати ідеологічно близьку політичну силу, долучатися до політичної боротьби разом із нею задля впровадження декларованих ідеалів. Водночас до політичної діяльності зазвичай залучаються суб'єкти різного штибу – від фахових політиків до пересічних громадян. Це зумовлює специфіку, мотиви, цілі, а головне – результати їхньої політичної активності, поведінки та діяльності. У випадках домінування так званої ідеологічної потреби над всіма іншими, що особливо має яскравий вияв у політичній поведінці пересічних громадян, зумовлює їхнє непереборне прагнення до участі в колективних формах здійснення політики (участь у політичних рухах, партіях, громадських організаціях тощо). Також це має вияв у прагненнях до політичної взаємодії лише з близькими до цінностей своєї політичної сили політичними акторами, що, своєю чергою, приводить до ціннісного зсуву (наприклад, переоцінки потужності своєї політичної позиції, віри в так звану всесильність своїх політичних переконань, позицій, політичної сили загалом і недооцінювання інших) і, як наслідок, до втрати здатності дати коректну оцінку наявної конкретної політичної ситуації. Така ілюзія правильності політичної позиції, її всесильності породжує ірраціональну віру в її очільників, непогрішимість політичної діяльності своєї політичної групи та кожного конкретного її представника. Така ситуація може ускладнювати діалог, адаптацію людини до інших субкультурних контекстів суспільства (інших політичних партій, рухів тощо), конструювання більш-менш продуктивної моделі власної політичної поведінки, посилює радикальність, односторонність політичних суджень.

Встановлено, що у групі "правих" системоутворювальною цінністю консолідації є політична цінність обороноздатності держави (0,03). Зміст цієї цінності відображає значущість ставлення до безпеки своєї країни, до ведення міжнародної взаємодії, до прагнення суб'єктності держави в різних за масштабом політичних контекстах. Значущість ідентичності, державної безпеки, бажання суб'єктності держави доповнюються прагненням воєнної готовності боронити свої цінності. У публічному політичному просторі групи "правих"

обороноздатність позиціонується як індикатор національної самооцінки, як позиціонування себе стосовно глобальних викликів, де стрижневими є стабільність, суверенітет та його захист.

Показник тоталітаризму як уявлення про спосіб досягнення консолідації (0,03) свідчить про те, що група "правих" прихильно ставиться до примусу, різноманітних заборон як способу консолідування групи, соціуму, аж до заборони, поступлення, викорінювання протилежності, тобто "прав особистості". У випадку політичного протистояння значущість параметру тоталітаризму зумовить її послуговування радикальними методами впливу в політичній взаємодії, активне непримиренне виборювання, відстоювання (нав'язування) своїх цінностей, інтересів, що, своєю чергою, ампліфікуватиме суспільне напруження, недовіру, агресивність. Чим більш значущою є тоталітарна спрямованість політичної групи, тим менш значущим буде поріг відмінностей, розбіжностей, які здатні спричинити виникнення (провокування) активних гострих протистоянь у суспільно-політичному середовищі; формування непримиренних опозиційних суспільних груп.

Переважаюча впевненість в єдино правильному баченні суспільно-політичної ситуації є виявленням психологічної готовності до категоричного, радикального відстоювання своїх поглядів, інтересів, цінностей, навіть ціною гострого протистояння. Це свідчить про потенційну тенденцію і/або схильність до продукування замкнених, переважно агресивних соціальних субсистем, які центровані навколо ціннісного ядра (що є завжди ірраціональним), і неодмінною готовністю відстоювати свої політичні вподобання за будь-яких форм політичної активності (аж до крайніх протестних форм політичної поведінки). Центрована домінантна політична ідея групи може стати детермінантою для продукування консолідованих, пасіонарних і водночас агресивних суспільно-політичних угруповань. Зауважимо, що агресивність як вираження міри суб'єктності такої групи, може стати засобом впливу і розв'язання суспільно-політичних проблем в інших політичних контекстах (публічних, непублічних та ін.). Зауважимо, що показники тоталітаризму, монолітності та категоричності є більш значущими у правих ($p = 0,00$, $p \leq 0,05$) порівняно з лівими, тобто праві більшою мірою схильні до послуговування примусовими методами консолідації, оскільки вірять в єдино правильні політичні цінності, носіями яких є саме вони.

Отже, ідеологічну групу "правих" становлять особи зі сформованою національно-патріотичною політичною позицією, яку вони готові відстоювати навіть радикальним способом. Проте такі виражені показники радикальності не сягають критичного максимуму, що уможливорює побудову конструктивних ситуацій політичної взаємодії, коригування ригідності, що має вияв у соціальній нечутливості до будь-яких інших засобів політичної взаємодії (рис. 1).

Консолідація ідеологічної групи "лівих" також значною мірою обумовлена показником статі (6,41). Проте чоловіча стать характерна більшою мірою для групи "правих", а стаття у сенсі гендер (ЛГБТ та ін.) характерна для групи "лівих".

Цінність самовираження (3,45) свідчить про те, що для "лівих" значущим є визнання права (свого й інших) на вільне висловлення ідей, думок, толерантного ставлення до думок інших, до виявів своєї й іншої ідентичності. Ідеться про значущість особистої автономії, автентичності, визнання цінності особистості, цінності самопізнання, а отже, і визнання різноманітності людського досвіду в усіх сферах суспільного життя (політика, культура та ін.). Відкритість у суспільно-політичній взаємодії, можливості

висловлювати різні погляди стосовно актуальної ситуації, щоб таким чином реалізувати потребу в самовираженні, можуть стати підґрунтям для створення інклюзивного суспільного середовища, у якому громадянин може брати участь у формуванні політики.

Як і в групі "правих", ідеологічний мотив політичної участі (3,45) входить до змісту консолідації групи "лівих". Це означає, що і "ліві", і "праві" об'єднуються у політичні спільноти, зважаючи насамперед на свої погляди, вважаючи їх визначально єдино правильними. Що, своєю чергою, є тим індикатором, який зумовлює категоричність у суспільно-політичній взаємодії, а отже, продукування (створення, використання) й оформлення опозиційних груп.

Спрямованість спілкування з представниками своїх поглядів посилює внутрішню узгодженість між членами групи, що водночас не виключає спрямованості політичної комунікації з представниками протилежних поглядів (1,78). Це означає, що у змісті консолідації є такі складники, спираючись на які, є можливості вибудувати

діалогічну взаємодію між політичними групами, навіть між опозиційними групами. Діалогічний стиль, діалогічна форма взаємодії у різних сферах суспільно-політичного життя може сприяти відкритості до інших політичних цінностей та їх носіїв тощо.

Політичні цінності у змісті консолідації ідеологічних груп є різними. Якщо в групі "правих" значущою є "політична цінність обороноздатності держави", то для групи "лівих" характерними є політичні цінності "досягнення високого рівня економічного розвитку держави; надання народів більше можливостей впливати на прийняття державних рішень; створення умов, коли люди мають більше можливостей вирішувати, що діється у них на роботі та за місцем проживання" (1,78). Отже, наявні різні спрямування ціннісних вимірів політичних груп, де "праві" концентрують свої погляди на військово-політичній сфері, а "ліві" – на соціально-економічній, соціокультурній сферах. Що також свідчить про відмінності у визначенні державою пріоритетних завдань розвитку й стратегій управління суспільством.

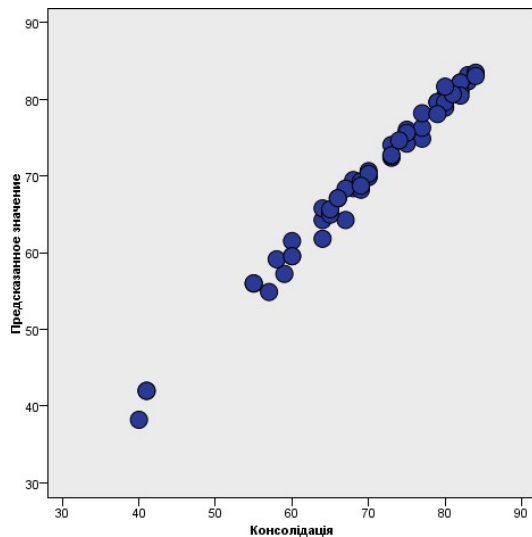


Рис. 1. Зміст та структура консолідації групи "правих"

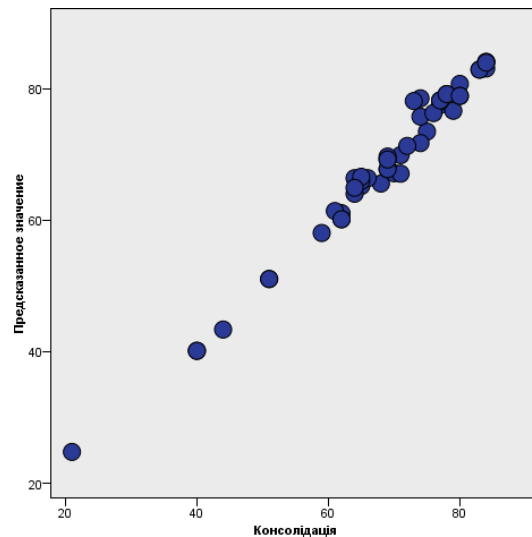


Рис. 2. Зміст та структура консолідації групи "лівих"

Таблиця 2

Зміст та структура консолідації групи "лівих"

Внесок до консолідації	Змістовий складник консолідації
6,41	Стать
3,45	Цінність самовираження
3,45	Ідеологічний мотив політичної участі
1,78	Спрямованість спілкування (з представниками своїх поглядів, з представниками протилежних поглядів)
1,78	Політичні цінності: досягнення високого рівня економічного розвитку держави, надання народів більше можливостей впливати на прийняття державних рішень, створення умов, коли люди мають більше можливостей вирішувати, що діється у них на роботі та за місцем проживання
0,75	Патріотизм
0,75	Групова ідентичність
0,18	Рівність

Отже, серед соціально-психологічних особливостей консолідації групи "лівих" є сформована ціннісно-орієнтаційна система, групова ідентичність, проте вони не є політизованими (тобто мають неполітичну генезу), на відміну від "правих". Ці складники більшою мірою ґрунтуються на соціальних (а не політичних) загальнолюдських цінностях (цінності свободи, самовираження людини тощо). При цьому визначальним у них є групова (тобто соціальна) ідентичність, а не політична, як у групі "правих". Групі "лівих" іманентно властива відкритість, діалогічність політичної взаємодії з іншими, толерування протилежних поглядів, що є необхідною умовою у процесі узгодження

міжгрупових інтересів публічної політики в Україні, розбудови консолідаційного простору держави.

До змісту та структури консолідації групи підтримки П. Порошенка / ЕПП увійшли такі складники: політичний мотив потреби у встановленні контакту (9,6), категоричність (6), монолітність та уявлення про схожість політичних поглядів всередині групи (3,81), спрямованість спілкування (з представниками своїх поглядів, з представниками протилежних поглядів) (2,31), групова ідентичність (0,54), цінність лібералізму (0,13), колективна самоефективність (0,13). Це означає, що у змісті консолідації групи ЕПП важливим є насамперед встановлений

психологічний контакт, – не як бажання процесу комунікації, а саме як реалізація потреби у психологічній близькості завдяки членству в групі. Це може мати вияви навіть у формі психотипу особистості групи ЕПП. У такій комунікації наявне взаєморозуміння, взаємопідтримка та прагнення точно з'ясувати і знати про спільність думок або протилежність думок учасників спілкування. Можна стверджувати, що членство в групі надає можливості людині переживати почуття єдності, захищеності, так

званої душевної підтримки, розуміння іншими. Людина відчуває себе в колі однодумців, що свідчить про подібний (однаковий) ціннісний ряд учасників спілкування, унаслідок чого особа очікує схвалення своєї поведінки, схвалення себе як особистості з боку учасників групи. У намаганнях досягти такого схвалення учасники групи вдаються до впливу на іншого (зокрема, у різних формах насилля – психологічного, соціального та ін.) завдяки обізнаності у сфері політики.

Таблиця 3

Зміст та структура консолідації групи підтримки П. Порошенка / ЕПП

Внесок до консолідації	Змістовий складник консолідації
9,6	Політичний мотив потреби у встановленні контакту
6	Категоричність
3,81	Монолітність
3,81	Уявлення про схожість політичних поглядів усередині групи
2,31	Спрямованість спілкування (з представниками своїх поглядів, з представниками протилежних поглядів)
0,54	Групова ідентичність
0,13	Цінність лібералізму
0,13	Колективна самоефективність

Це має вияв у категоричності (6), зокрема у недостатньо розвинених навичках, відсутності потреби й усвідомленості в учасників групи щодо необхідності побудови конструктивного діалогу з протилежною стороною, у процесі вироблення спільної думки. Саме тому будь-які спроби закликів політичних опонентів щодо компромісів, примирення не матимуть бажаного, принаймні декларованого, оприлюдненого опонентами результату. Ба більше, це призведе до поглиблення політичного протистояння, оскільки у групі ЕПП не сформована навіть тимчасова психологічна готовність до діалогу. Хоча наявна у структурі цінність лібералізму (0,13), маючи найменше навантаження, може свідчити щонайменше про інновації в цінностях групи.

Монолітність групи ЕПП (3,81) свідчить про те, що вони не схильні до прийняття ідей інших, права опонентів на інакшість. Вони відмовляють іншим не лише у праві на існування, але й на право поширення іншими своїх ідей (позицій, гасел, декларацій, інформації тощо). Це, своєю чергою, спричинює у групі ЕПП складності щодо можливості конструктивної інтеграції різних інтересів, оскільки їхні уявлення далекі від можливостей спільно з іншими політичними групами працювати на єдину мету, не завдаючи при цьому шкоди й утисків іншим.

Отже, вищезазначений політичний мотив потреби у встановленні контакту може бути лише кроком, здійсненим з метою переконати опонента, підтвердити важливість своєї політичної позиції, ідеології тощо. Водночас в уявленнях про подібність політичних поглядів всередині групи (3,81) вони вбачають більше схожостей, ніж відмінностей (інколи залишаючи поза увагою відмінності поглядів, які через нереалізованість можуть бути використані опонентами для специфічних впливів на групу ЕПП).

Здебільшого учасники групи ЕПП спілкуються з представниками своїх політичних поглядів (2,31), що створює обмежений контекст їхнього інформаційного поля порівняно з політичним полем, наприклад інформаційним полем країни.

Групова ідентичність (0,54) як почуття належності до свого кола однодумців є складником консолідаційних моделей й інших політичних груп. Проте у поєднанні з політичною колективною самоефективністю (0,13) має вияви як здатність групи до продуктивних змін у разі об'єднання зусиль з однодумцями.

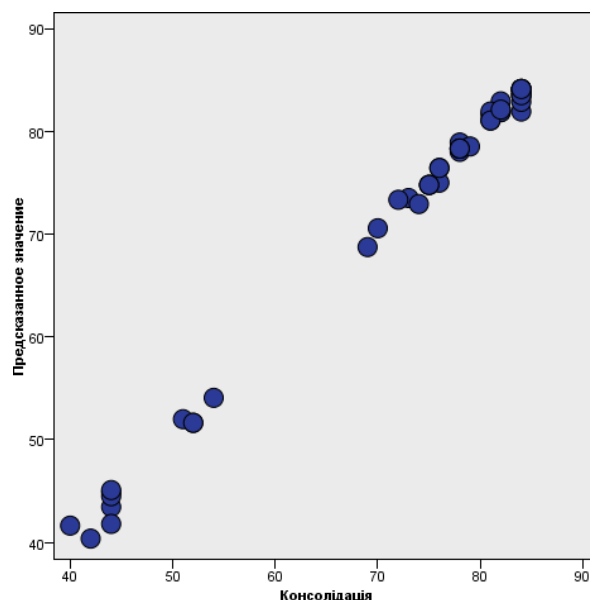


Рис. 3. Зміст та структура консолідації електоральної групи підтримки П. Порошенка / ЕПП

В основі консолідаційної моделі електоральної групи підтримки В. Зеленського / ЕПЗ встановлено такі складники: цінність толерантності (5,64), монолітність та групова ідентичність (2,85), ідентифікація з політичними поглядами (1,33), спільний образ майбутнього України (0,46), політичний мотив потреби в установленні контакту і політична самоефективність влади (0,05) (табл. 4).

Отже, цінність толерантності (5,64) свідчить про апріорну спрямованість учасників групи ЕПЗ на інших, про їхнє прагнення до знаходження порозуміння з іншими (що може також свідчити про недостатню переконаність у своїй позиції, невпевненості у своїй політичній позиції з різних причин тощо). Це має вияв у визнанні інакших вірувань, субкультур, ідеологій тощо. У цьому сенсі толерантність здатна зумовлювати горизонтальну усталеність суспільства (що має вияв у його гармонізації, згуртованості, громадянському мирі) та підтримувати вертикальний зв'язок поколінь (що є передумовою неперервності існування політичної системи).

Таблиця 4

Зміст та структура консолідації групи підтримки В. Зеленського / ЕПЗ

Внесок до консолідації	Змістовий складник консолідації
5,64	Цінність толерантності
2,85	Монолітність
2,85	Групова ідентичність
1,33	Ідентифікація з політичними поглядами
0,46	Спільний образ майбутнього України
0,05	Політичний мотив потреби в установленні контакту
0,05	Політична самоефективність влади

Монолітність (2,85), як і в групі ЕПП, є складником консолідації груп ЕПЗ. Отже, і групі ЕПЗ властиві наполягання на однозначній правильності своїх поглядів. Ідеться про визнання міри рівноправності та гідності представників інших політичних груп у своїх очах. Адже толерантність як спрямованість учасників групи ЕПЗ на інших, на діалог з ними не є гарантією визнання політичної позиції іншого як рівноцінної до своєї. Це може бути засобом для демонстрування іншому своєї позиції, ідеології, цінностей тощо і навіть спробою вплинути, переконати іншого у своїй правоті. Тому спрямованість на інші політичні, суспільні групи не гарантує врахування позиції іншого, хоч би і в діалозі.

Групі ЕПЗ властиве відчуття належності, емоційної прив'язаності щодо своєї групи (2,85), яка має не лише емоційні, а й смислові контексти (1,33). Така значущість ідентифікації з політичними поглядами свідчить про те, що комунікація, міжособистісні зв'язки в цій політичній групі мають вияв не лише у взаємній згоді, а й є особистісно значущими. Проте це також може виявлятися в упередженнях (як стосовно своїх, так й інших акторів), в ілюзіях спілкування, наприклад, у перебільшенні значущості тієї інформації, яка є конгруентною до своєї позиції, і недооцінюванні інформації протилежного, іншого змісту, смислу тощо.

У поєднанні з психологічною прив'язаністю до політичних поглядів така ситуація містить потенціал поляризації групи ЕПЗ стосовно політичного позиціонування і навіть опору змінам. Водночас політичний мотив потреби в установленні контакту (0,05) має вияв саме в установленні психологічного контакту, а не комунікації у сенсі спілкування як обміну інформацією.

Спільний образ майбутнього України (0,46) є єдиним у групі, що опосередковано також може свідчити про початкові рівні розвитку цієї групи. Такі актори мають спільне прагнення змін, проте не у вигляді усвідомлених конкретних планів, а здебільшого як загального образу змін.

Отже, встановлено типову модель консолідації групи ЕПЗ, яка розкриває специфіку політичної активності й поведінки цієї групи (сформована ідентичність, орієнтація на політику та майбутнє України), якоюсь мірою компенсує несформованість ціннісного складника, який відображав би діяльнісно-зацікавлене ставлення політичних акторів до суспільно-політичної дійсності. За таких умов, коли неможлива інтеграція групи на рівні цінностей, вона відбувається на ґрунті операціонального досвіду. Тобто визначальною є ефективність спільних політичних дій групи, у ході яких продукується й і структурується ціннісний складник, а отже, збагачується зміст та структура політичної консолідації групи.

Візуалізація типів консолідованості електоральних груп унаочнює їхні відмінності. Для групи ЕПП властиві інтенсивні, однозначні прояви, з крайніми розподілами навантажень (центр є незаповненим) (рис. 3). Електоральній групі ЕПЗ властива розпорошеність розташування

навантажень (рис. 4), що має суттєві відмінності порівняно з попередніми соціально-психологічними типами організації політичних груп, є складнішою для передбачення. Це уможливорює варіативність розвитку цієї групи залежно від домінуючих компонентів її групової консолідації, особливостей їхніх взаємозв'язків та динаміки. Група підтримки ЕПЗ – це об'єднання досить різних людей і всередині цього об'єднання немає впливових структурних елементів єдності, як ми визначили з описової моделі.

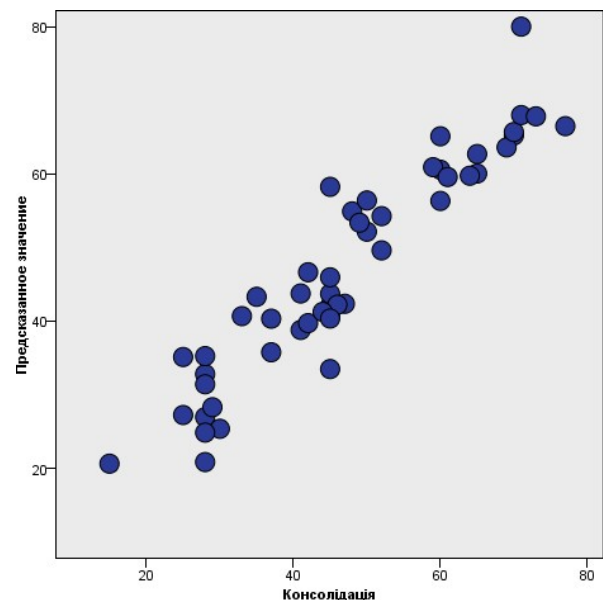


Рис. 4. Зміст та структура консолідації електоральної групи підтримки В. Зеленського / ЕПЗ

Дискусія і висновки

У групах "лівих" і "правих" стаття є складником консолідації. Як і в результатах роботи колег за цією тематикою (Kemer, 2018), встановлено, що чоловіки є більш схильними до участі в політичних групах, спільнотах, де є можливість виявити свої позиції, переконання, ідеї тощо. Це, своєю чергою, зумовлює особливості політичної культури конкретної спільноти, стратегії її функціонування у контексті публічної / непублічної політики.

Ідеологічний мотив, ціннісно-мотиваційний ідеологічний вимір політичного контексту цих двох ідеологічних груп має стати об'єктом політико-психологічних інтервенцій. Як зазначає M. Gauvain: "Людей не можна зараховувати до груп, сподіваючись, що виникнуть соціальні процеси... Групову діяльність потрібно налаштувати таким чином, щоб усі учасники могли бути активними та брати участь. Необхідно створити можливості, щоб сформулювати та побудувати поточне розуміння індивідів у проблемній області та спрямувати їхні знання, що розвиваються" (Gauvain, 2018). Результатом такої діяльності може стати розбудова публічного політичного простору

країни, уможливлення, продукування та керування політичним діалогом. Оскільки діалогічність, декларована готовність до діалогу й реальна практика взаємодії досліджуваних політичних груп заслуговують додаткового вивчення. Особливо, коли йдеться про способи узгодження інтересів політичних груп, актуалізацію механізмів узгодження їхніх інтересів під час вироблення публічної політики в Україні.

Водночас залишаються не з'ясованими психологічні, соціо-культурні механізми формування психологічної готовності політичних груп до консолідації за новітніх суспільно-політичних умов і викликів сьогодення; умов і детермінант, які впливають (посилюють / послаблюють політичну консолідацію). Це дозволить уточнити, конкретизувати змісти консолідаційних процесів, а отже, впливати на процес узгодження інтересів політичних спільнот у виробленні публічної політики в Україні, впливати на динаміку політичної поведінки груп.

Отже, політична консолідація як динамічне соціально-психологічне явище піддається перманентному трансформуванню. Це зумовлює її типи в різних політичних групах за критеріями динамічності / функціональної спрямованості: а) стабільна (або монолітна) (група "правих"); б) ситуативна (група "лівих"); в) супротивна (група підтримки П. Порошенка); д) конформна (або нарцисична) (група підтримки В. Зеленського). Це свідчить про домінантність і специфічну виразність консолідації кожної з груп, які є значущими суб'єктами публічної політики в Україні.

Консолідація політичних груп, а далі й інтеграція суспільства може існувати на рівнях соціальної онтології, цінностей або операціонального досвіду. Консолідація як механізм є процесом і результатом продукування і відтворення ціннісно-орієнтаційної єдності групи за принципом кон'юнкції, яка інтегрована з соціально-політичними мотивами, образом політичного майбутнього, рефлексивним капіталом, груповою і політичною ідентичностями політичної групи.

Внесок авторів: Тетяна Траверсе – концептуалізація, методологія; Георгій Дубровинський – програмне забезпечення, формальний аналіз; Софія Кравченко – валідація даних, написання (оригінальна чернетка); Юлія Романова – написання (перегляд і редагування).

Список використаних джерел

- Chayinska, M., Minescu, A., & McGarty, C. (2017). Political solidarity through action (and inaction): How international relations changed intracultural perceptions in Ukraine. *Group Processes, & Intergroup Relations*, 20(3), 396–408.
- Cortland, C., Craig, M., Shapiro, J., Richeson, J., Neel, R., & Goldstein, N. (2017). Solidarity Through Shared Disadvantage: Highlighting Shared Experiences of Discrimination Improves Relations Between Stigmatized Groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(4), 547–567. <https://doi.org/10.1037/pspi0000100>
- Ferrera, M., & Burelli, C. (2019). Cross-National Solidarity and Political Sustainability in the EU after the Crisis. *JCMS: Journal of Common Market Studies*, 57(1), 94–110.
- Gauvain M. (2018). Collaborative Problem Solving: Social and Developmental Considerations. *Psychological Science in the Public Interest*, 19(2), 53–58.
- Goodwin, J., & Jasper, J. M. (2009). *The social movements reader: Cases and concepts*. Wiley-Blackwell.
- Janmaat, G., & Braun R. (2009). Diversity and Postmaterialism as Rival Perspectives in Accounting for Social Solidarity: Evidence from International Surveys. *International Journal of Comparative Sociology*, 50(1), 39–68.
- Kerner, I. (2018). Solidarity across Difference Lines. *Social Politics: International Studies in Gender, State, & Society*, 25(1), 44–49. <https://doi.org/10.1093/sp/jxy004>
- Klandermans, B. (2019). *Political Solidarity*. Oxford University Press.209.

Klandermans, B., & van Stekelenburg, J. (2013). Social movements and the dynamics of collective action. In L. Huddy, D. O. Sears, & J. S. Levy (Eds.), *The Oxford handbook of political psychology* (pp. 774–811). Oxford University Press.

McAdam, D., Tarrow, S., Tilly, C. (2001). *Dynamics of Contention*. Cambridge University Press.

Melucci, A. (1995). *The process of collective identity*. In H. Johnston, & B. Klandermans (Eds.), *Social movements and culture* (pp. 41–63). University of Minnesota Press

Meyer, D., & Whittier, N. (1994). Social movement spillover. *Social Problems*, 41(2), 277–298.

Neufeld, K., Starzyk, K., & Gaucher, D. (2019). Political Solidarity: A Theory and a Measure. *Journal of Social and Political Psychology*, 7, 726–765.

Parsa, M. (1985). Economic development and political transformation. *Theory and Society*, 14(5), 623–675.

Sommers, M. (1993). Citizenship and the place of the public sphere: Law, community, and political culture in the transition to democracy. *American Sociological Review*, 58(5), 587–620.

Soss, J. (1999). Lessons of welfare: Policy design, political learning, and political action. *American Political Science Review*, 93(2), 363–380

Taylor, V. (1989). Social movement continuity: The women's movement in abeyance. *American Sociological Review*, 54(5), 761–775.

Yamagishi, T., & Mifune, N. (2009). Social exchange and solidarity: in-group love or out-group hate? *Evolution and Human Behavior*, 30(4), 229–237.

References

- Chayinska, M., Minescu, A., & McGarty, C. (2017). Political solidarity through action (and inaction): How international relations changed intracultural perceptions in Ukraine. *Group Processes, & Intergroup Relations*, 20(3), 396–408.
- Cortland, C., Craig, M., Shapiro, J., Richeson, J., Neel, R., & Goldstein, N. (2017). Solidarity Through Shared Disadvantage: Highlighting Shared Experiences of Discrimination Improves Relations Between Stigmatized Groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 113(4), 547–567. <https://doi.org/10.1037/pspi0000100>
- Ferrera, M., & Burelli, C. (2019). Cross-National Solidarity and Political Sustainability in the EU after the Crisis. *JCMS: Journal of Common Market Studies*, 57(1), 94–110.
- Gauvain M. (2018). Collaborative Problem Solving: Social and Developmental Considerations. *Psychological Science in the Public Interest*, 19(2), 53–58.
- Goodwin, J., & Jasper, J. M. (2009). *The social movements reader: Cases and concepts*. Wiley-Blackwell.
- Janmaat, G., & Braun R. (2009). Diversity and Postmaterialism as Rival Perspectives in Accounting for Social Solidarity: Evidence from International Surveys. *International Journal of Comparative Sociology*, 50(1), 39–68.
- Kerner, I. (2018). Solidarity across Difference Lines. *Social Politics: International Studies in Gender, State, & Society*, 25(1), 44–49. <https://doi.org/10.1093/sp/jxy004>
- Klandermans, B. (2019). *Political Solidarity*. Oxford University Press.209.
- Klandermans, B., & van Stekelenburg, J. (2013). Social movements and the dynamics of collective action. In L. Huddy, D. O. Sears, & J. S. Levy (Eds.), *The Oxford handbook of political psychology* (pp. 774–811). Oxford University Press.
- McAdam, D., Tarrow, S., Tilly, C. (2001). *Dynamics of Contention*. Cambridge University Press.
- Melucci, A. (1995). *The process of collective identity*. In H. Johnston, & B. Klandermans (Eds.), *Social movements and culture* (pp. 41–63). University of Minnesota Press
- Meyer, D., & Whittier, N. (1994). Social movement spillover. *Social Problems*, 41(2), 277–298.
- Neufeld, K., Starzyk, K., & Gaucher, D. (2019). Political Solidarity: A Theory and a Measure. *Journal of Social and Political Psychology*, 7, 726–765.
- Parsa, M. (1985). Economic development and political transformation. *Theory and Society*, 14(5), 623–675.
- Sommers, M. (1993). Citizenship and the place of the public sphere: Law, community, and political culture in the transition to democracy. *American Sociological Review*, 58(5), 587–620.
- Soss, J. (1999). Lessons of welfare: Policy design, political learning, and political action. *American Political Science Review*, 93(2), 363–380
- Taylor, V. (1989). Social movement continuity: The women's movement in abeyance. *American Sociological Review*, 54(5), 761–775.
- Yamagishi, T., & Mifune, N. (2009). Social exchange and solidarity: in-group love or out-group hate? *Evolution and Human Behavior*, 30(4), 229–237.

Отримано редакцією журналу / Received: 19.08.23

Прорецензовано / Revised: 17.10.23

Схвалено до друку / Accepted: 01.11.23

Tetiana TRAVERSE¹, DSc (Psychol.), Prof.
ORCID ID: 0000-0002-9031-1173
e-mail: traversay@ukr.net

Iuliia ROMANOVA¹, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0002-5081-2336
e-mail: jurom@ukr.net

Sofia KRAVCHENKO¹, PhD
ORCID ID: 000-0001-7676-9906
e-mail: sophi6378@gmail.com

Georgyi DUBROVNSKYI¹, PhD (Psychol.), Assoc. Prof.
ORCID ID: 0000-0002-6621-4229
e-mail: dzora@ukr.net

¹Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

THE COORDINATION OF INTERESTS IN PUBLIC POLICY MAKING IN UKRAINE THROUGH THE MECHANISM OF CONSOLIDATION OF SOCIO-POLITICAL GROUPS

Background. The article is devoted to an empirical study and substantiation of the structure and content of consolidation of political groups, the potential of consolidation as a mechanism for reconciling the interests of political groups in public policy making. The purpose of the study was to find out the socio-psychological features of the consolidation of ideological and electoral political groups, to find common ground between them in order to harmonize interests in public policy making.

Methods. theoretical, empirical, methods of mathematical and statistical data processing, as well as psychodiagnostic techniques: "Political Values" (G. Eysenck), "Political Values" (A. Seleznev), "Group Identity" (J. Feitos, E. Salas), "Political Identity" (O. Sknar), political identification scales (J. Kruker, R. Lihtanen), "Study of Political Motives" (A. Krasnyakov), "Political Self-Efficacy" (I. Sariev), "Political Self-Efficacy" (I. Sariev), "Political Solidarity" (K. Newfield, D. Goucher, K. Starzuk, in the author's adaptation), "Perceptions of Consolidation and Ways to Achieve It" (S. Kravchenko), and a research questionnaire.

Results. The content and structure, patterns and features of political consolidation of socio-political groups are determined. Consolidation is a systemic unity based on the principle of conjunction, the systemic factor of which is the value system of the group. It consists of: value-oriented unity, common socio-political motives and image of Ukraine's needy future, political and group identities, reflective capital (common ideas about: a) consolidation unity, b) mechanisms of its implementation, c) similarities and differences between the ideas of their group members and other groups in political interaction, d) readiness for joint actions, dialogue, development of possible productive solutions), self-efficacy of the political group.

Conclusions. The socio-political consolidation functionality of a community sets the scale, direction, and coordinate system of interaction between electoral and ideological groups – from competition, cooperation, and options for productive confrontation to extreme borderline conflict, as various types of wars. The author identifies the universal and specific bases of possible coordination of interests of political groups and their consolidation.

Keywords: public policy, prosocial behavior, political behavior, cooperation, mobilization, integration, ideology, coordination of interests, value orientations, ideological group, electoral group.

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

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

УДК 159.923.2

DOI: [https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2\(18\).14](https://doi.org/10.17721/BPSY.2023.2(18).14)

Надія ФИСИНА, асп.
ORCID ID: 0000-0002-9095-4080
e-mail: fisina9420@gmail.com

Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, Київ, Україна

НЕЙРОПСИХОЛОГІЧНІ МЕХАНІЗМИ І ПРИЧИНИ НЕВРОТИЗАЦІЇ У ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Вступ. Зазначено, що сьогодення визначається високою частотою проявів порушень психічного здоров'я дітей, таких як нервово-психічні розлади, підвищена тривожність, страх, невпевненість у собі, надмірна вразливість тощо. Відкритий збройний конфлікт виводить проблему психічних розладів у дітей на перше місце, оскільки війна є періодом, що фруструє найбільше, вона сприяє розвитку великої кількості проблем емоційної сфери, серед дисфункцій якої найбільше проявляються преневеротичні розлади з подальшим переходом у невротизацію.

Метою статті є аналіз нейропсихологічних механізмів і причин емоційних порушень у дітей дошкільного віку, визначення критеріїв, факторів преневеротичних розладів.

Методи. Методами дослідження було обрано абстрагування, аналіз і синтез, які дозволили на теоретико-методологічному рівні розкривати тему як в історичній хронології, так і в актуальному часі. Для якісного аналізу тему було розділено на мікроплан, що дозволило детально розглянути її структуру, здійснити поглиблений історичний аналіз поглядів науковців, дослідити історичні зміни рівня і глибини знань, які стосуються питання емоційних порушень у дітей дошкільного віку.

Результати. У ході проведеного дослідження було з'ясовано теоретичну основу явища емоційних порушень, розглянуто локалізацію емоційних процесів у структурах мозку, сформовано причини виникнення емоційних порушень і викривлень. Визначено класифікації і критерії емоційних і поведінкових порушень. Визначено термін "преневеротичний розлад" як вид емоційного розладу, охарактеризовано його симптоми та відмінність від неврозу. Визначено критичні вікові періоди та фактори, які провокують появу преневеротичних розладів.

Висновки. Питання вивчення проблем емоційно-вольової сфери на сьогодні достатньо суперечливе, викликає дискусію, адже стосується не тільки психолого-педагогічних наук, а й нейробіології, соціології, культурології, етнології тощо. Саме цей вид розладів є важко діагностованим через те, що порушення поведінки можуть бути проявом індивідуальних особливостей дитини, вікової норми, одноразової тимчасової поведінки тощо. Саме тому важливо приділяти багато уваги диференційованій діагностиці емоційних порушень і, зокрема, преневеротичних розладів у дошкільників.

Ключові слова: емоційні порушення, нейропсихологія, преневеротичні прояви, дошкільний вік.

Вступ

Актуальність дослідження. Реалії сьогодення диктують нові актуальні проблеми розвитку особистості, серед яких провідне місце посідають розлади емоційної сфери дітей. Від початку повномасштабного вторгнення компанією Gradus Research було двічі проведено широке опитування населення, включаючи дітей України, стосовно їхнього психологічного здоров'я. За статистикою опитування на період квітня 2022 р. найбільш поширеними симптомами порушення емоційної сфери в дитячій популяції були перепади настрою (45 %), підвищений рівень тривожності (41 %), порушення сну (29 %) (Gradus Research, 2022a).

Опитування, проведене у вересні 2022 р., показало, що в групу людей, які наразі потребують психологічної допомоги, входив 31 % дітей, у групу людей, які наразі *найбільше* потребують психологічної допомоги, входив 21 % дітей (Gradus Research, 2022b).

Емоції є відображенням внутрішнього стану дитини, її відносин з сім'єю, сприйманням навколишнього середовища, ставлення до соціуму тощо. Тривалий стрес та різноманітні патологічні чинники, наприклад, ураження структур головного мозку, мають сильний негативний вплив на емоційну сферу дитини. Надалі це може призвести до дефіцитарності або несформованості ієрархії більш високих рівнів організації психіки (Князев et al., 2019).

Серед дисфункцій емоційної сфери на перший план у дітей виходять невротичні розлади, які мають широкий спектр прояву.

Саме тому є актуальним дослідження емоцій через призму нейропсихології, оскільки ця галузь розкриває новий якісний рівень знань у вивченні емоційних розладів та порушень, зокрема розкриває ширше преневеротичні розлади, з яких надалі може розвинути повноцінний невроз.

Мета – провести теоретико-методологічний аналіз нейропсихологічних механізмів і причин емоційних порушень у дітей дошкільного віку, визначити критерії преневеротичних розладів.

Завдання дослідження:

1. Теоретично дослідити поняття "Емоційні порушення", "преневеротичні розлади", "невротизація", фактори, які впливають на їх виникнення у дошкільному віці.
2. Розкрити нейропсихологічні механізми виникнення емоційних порушень, зокрема виникнення преневеротичних розладів у дітей дошкільного віку.

Методи

Під час дослідження було використано методи теоретичного рівня – абстрагування, аналіз і синтез, що зорієнтовані на безпосередню дійсність та розкриття теми дослідження. Тему дослідження було диференційовано на мікроплан, який дозволив більш детально розглянути досліджуване питання. У контексті цього було здійснено історичний аналіз поглядів дослідників, хронологічної зміни рівня і глибини знань, які стосуються питання емоційних порушень у дітей дошкільного віку, визначено актуальні аспекти дослідження у сьогоденні і майбутньому.

Результати

У нейропсихології вивчення емоційної сфери є відносно новим напрямом. Дослідження емоцій та їх порушень прямо пов'язано з теорією трьох функціональних блоків О. Лурія. Він розробив її на основі даних, отриманих під час вивчення пацієнтів із локальними ураженнями мозку.

Перший функціональний блок мозку (I ФБМ) – енергетичний, або блок регуляції тону та неспання.

Другий функціональний блок мозку (II ФБМ) – прийому, опрацювання і зберігання інформації.

Третій функціональний блок мозку (III ФБМ) – програмування, регуляції і контролю перебігу психічної діяльності (Князев et al., 2019).

© Фисина Надія, 2023

Особливу роль у регуляції емоцій відіграють I та III блоки мозку. I-й блок мозку відповідає за емоційні, когнітивні, психосоматичні процеси, які опосередковуються підкорковими і глибинними структурами мозку. III-й блок регулює функції лобних відділів мозку і їх активційно-гальмівний зв'язок (Князев et al., 2019).

У контексті емоційних порушень є важливою проблема довольної регуляції поведінки. Під час аналізу взаємодії блоків мозку, О. Лурія зазначав, що I ФБМ формує мотиви усвідомленої діяльності, II ФБМ забезпечує операційний бік діяльності, III ФБМ – формує саморегуляційну діяльність. Виходячи з цього, варто наголосити, що мозок виступає складною системою специфічних функціональних ланок, які виконують специфічні завдання, а саморегуляція дозволяє цілеспрямовано організувати психічні функції та їхню діяльність (Вашуленко, 2004).

Для детального розуміння нейропсихологічних механізмів і причин емоційних порушень у дітей важливо знати мозкову локалізацію емоційних процесів. Їх морфологічним субстратом виступають підкіркові та лобні структури мозку (Князев et al., 2019).

Регуляцію базових емоційних станів і процесів, емоційне забарвлення сенсорних стимулів забезпечують лімбічні відділи мозку (амігдала, гіпоталамус, поясна звивина, прилегле ядро тощо). Реакція страху, гніву, радості є відповіддю на зовнішні впливи середовища, у які включають і інтероцептивну чутливість. Лімбічна система також тісно пов'язана з мотиваційними процесами, сферою базових потреб.

З емоційною регуляцією пов'язані не тільки лімбічна система, а й неспецифічні системи стовбуру мозку. Вони виступають центрами різних нейромедіаторних систем: дофамінової (область покритишки середнього мозку, чорна субстанція середнього мозку), серотонінової (ядра шву), норадреналінової (блакитна пляма) та інших. Їх порушення пов'язують з широким спектром афективних і поведінкових порушень (Кіріллова, 2023).

На формування емоційної сфери дитини сильний вплив має темперамент. Х. Айзенк вказував, що в основі екстра-інтроверсії лежить біологічна особливість: співвідношення систем фронтальна кора – гіпокамп і мигдаліна – гіпоталамус. Взаємодія між окремими структурами лімбічної системи і префронтальними відділами кори впливає на формування індивідуально-психологічних особливостей особистості. Різні форми порушення типової взаємодії вказаних мозкових структур мають визначальний вплив на різновиди неврозів (Eysenck, 1967).

Положення О. Лурія та подальше вивчення нейрофізіологічних структур мозку, що продукують емоції, дозволили сформувати цілісну модель емоційних процесів – систему, що є складною за типом організації і водночас динамічною. Така система формується у процесі індивідуального розвитку під впливом біологічних і факторів навколишнього середовища. До останніх передусім належить вплив соціального середовища.

Саме соціальне оточення визначає оцінку зовнішніх факторів, форми вираження емоцій, способи саморегуляції. Вплив соціального фактора є необхідною умовою формування у дитини вищих емоцій (совість, моральність, естетичні почуття). Біологічні фактори забезпечують формування механізмів емоційних процесів, їх реалізацію.

З позиції нейропсихології емоції мають такі характеристики:

- емоції є функціональними системами;
- різні параметри емоцій пов'язані з різними структурами мозку, ураження певної структури яких призведе до випадання конкретного компонента емоційної системи;

- ураження однієї ланки призведе до складних множинних порушень, "емоційного синдрому";

- нейропсихологічний підхід до аналізу емоцій має включати рівневий підхід;

Усі емоційні явища містять у собі загальні ланки. (Князев et al., 2019).

Згідно з класифікацією Г. Коберника, В. Синьова, дітей з вадами емоційної сфери ділять на три групи: діти з астеничними, реактивними станами та конфліктними переживаннями; діти з психопатоподібними формами поведінки; діти з початковими проявами психічних захворювань (Синьов, & Коберник, 1994).

Низка інших науковців наводять класифікацію дітей з вадами емоційної сфери за мозковою організацією:

- 1) функціональна несформованість префронтальних (лобних) відділів головного мозку;

- 2) функціональна дефіцитарність підкіркових утворень (базальних ядер).

Інші дослідники об'єднують вади емоційної сфери дитини в одну групу, називаючи їх дисгармонійним розвитком.

Сучасні класифікації, які є продовженням класичних теорій, розділяють емоційні розлади на кілька типів, :

- недорозвиненість ВПФ, де переважає недостатність регуляторного компоненту;

- розвиток апатичного типу, де негативізм спрямований на зовнішній світ і внутрішній світ

- асинхронний викривлений розвиток;

- спотворення розвитку емоційно-вольової сфери.

Кожний тип розладу має різні види дизонтогенезу (Мельник, 2022, с. 308–312).

С. Мусатов, В. Зликов зараховують до недорозвитку емоційно-вольової сфери органічний інфантизм, РДУГ, мінімальну дисфункцію, гіперкінетичні розлади (Мусатов та ін., 2004). Ці порушення мають такі характеристики:

- поведінка є імпульсивною через недорозвиненість кори головного мозку, що може підкріплюватися відсутністю сімейного виховання, меж особистого простору, ігнорування потреб тощо;

- складність становлять самоорганізація і планування;

- складними є ініціація діяльності, утримання уваги, лабільність переключення, засвоєння інструкції;

- наявне швидке виснаження та втомлюваність, через що спостерігається слабкість афективно-мотиваційного фактора;

- низький рівень самокритики та реакції на критику інших, відсутня самокорекція;

- педагогічний вплив на таку дитину є неефективним;

- складно проходить соціалізація, висока конфліктність;

- існують складнощі в організації розумової діяльності, навчання (Мусатов та ін., 2004).

У дошкільному віці, особливо у старших дошкільників, емоційні порушення є частим явищем. Через це постає актуальне питання у визначенні ступеня важкості розладу, наявного в дитини. Науковець М. Раттер наводить такі критерії оцінювання можливостей поведінкового і емоційного відхилення:

1. *Ті, що лежать у полі вікової норми та статевий належності дитини:* У певному віці деякі особливості поведінки є нормотиповими для дитини. Періодичні обмочування можуть траплятися у дітей до 4–5 років, але в молодшому шкільному та підлітковому віці це виходить за межі норми.

2. *Пролонгованість перебігу розладів.* Дитячий вік відзначається частими і різноманітними страхами, поведінковими особливостями. Однак довга тривалість

розладів, їх перехід у певний стан є неприродним і це має насторожити батьків.

3. *Обставини життя дитини.* Коливання поведінки і емоцій у дошкільному віці є звичним і нормальним явищем. Та важливо враховувати, що в одних умовах ці коливання більш часті і динамічні, тому обставини життя дитини є одним із провідних факторів її гармонійного онтогенезу. Стрес є рушієм емоційних або поведінкових труднощів. Наприклад, дитина може зреагувати регресом на появу молодшого брата, підвищенням тривожності – на зміну дитячого садка чи групи.

4. *Соціальне оточення.* Поняття норми не існує без групи, без соціального середовища. Саме тому поведінка має оцінюватися з погляду його правил існування. Культурні, релігійні, етнографічні відмінності варіюють стиль і патерни поведінки.

5. *Ступінь порушення.* У розгляді розладів варто зазначити, що окремо вони зустрічаються набагато частіше, ніж одночасно. Особливої уваги потребують діти, які мають множинні емоційні і поведінкові розлади.

6. *Тип симптому.* Сам по собі симптом ще нічого не означає. Грізніша нігтів може однаково зустрічатися і у нормотипових дітей, і в дітей з проблемами емоційного розвитку. Важливо розглядати прояв симптому в комплексі проблеми, виявляти додаткові важливі факти проблеми.

7. *Тяжкість і частота розладів.* Важливо з'ясувати частоту і тривалість прояву деструктивних розладів. Безпосередньої уваги потребують ті, що є часто повторюваними, змінними у проявах.

8. *Зміни поведінки.* Під час аналізу поведінки варто звертати увагу на прояв рис, характерних не тільки для вікової категорії, але й на риси, звичні суто для цієї дитини. Важливо враховувати зміни в поведінці, які складно пояснюються законами загального розвитку і дозрівання.

9. *Ситуаційна специфічність розладів.* Симптом, який проявляється незалежно від ситуації є передвісником більш серйозного розладу, ніж той, що проявляється тільки за певних обставин.

Отже, вирішуючи питання про порушення поведінкових проявів, варто розглядати комбінацію усіх вище зазначених критеріїв (Мельник, 2022, с. 308–312)

Висока варіативність конкретних варіантів дисгармонії провокується поєднанням динамічних розладів емоційної сфери: підвищеної збудливості, лабільності, інертності, в'язкості афекту і панівної модальності емоцій (страх, гнів, сум тощо).

Невротичний розлад виступає видом дисгармонічного психічного розвитку – формою порушення розвитку, за якої відмічається недостатність розвитку емоційно-вольової і мотиваційної сфери особистості за відносної збереженості інших структур. Біологічними особливостями, які збільшують вірогідність формування невроту є наявність невротопатології, яка виражена домінантністю однієї з півкуль (Самардакова, Зеленська, & Красковська, 2019).

Дитяче населення України становить переважну частину у проблемі невротизації – 65 % серед інших психічних розладів. Їх прояв може визначатися широкою симптоматикою.

Провокаційними факторами можуть виступати спадковість, органічні та функціональні порушення, часті хвороби й ослаблення нервової системи дитини. Також у період вікових криз розвитку дитини можуть виявлятися невротичні реагування.

Безпосередньому невроту завжди передують преневротичні розлади. Навколишнє соціальне оточення дитини (батьки, вихователі, вчителі) не завжди ідентифікує прояви як проблеми, передвісники майбутнього

розладу, вони не сприймаються серйозно. Саме тому важливою є диференціація і визначення преневротичних розладів. Вона дозволить відстежувати порушення на початковому етапі та надавати вчасну допомогу дітям дошкільного віку (Берсенев, 2008).

В. Кротенко визначає преневротичні розлади як психічні розлади, що характеризують перехід від психічного здоров'я до хвороби. Детальний аналіз визначає преневротичні розлади як короточасні невротичні реакції, які стають психічним ґрунтом для майбутнього невроту. Незважаючи на те, що вони мають низьку диференційованість клінічних проявів, виявляється зв'язок погіршення стану з патогенною ситуацією. Клінічна картина преневротичних розладів і станів виражена псевдосоматичними, фобічними, вазовегетативними реакціями, епізодичними страхами, виснажуваністю, втомлюваністю, низькою працездатністю, складністю зосередження, емоційною лабільністю, плаксивістю тощо.

Він указує на такі типи преневротичних станів, як стани:

- з рисами тривожності;
- з рисами неповноцінності;
- пов'язані з неадекватною самооцінкою;
- нерішучості;
- підвищеною обережністю, втомлюваності, ригідності, конформності, збудливості, вербальної агресії (Кротенко, 2014).

Л. Дзюбо. акцентує увагу на нейротичній схильності за вивченої дезадаптації та шляхах її подолання у дітей. Вона полягає у слабкості нейродинаміки, афективно-мотиваційного компоненту (слабкість пізнавальної активності, слабкості контролю і планування діяльності) високої виснажуваності. У соціальному вираженні такі проблеми проявляються у конфліктності, упертості, заниженій самооцінці, відмежованості від однолітків, вразливості, тривожності, стурбованості, нестійких страхах тощо.

Також факторами, що провокують преневротичні стани і майбутні невротизми, є страх і тривога. Хоча дошкільне дитинство є віковим періодом, де дитина природно переживає багато різних страхів, є чутливою і емотивною, занурення і пролонгація тривоги і страху можуть стати патологічною основою майбутнього розладу (Дзюбо, 2000)

У психолого-педагогічних дослідженнях проблема дитячої тривожності розглянута достатньо широко. Теоретичні аспекти проблематики представлені в роботах таких відомих учених, як Ч. Спілбергер, З. Фрейд, К. Горні. Шкільна тривожність стала об'єктом уваги таких сучасних українських дослідників, як Я. Омельченко, З. Кісарчук, В. Панок, Т. Титаренко, Н. Чепелева (Казаннікова, 2014)

Н. Рубель визначає тривогу як емоційний стан, який носить абстрактний, узагальнений характер, найчастіше пов'язаний з тривожними думками, передчуттями, спрямованими в майбутнє. Тому тривога може розглядатися як лівопівкульний, когнітивний феномен.

Серед видів тривожних станів вирізняють:

- специфічні фобії;
- тривожний стан, викликаний розлукою;
- соціальну фобію;
- генералізований тривожний розлад;
- посттравматичний страх;
- паніку;
- ОКР.

В. Князев вказує на такі чинники дитячої тривожності:

- біологічні (нейрофізіологічні, нейродинамічні, сенсорні особливості, наявність тілесних симптомів);
- когнітивні (особливості когнітивних стратегій);
- особисті і соціальні.

Тривога може виступати суб'єктивним переживанням (результатом діяльності кори великих півкуль), з іншого боку, вона може виражатися сенсорними, руховими і вегетативними реакціями (обумовлюються підкірковими процесами загальними характеристиками нейродинаміки і соматогенезу) (Мілютіна, & Князев, 2022).

В. Гольденштейн зазначає, що тривога провокується особистісною небезпекою, такою, що загрожує ядру особистості. Причина виникнення тривоги – це особистісний конфлікт, суперечність потреб, бажань. Провокувати тривожність можуть неадекватні вимоги, фрустрація потреб, суперечні вимоги, через які дитина потрапляє у залежне, принижене становище. Усе це вибиває опору, забирає орієнтири і сенси життя, породжує невпевненість у навколишньому світі (Бабаян, 2014).

Л. Терещенко зазначає певні вікові особливості невротичних проявів: депресивні прояви, астеничні прояви, тривога, вегетативні розлади, порушення поведінки.

Прояв невротичної ознаки може відбутися у будь якій дитини. Це ще не є підтвердженням показником невротичного розладу або свідченням невроту.

Відрізнити ситуативні зміни в поведінці від ознак невротичного розладу можна за такими показниками:

1. Протяжність прояву у часі.
2. Непов'язаність із ситуацією, оточенням, тобто генералізованість прояву.
3. Фізична та пізнавальна виснаженість.
4. Унікаюча поведінка дитини або істерика при неможливості "сховатися".
5. Зациклення на певних діях, предметах, людях.
6. Соціальна дезадаптованість.

Окремо про невротизацію можуть свідчити тики, тремори тощо (Терещенко, 2017)

Д. Бурі, Ц. Георг'є вказували, що преневротичні і подальші невротичні розлади можуть провокувати психотравматичні фактори:

- сильне емоційне потрясіння, зокрема, смерть близьких, фрустрація близькості з матір'ю, госпіталізація (ізоляція);
- хронічна психологічна травма;
- неблагополуччя сімейної системи;
- хронічні хвороби, інвалідність;
- пролонговані захворювання дітей з відривом від звичної життєдіяльності;
- адаптаційні проблеми до садочка чи школи;
- порушення соціальної взаємодії;
- постійна ситуація неуспіху, почуття провини, ревності сиблінгів;
- низька самооцінка, почуття неповноцінності (Бурі, 2019).

Французький дослідник Й. Мацкай порівнює преневрози з розладами характеру та називає їх "неврозами характеру". Він позначає їх як захисну систему, побудовану в систематичних відносинах, які мають психопатологічний характер, пов'язаний з несвідомими конфліктами. Для діагностики розладу характеру варто враховувати, що він має бути фіксованим, постійним і хронічним.

Науковець вказує, що в картині преневрозу на перший план виходять не симптоми прояву розладу, а особливий спосіб життя людини.

Виходячи з цього, він виокремив чотири основні типи розладів характеру, і надав п'яту категорію для розладів характеру, яка включає інші більш рідкісні прояви. Характер не має чистого прояву, тому класифікація формувалась за домінантною ознакою: характер пасивного залежного типу, істероїдоподібний характер, мазохістський характер, характер обсесивного типу, інші розлади характеру.

Немає сумніву в тому, що аутентичні невротичні структури у дітей існують як симптом і мають специфічну динаміку розвитку.

Однак для постановки діагнозу, на думку, важлива протяжність у часі, тому характер? має делікатно оцінюватися протягом розвитку дитини.

У дитячому варіанті діагностики преневрозів спеціаліст має орієнтуватися на психодинамічний і структурний аспект проблеми (Maskau, 1967)

Дискусія і висновки

Вивчення проблеми емоційно-вольової сфери, її порушень і розладів на сьогодні має складний, суперечливий характер, викликає дискусії, торкаючись не тільки психолого-педагогічних наук, а й нейробіології, соціології, культурології, етнології тощо. Аналіз емоцій, їх прояву і інтенсивності, порушень із позиції локалізації у мозкових структурах показує високий рівень складності цієї сфери, її багатоструктурність у питанні функціонування та взаємодії з когнітивними компонентами психіки.

Саме емоційні розлади є важко діагностованими через те, що порушення поведінки можуть бути проявом індивідуальних особливостей дитини, вікової норми, одноразової тимчасової поведінки тощо. Дитині дошкільного віку не вистачає знань, досвіду впевненого поводження, умінь спілкуватися з оточенням, що може провокувати неадекватну поведінку себе. Але торкатися питання порушення можна тільки тоді, коли поведінка підкріплена кількома характерними ознаками, які не проходять з плином часу, а заострюються і розширюються.

Як свідчить аналіз літератури, преневротичні і невротичні розлади виступають видом дисгармонічного психічного розвитку і включаються у велику групу емоційних порушень. Це психічні розлади, що характеризують перехід від психічного здоров'я до хвороби. Диференціація преневрозів від вікових особливостей, ситуативних змін у поведінці та інших особистісних проблем визначається за такими показниками, як: протяжність прояву у часі; непов'язаність із ситуацією, оточенням, тобто генералізованість прояву; фізична та пізнавальна виснаженість; унікаюча поведінка дитини або істерика в разі неможливості "сховатися"; зациклення на певних діях, предметах, людях; соціальна дезадаптованість.

Окремо зазначається тісний стабільний зв'язок з патологічною ситуацією, псевдосоматичні, фобічні, вазовегетативні реакції, епізодичні страхи, втомлюваність, низька працездатність, складність зосередження, емоційна лабільність, плаксивість.

Передумовою преневротичних станів можуть бути надмірна емоційна чутливість, слабкість розвитку пізнавальної і емоційно-вольової сфери, обмеженість форм адаптивних реакцій на впливи; тривожність, наявність пролонгованих страхів.

Діти з преневротичними і невротичними розладами є об'єктом як загальної, так і спеціальної психології та педагогіки, неврології, дитячої психіатрії, нейронаук.

Незважаючи на це, актуальність вивчення емоцій з погляду нейропсихології, медичної психології, спеціальної психології і педагогіки залишається досить високою. Дослідження інтелектуальних порушень у літературних джерелах ширші, ніж емоційних, а це два тісно пов'язаних і залежних один від одного процесів, оскільки повноцінний нервово-психічний розвиток забезпечує реалізацію потенціалу особистості, належний рівень і якість життя, будучи вагомим фактором, що визначає здоров'я дітей. Перспективою подальших досліджень є вивчення шляхів профілактики і корекції емоційних порушень, зокрема преневротичних розладів у дошкільному віці.

Список використаних джерел

- Бабаян, Ю. О., & Коновалюк, О. О. (2014). Взаємозв'язок тривожності та навчальної успішності молодших школярів. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського. Серія: Психологічні науки*, (12), 18–21. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2014_2_12_5
- Берсенев, В. (2008). *Лечебник для семьи, в которой растёт ребёнок с неврологической недостаточностью*. Аверс.
- Вашуленко, М. (2004). Мовленнєвий розвиток дошкільників – запорука їхньої наступної успішності. *Дитячий садок*, (20), 27. http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_me ta&C21COM=S&S21P03=FILA=&S21STR=peddysk_2011_10_24
- Дзюбко, Л. В. (2000). *Психологічні особливості ранньої шкільної дезадаптації і шляхи її подолання* [Неопубл. автореф. дис... канд. психол. наук]. Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України.
- Казаннікова, О. (2014). Особливості проявів тривожності в молодших школярів. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. (1), 66. http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhpr_2014_1%281%29_33
- Кіріллова, А. (2023). Діагностичний інструментарій нейропсихологічного базису психічної діяльності особистості. *Габіус*. (43), 63–64.
- Князев, В. М., Мільютіна, К. Л., Дубашидзе, Н., & Рубель, Н. (2019). *Робоча книга корекційного психолога*. ДІА.
- Кротенко, В. І. (2014). Значення нейропсихологічних аспектів у розвитку дітей із затримкою психічного розвитку. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. (28), 302–307. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_019_2014_28_66
- Мельник, С. (2022). Психолого-педагогічна характеристика дітей з порушеннями емоційно-вольової сфери. У В. І. Очеретянко, І. Б. Вашеняк, А. А. Гулеватий, Н. М. Бирко, Г. І. Войтович, Н. Г. Клімкіна, & О. В. Шевчишена (Ред.), *Освіта Хмельниччини: Психолого-педагогічний супровід модернізаційних процесів* (с. 308–312). ХОІППО. <https://hoippo.km.ua/wp-content/uploads/2022/02/Збірник-конференції-2021.pdf>
- Мільютіна, К. Л., Князев, В. М. (2022). *Нейропсихологічні та психокорекційні подолання поведінки та емоційних порушень у дітей*. Ніка-Центр
- Мусатов, С. О., Зликов, В. М., Хомутиннікова, Н. Н., & Кузьменко, Н. В. (2004). Актуальна готовність вчителів до взаємодії з учнями. *Практична психологія та соціальна робота*, (2), 4–17.
- Самардакова, Г. О., Зеленська, К. О., & Красковська, Т. Ю. (2019). *Психіатрія та наркологія (частина 2): методичні рекомендації для самостійної роботи студентів медичного факультету*. Харківський національний медичний університет. https://repo.knmu.edu.ua/bitstream/123456789/123494/1/робочая%20тетрадь%20ПСЦ_укр_2019%20-1.pdf
- Синьов, В., & Коберник, Г. (1994). *Основи дефектології*. Вища школа. <https://www.scribd.com/document/488978456/Синьов-В-М-Коберник-Г-М-Основи-дефектологий>
- Терещенко, Л. (2017). Діагностика невротичних розладів особистості дитини. *Практичний психолог: Дитячий садок*, (8), с. 38–50. <https://oplatforma.com.ua/article/1412-dagnostika-nevrotichnih-rozladv-osobistost-ditini>
- Gradus Research. (2022). *Як війна змінила життя українських дітей* (Опитування). https://gradus.app/documents/213/Як_війна_змінила_життя_українських_дітей_-_опитування_Gradus.pdf
- Gradus Research. (2022). *Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни* (Опитування). https://gradus.app/documents/307/Gradus_Research___Mental_Health_Report_full_version.pdf
- Бури, С. Дж. (2019, 18 червня). *Біосоціальна теорія неврозу*. Universe. <https://eustudiesweb.com/a-bio-social-theory-of-neurosis/>
- Eysenck, H. (1967). *The biological basis of personality*. IL Thomas.
- Mackay, J. (1967) Classification des diagnostic spedo-psychiatriques. *La revue de l'association des psychiatrics du Canada*, 12(3). 303–315. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/070674376701200311>
- imani VO Suxomlyns'koho. *Seriya: Psixolohichni nauky*, (12), 18–21. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nvmdups_2014_2_12_5 [in Ukrainian].
- Bersenyev, V. (2011) *Medical advisor for a family with a child with a neurological disability* [in Ukrainian].
- Boeree, C. G. (2019, June 18). *A bio-social theory of neurosis*. Universe
- Dzyubko, L.V. (2000) Psychological features of early school disaptation and ways to overcome it [Unpublished extended abstract of dissertation of Candidate of Psychological Sciences]. Institute of Psychology named after H.S. Bone of the APN of Ukraine [in Ukrainian].
- Eysenck, H. (1967). *The biological basis of personality*. IL Thomas.
- Gradus Research. (2022). *Mental health and attitude of Ukrainians to psychological help during the war* (Analytical report). https://gradus.app/documents/307/Gradus_Research___Mental_Health_Report_full_version.pdf [in Ukrainian].
- Gradus Research. (2022). *Changes in children's lives during the war* (Analytical report). https://gradus.app/documents/211/Children_Report_Gradus_28042022.pdf
- Kazannikova, O. (2014) Peculiarities of manifestations of anxiety in younger schoolchildren. *Scientific Bulletin of Kherson State University*. (1), 66. http://nbuv.gov.ua/UJRN/nvkhpr_2014_1%281%29_33 [in Ukrainian].
- Kirillova, A. (2023). Diagnostic tools of the neuropsychological basis of mental activity of the individual. *Gabius*. (43), 63–64 [in Ukrainian].
- Knyazev, V.M., Milyutina, K.L., Dubashidze, N., & Rubel, N. (2019). *Workbook of a correctional psychologist*. DIA. [in Ukrainian].
- Krotenko V. I. (2014) Importance of neuropsychological aspects in the development of children with mental retardation. *Scientific journal of the M.P. Drahomanov NPU*. (28), 302-307. http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nchnpu_019_2014_28_66 [in Ukrainian].
- Mackay, J. (1967) Classification des diagnostic spedo-psychiatriques. *La revue de l'association des psychiatrics du Canada*, 12(3). 303–315. <https://journals.sagepub.com/doi/pdf/10.1177/070674376701200311>
- Melnyk, S. (2022). Psychological and pedagogical characteristics of children with disorders of the emotional and volitional sphere. In V. I. Ocheretyanko, I. B. Vashenyak, A. A. Gulevaty, N. M. Birko, G. I. Voytovych, N. G. Klimkina, & O. V. Shevchyshena (Eds.), *Khmelnytskyi Education: Psychological and pedagogical support of modernization processes* (p. 308–312). HOIPPO. <https://hoippo.km.ua/wp-content/uploads/2022/02/Збірник-конференції-2021.pdf> [in Ukrainian].
- Milyutina K.L., Knyazev, V.M., (2022) *Neuropsychological and psychocorrective overcoming of behavior and emotional disorders in children*. Nika-Centr [in Ukrainian].
- Musatov, S. O., Zlykov, V. M., Khomutynnikova, N. N., & Kuzmenko, N. V. (2004). Current readiness of teachers to interact with students. *Practical psychology and social work*, (2), 4-17 [in Ukrainian].
- Samardakova, G. O., Zelenska, K. O., & Kraskovska, T. Yu. (2019) *Psychiatry and narcology (part 2): methodological recommendations for independent work of medical students*. Kharkiv National Medical University [in Ukrainian]. https://repo.knmu.edu.ua/bitstream/123456789/123494/1/робочая%20тетрадь%20ПСЦ_укр_2019%20-1.pdf
- Sinyov, V., & Kobernik, G. (1994). Fundamentals of defectology: a study guide. *Higher school*, 143. <https://www.scribd.com/document/488978456/Synov-V-M-Kobernik-G-M-Osnovy-defektologiy> [in Ukrainian].
- Tereshchenko L. (2017) Diagnosis of neurotic personality disorders of a child. <https://oplatforma.com.ua/article/1412-dagnostika-nevrotichnih-rozladv-osobistost-ditini> [in Ukrainian].
- Vashulenko, M. (2004). Speech development of preschoolers is the key to their future success. *Kindergarten*, (20), 27. http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21dbn=Link&1Dbn=1FMT=ASP_META_&C21COM=S_&S21P03=FILA=&S21STR=peddysk_2011_10_24 [in Ukrainian].

Отримано редакцією журналу / Received: 03.08.23
Прорецензовано / Revised: 10.10.23
Схвалено до друку / Accepted: 20.11.23

References

- Babayan, Yu. (2014) Relationship between anxiety and academic performance of younger students. *Naukovy visnyk Mykolayivs'koho nacional'noho universytetu*

Nadiya FISYNA, PhD Student
ORCID ID: 0000-0002-9095-4080
e-mail: fisina9420@gmail.com

G. S. Kostyuk Institute of Psychology National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

NEUROPSYCHOLOGICAL MECHANISMS AND CAUSES OF NEUROTISATION IN PRESCHOOL CHILDREN

Background. The relevance and purpose of the study are determined by the high frequency of manifestations of children's mental health disorders, such as neuropsychiatric disorders, increased anxiety, fear, self-doubt, excessive vulnerability, etc.

An open-armed conflict brings the problem of mental disorders in children to the fore. Since the war is the most frustrating period, it contributes to the development of a large number of problems in the emotional sphere, among the dysfunctions of which the pre-neurotic disorders with the subsequent transition to neurotization are most manifested.

The article aims to analyze the neuropsychological mechanisms and causes of emotional disturbances in preschool children to determine the criteria and factors of pre-neurotic disorders.

Methods. Abstraction, analysis, and synthesis were chosen as research methods, which allowed the topic to be revealed both in historical chronology and in the current time at the theoretical and methodological levels. For qualitative analysis, the topic was divided into micro-levels, which made it possible to examine its structure in detail, carry out an in-depth historical analysis of the views of scientists, and investigate historical changes in the level and depth of knowledge related to the issue of emotional disorders in preschool children

R e s u l t s . *In the course of the conducted research, the theoretical basis of the study of emotional disorders was clarified, the localization of emotional processes in brain structures was considered, and the causes of emotional disorders and distortions were formed. Classifications and criteria of emotional and behavioral disorders are determined. The term "pre-neurotic disorder" is defined as a type of emotional disorder, its symptoms and its difference from neurosis are characterized. Critical age periods and factors that provoke the appearance of pre-neurotic disorders have been determined*

C o n c l u s i o n s . *The issue of studying the problems of the emotional-volitional sphere is quite controversial today, causing discussions that touch not only psychological and pedagogical sciences but also neurobiology, sociology, cultural studies, ethnology, etc. This type of disorder is challenging to diagnose because behavioral disorders can be a manifestation of the child's individual characteristics, age norms, one-time temporary behavior, etc. That is why it is essential to pay a high level of attention to the differential diagnosis of emotional disorders and, in particular, pre-neurotic disorders in preschoolers.*

K e y w o r d s : *emotional disorders, neuropsychology, pre-neurotic manifestations, preschool age.*

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

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

Наукове видання



ВІСНИК

КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ ІМЕНІ ТАРАСА ШЕВЧЕНКА

ПСИХОЛОГІЯ

Випуск 2(18)

Редактор Н. Казанцева

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.

Opinions, statements, accuracy of the quotations, economic and statistical data, terminology, proper names and other information are made on the responsibility of the authors. The Editorial Board reserves the right to shorten and edit the submitted materials.



Формат 60x84^{1/8}. Ум. друк. арк. 12,2. Наклад 300. Зам. № 223-10833
Гарнітура Arial. Папір офсетний. Друк офсетний. Вид. № Пс4.
Підписано до друку 30.01.24

Видавець і виготовлювач
ВПЦ "Київський університет"
Б-р Тараса Шевченка 14, м. Київ, 01601, Україна
☎ (38044) 239 32 22; (38044) 239 31 58; (38044) 239 31 28
e-mail: vpc@knu.ua; 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