

МІНІСТЕРСТВО ОБОРОНИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ОБОРОНИ УКРАЇНИ

Вісник Національного університету оборони України. Зб-к наук. праць. – К.: НУОУ, 2025. – Вип. 1 (83). – 182 с.

ВІСНИК
НАЦІОНАЛЬНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ
ОБОРОНИ
УКРАЇНИ
1 (83) / 2025



Bulletin of National Defense University of Ukraine. The Coll. of Sc. P. – K.: NDUU, 2025. – Issue 1 (83). – 182 p.

BULLETIN
OF NATIONAL
DEFENSE
UNIVERSITY
OF UKRAINE
1 (83) / 2025

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

Рекомендовано

до друку вченою радою Національного університету оборони України
Протокол № 1 від 27 січня 2025 р.

Засновник – Національний університету оборони України

Виходить 6 разів на рік

Ідентифікатор медіа – R30-01595 Рішення Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення № 1214 від 31.10.2023 протокол № 25

Згідно наказу Міністерства освіти і науки України 02.07.2020 № 886 збірник “Вісник Національного університету оборони України” включено до Переліку наукових фахових видань України категорія «Б» у галузі психологічні науки, спеціальність – 053

Вид видання – збірник наукових праць

Сфера розповсюдження – загальнодержавна

ISSN 2617-6858 друк

ISSN 2617-6866 он-лайн

Адреса редакції:

Київ-049, проспект Повітряних сил України, 30

Телефон для довідок: +38 (044) 271-06-23

web-сайт: <http://visnyk.nuou.org.ua/>

e-mail: vesniknuou@ukr.net



THE COLLECTION OF SCIENTIFIC PAPERS

Approved by

The Academic Council of the National Defense University of Ukraine

January 27, 2025 (Minutes № 1)

Founded by the National Defense University of Ukraine

Publication frequency – 6 times per year

Media Identifier – R30-01595 Decision of the National Council of Ukraine on Television and Radio Broadcasting No. 1214 dated October 31, 2023 Protocol No. 25

According to the Order of Ministry of Education and Science of Ukraine 02.07.2020 № 886, the collection is included to the List of scientific professional publications of Ukraine category "B" in the field of psychological sciences, Specialty – 053.

Type of Publication – the Collection of Scientific Papers

Sphere of Distribution – countrywide.

ISSN 2617-6858 друк

ISSN 2617-6866 он-лайн

The Address of Editorial Office:

Kiev-049, prospekt Povitrianykh syl Ukrainy, 30

Contact telephone number: +38 (044) 271-06-23

website: <http://visnyk.nuou.org.ua/>

e-mail: vesniknuou.ukr.net



РЕДАКЦІЯ:

Головний редактор – Василь Стасюк, доктор психологічних наук, заслужений працівник освіти України, професор, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

Відповідальний секретар – Вадим Богайчук, кандидат політичних наук, доцент, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-4977-5870>

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Василь Осодло, доктор психологічних наук, професор, заслужений працівник освіти України, лауреат Державної премії України в галузі науки і техніки, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-2893-4721>

Олег Хміляр, доктор психологічних наук, професор, Національний університет оборони України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-2693-1906>

Інґріда Баранаускіне, Ph.D. в соціальних науках, професор, кваліфікований доктор, завідувач кафедри соціальної роботи Клайпедського університету, Литва

<https://orcid.org/0000-0003-2158-4941>

Ларіса Березовська, кандидат психологічних наук, доцент, Український католицький університет.

<https://orcid.org/0000-0002-5972-7883>

Олена Бочарова, професор, Педагогічний університет комісії народної освіти в Кракові, Краків, Республіка Польща

<https://orcid.org/0000-0001-8415-3925>

Наталія Володарська, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник, Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної Академії педагогічних наук України, Київ, Україна

<http://orcid.org/0000-0003-1223-718X>

Наталія Воляннюк, доктор психологічних наук, професор, Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Київ, Україна

<http://orcid.org/0000-0001-6945-5984>

Галина Гандзілевська, доктор психологічних наук, професор, Національний університет «Острозька академія», Острог, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-6137-8344>

Тамара Говорун, доктор психологічних наук, професор, професор Інституту поведінкових наук Джіндала (JIBS) Глобального університету О. П. Джіндала (JGU), Сопінат, Хар'яна, Індія

<https://orcid.org/0000-0003-1520-9766>

Іван Данилюк, доктор психологічних наук, професор, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-6522-5994>

EDITORS OFFICE:

Editor in Chief – Vasil Stasuk, Doctor of Science (Psychology), , **honored worker of education of Ukraine** Professor, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

Executive Secretary – Vadim Bohaichuk, candidate of political sciences, associate professor, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-4977-5870>

EDITORIAL BOARD:

Vasyl Osodlo, Doctor of Science (Psychology), Professor, honored worker of education of Ukraine, laureate of the State Prize of Ukraine in the field of science and technology, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-2893-4721>

Oleh Khmiliar, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Defence University of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

Ingrida Baranauskiene, Ph.D. in Social Sciences (Educology), Professor, Qualified doctor, Head at the Department of Social Work of Klaipeda University, Lithuania

<https://orcid.org/0000-0003-2158-4941>

Larisa Berezovska, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor Ukrainian Catholic University

<https://orcid.org/0000-0002-5972-7883>

Olena Bocharova, Professor, Uniwersytet Pedagogiczny im Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, Krakow, Rzeczpospolita Polska

<https://orcid.org/0000-0001-8415-3925>

Natalia Volodarska, Candidates of Science (Psychology), Senior Research, G.S. Kostyuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0003-1223-718X>

Nataliia Volianiuk, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Technical University of Ukraine «Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute» Kyiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0001-6945-5984>

Halyna Handzilevska, Doctor of Science (Psychology), Professor, National University «Ostroh Academy», Ostroh, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-6137-8344>

Tamara Hovorun, Doctor of Psychology, Professor, Professor, Jindal Institute of Behavioural Sciences (JIBS) of O.P. Jindal Global University (JGU), Sopinat, Haryana, India

<https://orcid.org/0000-0003-1520-9766>

Ivan Danyliuk, Doctor of Science (Psychology), Professor, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-6522-5994>

Георгій Ложкін, доктор психологічних наук, професор, Національний технічний університет України «Київський політехнічний інститут імені Ігоря Сікорського», Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-6705-9344>

Томас Матіок Ph.D. (аналіз та розв'язання конфліктів), майор Армії США (у відставці), професор Центру Джорджа Маршалла, старший лектор кафедри політології Державного Університету Середньої Джорджії США

<https://orcid.org/0000-0003-1828-7938>

Ксенія Максименко, доктор психологічних наук, доцент, Національна академія внутрішніх справ України, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-0354-628X>

Наталья Мілорадова, доктор психологічних наук, доцент, Харківський національний університет внутрішніх справ, Харків, Україна

<http://orcid.org/0000-0002-0716-9736>

Татьяна Перепелик, кандидат психологічних наук, професор, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини Умань, Україна

<http://orcid.org/0000-0001-6313-2279>

Любовь Помиткіна, доктор психологічних наук, професор, Національний авіаційний університет, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-2148-9728>

Ігор Приходько, доктор психологічних наук, професор, Національна академія Національної гвардії України, Харків, Україна

<http://orcid.org/0000-0002-4484-9781>

Люда Радзевичене, доктор соціальних наук, Шяуляйская академія Вильнюсского університета, м. Шяуляй, Литва

<https://orcid.org/0000-0001-8468-3176>

Цезарій Смуневський, доктор філософії хабілітований доктор наук про безпеку, професор, факультет політології та міжнародних студій Варшавського університету, заступник директора Центру міждисциплінарних досліджень Варшавського університету «Ідентичність – Діалог – Безпека», Варшава, Республіка Польща

<https://orcid.org/0000-0002-8973-3539>

Іван Сулятицький кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри спеціальної освіти ЛНУ імені Івана Франка, Голова Українського центру психології безпеки (всеукраїнська громадська організація), Львів, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-3769-5630>

Татьяна Траверсе, доктор психологічних наук, професор, Київський національний університет імені Тараса Шевченка, Київ, Україна

<https://orcid.org/0000-0002-9031-1173>

Микола Фомич, кандидат психологічних наук, доцент, Черкаський інститут пожежної безпеки імені Героїв Чорнобиля Національного університету цивільного захисту України, Черкаси, Україна

<https://orcid.org/0000-0003-1253-2656>

Georgii Lozhkin, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Technical University of Ukraine «Igor Sikorsky Kyiv Polytechnic Institute», Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-6705-9344>

Tomas G. Matyok, Ph.D. (Conflict analysis and resolution), major of US Army (ret.), Professor at George C. Marshall Center, Senior Lecturer in Political Science at Middle Georgia State University, Georgia, USA

<https://orcid.org/0000-0003-1828-7938>

Ksenia Maksimenko, Doctor of Science (Psychology), Assistant Professor, National Academy of Internal Affairs, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-0354-628X>

Natalia Miloradova, Doctor of Science (Psychology), Assistant Professor Kharkiv National University of Internal Affairs, Kharkiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0002-0716-9736>

Tetiana Perepeliuk, Candidates of Science (Psychology), Professor; Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

<http://orcid.org/0000-0001-6313-2279>

Lyubov Pomytkina, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Aviation University, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-2148-9728>

Igor Prykhodko, Doctor of Science (Psychology), Professor, National Academy of the National Guard of Ukraine, Kharkiv, Ukraine

<http://orcid.org/0000-0002-4484-9781>

Liuda Radzeviciene, Doctor of Social Sciences, Vilnius University Šiauliai Academy, Šiauliai, Lithuania

<https://orcid.org/0000-0001-8468-3176>

Cezary Smuniewski, Doctor of Philosophy, Doctor of Security Sciences, Professor, Faculty of Political Science and International Studies of the University of Warsaw, Deputy Director of the Center for Interdisciplinary Studies of the University of Warsaw "Identity - Dialogue - Security", University of Warsaw: Warsaw, Rzeczpospolita Polska

<https://orcid.org/0000-0002-8973-3539>

Ivan Sulyatytsky I. candidate of psychological sciences, associate professor associate professor of the Department of Special Education of the Ivan Franko National University of Lviv, Head of the Ukrainian Center for Safety Psychology, Lviv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-3769-5630>

Tetiana Traverse, Doctor of Science (Psychology), Professor, Taras Shevchenko National University of Kyiv, Kyiv, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0002-9031-1173>

Mykola Fomych, Candidates of Science (Psychology), Assistant Professor, Cherkasy Institute of Fire Safety named after Heroes of Chernobyl of the National University of Civil Defense of Ukraine, Cherkasy, Ukraine

<https://orcid.org/0000-0003-1253-2656>

© Вісник Національного університету оборони України

ЗМІСТ

Питання психології

| | |
|--|------------|
| <i>Авраменко М. В., Авраменко Д. О., Богайчук В. Ж., Темний О. А.</i> Вплив алгоритмів рекомендацій соціальних мереж на формування інформаційних бульбашок під час кризових подій..... | 7 |
| <i>Алещенко В. І., Хміляр О. Ф.</i> Інформаційно-психологічна безпека особистості в умовах воєнних дій..... | 16 |
| <i>Барко В. І., Барко В. В., Смірнова О. М.</i> Теоретико-психологічна модель дослідження індивідуально-особистісних властивостей правоохоронців та її ефективність..... | 26 |
| <i>Василькевич Я. З., Кікінежді О. М.</i> Динаміка емоційних станів як показник адаптації українських біженців у країнах Європи..... | 41 |
| <i>Власюк В. І.</i> Креативні аспекти інформаційної війни: аналіз психологічних операцій супротивника..... | 50 |
| <i>Voloshyna V. V., Rudnytskyi A. V.</i> A conceptual framework for military crisis decision-making: theoretical and methodological foundations..... | 59 |
| <i>Горбачук Г. Б.</i> Теоретико-методологічний аналіз стану дослідженості проблеми стресостійкості у психології..... | 67 |
| <i>Данилевич Л. А., Сафін О. Д., Шулдик А. В.</i> Дослідження феномена посттравматичного зростання у людей, які пережили кризу втрати роботи в умовах війни..... | 75 |
| <i>Каськов І. В., Соловей І. О.</i> Формування психологічної стійкості студента до стресогенних чинників середовища в умовах військового стану..... | 82 |
| <i>Катинський В. М., Стасюк В. В.</i> Морально психологічний стан як складова збереження психологічного здоров'я військовослужбовців..... | 89 |
| <i>Кучерявий А. О.</i> Про феноменологічні варіанти індивідуального іміджу: психологічний дискурс..... | 96 |
| <i>Макаров О. В., Стрілець В. В.</i> Особистісні ресурси як предмет психологічного дослідження..... | 103 |
| <i>Немінський І. В.</i> Структурно-функціональна модель активації військовим керівником особистісного ресурсу персоналу..... | 114 |
| <i>Ніколаєв Л. О.</i> Феноменологія груп підтримки в умовах сучасних соціальних викликів України..... | 123 |
| <i>Ременюк Я. А.</i> Мотивація учіння студентів як предмет психологічного дослідження..... | 137 |
| <i>Філоненко Л. В.</i> Психофізіологічні аспекти бойового стресу військовослужбовців..... | 148 |
| <i>Храбан Т. Є.</i> Кейс-стади як метод соціально-психологічних досліджень..... | 161 |
| <i>Шамич О. М., Озерова О. А., Андріянова В. А.</i> Самореалізація людей з інвалідністю в спортивній діяльності..... | 170 |
| ДО ВІДОМА АВТОРІВ..... | 178 |

CONTENTS

Issues of psychology

| | |
|---|-----|
| <i>Avramenko M., Avramenko D., Bohajchuk V., Temnyi O.</i> The impact of social network recommendation algorithms on the formation of information bubbles during crisis events..... | 7 |
| <i>Aleshchenko V. I., Khmiliar O. F.</i> Informational-psychological security of the person in the conditions of military actions..... | 16 |
| <i>Barko V. I., Barko V. V., Smirnova O. M.</i> Theoretical-psychological model of the study of individual properties of law enforcement employees and it's effectiveness..... | 26 |
| <i>Vasylkevych Ya. Z., Kikinezhdzi O. M.</i> Dynamics of emotional states as an indicator of the adaptation of Ukrainian refugees in European countries..... | 41 |
| <i>Vlasyuk V.</i> Creative aspects of information warfare: analysis of enemy psychological operations..... | 50 |
| <i>Voloshyna V. V., Rudnytskyi A. V.</i> A conceptual framework for military crisis decision-making: theoretical and methodological foundations..... | 59 |
| <i>Horbachuk H.</i> Theoretical and methodological analysis of the state of research on the problem of stress resistance in psychology..... | 67 |
| <i>Danylevych L., Safin O., Shuldyk A.</i> Research of the phenomenon of post-traumatic growth in people who have experienced the crisis of job loss in the war..... | 75 |
| <i>Kaskov I. V., Solovei I. O.</i> Formation of student's psychological resilience to environmental stressors under martial law..... | 82 |
| <i>Katynskyi V. M., Stasiuk V. V.</i> Moral and psychological state as a component of maintaining the psychological health of military personnel..... | 89 |
| <i>Kucheriavyi A.</i> On phenomenological variants of individual image: psychological discourse..... | 96 |
| <i>Makarov O., Strilets V.</i> Personal resources as a subject of psychological research..... | 103 |
| <i>Neminsky I.</i> Structural-functional model of activation of personnel resources by a military leader..... | 114 |
| <i>Nikolaiev L.</i> Phenomenology of support groups in the context of contemporary social challenges in Ukraine..... | 123 |
| <i>Remenuk Y.</i> Motivation of students' learning as a subject of psychological research..... | 137 |
| <i>Filonenko L. V.</i> Psychophysiological aspects of the military personnel combat stress..... | 148 |
| <i>Khraban T.</i> Case study as a methodological approach within the domains of social and psychological research..... | 161 |
| <i>Shamykh O. M., Ozerova O. A., Andriyanova V. A.</i> Self-realization of people with disabilities in sports activities..... | 170 |
| INFORMATION FOR AUTHORS | 178 |

ВПЛИВ АЛГОРИТМІВ РЕКОМЕНДАЦІЙ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ НА ФОРМУВАННЯ ІНФОРМАЦІЙНИХ БУЛЬБАШОК ПІД ЧАС КРИЗОВИХ ПОДІЙ

Авраменко М. В. доктор філософії
Національний університет оборони України
<https://orcid.org/0000-0002-4933-9078>

Авраменко Д. О. Національний університет
оборони України
<https://orcid.org/0000-0003-1892-380X>

Богайчук В. Ж. кандидат політичних наук,
доцент Національний університет
оборони України
<https://orcid.org/0000-0003-4977-5870>

Темний О. А. Національний університет
оборони України
<https://orcid.org/0009-0009-3173-094X>

Інформаційний вимір став невід'ємною складовою сучасних військових конфліктів, де цифрові технології та соціальні мережі відіграють визначальну роль у формуванні суспільного сприйняття подій. Російська агресія проти України продемонструвала, наскільки критичним є розуміння механізмів функціонування інформаційного простору та його впливу на перебіг конфлікту. Дослідження зосереджується на феномені інформаційних бульбашок, що виникають внаслідок роботи алгоритмів рекомендацій у соціальних мережах. Центральне місце у дослідженні займає аналіз когнітивних механізмів сприйняття інформації в умовах алгоритмічної фільтрації контенту. Результати дослідження мають прикладне значення для розробки ефективних механізмів забезпечення інформаційної стійкості суспільства в умовах війни.

***Ключові слова:** інформаційна боротьба; соціальні мережі; кризові події; інформаційна бульбашка; інформаційна безпека; медіаграмотність; цифрові технології.*

Вступ. В умовах повномасштабної російської агресії проти України проблема інформаційного впливу та маніпуляцій у соціальних мережах набуває особливої гостроти. Рекомендаційні алгоритми, які визначають контент для користувачів, можуть суттєво впливати на формування суспільної думки та сприйняття подій війни. Створення інформаційних бульбашок особливо небезпечно в кризовий період, оскільки може призводити до поляризації суспільства та загострення внутрішніх конфліктів, що послаблює єдність перед зовнішньою агресією.

Водночас поширення дезінформації та російської пропаганди через таргетований вплив на вразливі групи населення створює додаткові виклики для інформаційної безпеки держави. Спотворення розуміння реальної ситуації на фронті та в країні може призводити до необґрунтованої паніки або недооцінки загроз, що ускладнює процес прийняття важливих рішень громадянами через обмежений доступ до різнобічної інформації. Особливу небезпеку становить

посилення емоційного вигорання та психологічного навантаження через постійне перебування в однотипному інформаційному полі.

В умовах, коли інформаційний фронт став одним із ключових елементів протистояння агресору, розуміння механізмів формування інформаційних бульбашок та розробка методів протидії їм набуває стратегічного значення для забезпечення інформаційної безпеки держави, підтримки психологічної стійкості населення, протидії ворожим інформаційним операціям та збереження суспільної єдності. Особливої актуальності набуває дослідження впливу алгоритмів рекомендацій у контексті поширення новин про бойові дії, гуманітарні кризи, внутрішню політику та міжнародну підтримку. Розуміння цих механізмів дозволить розробити ефективні стратегії протидії інформаційним маніпуляціям та забезпечити більш об'єктивне висвітлення подій війни в соціальних мережах.

Як бачимо, в умовах сучасної гібридної війни дослідження впливу алгоритмів

рекомендацій соціальних мереж на формування інформаційних бульбашок є не просто теоретичним питанням, а нагальною потребою для забезпечення стійкості українського суспільства та ефективної протидії інформаційній агресії противника.

Мета дослідження: Визначити механізми впливу рекомендаційних алгоритмів соціальних мереж на формування інформаційних бульбашок під час кризових подій, провести аналіз негативного впливу та запропонувати практичні рекомендації протидії цьому явищу.

Методи дослідження. У процесі дослідження впливу алгоритмів рекомендацій соціальних мереж на формування інформаційних бульбашок під час російсько-української війни було застосовано комплекс загальнонаукових та спеціальних методів дослідження.

Теоретичний аналіз наукової літератури було використано для вивчення наявних досліджень щодо механізмів формування інформаційних бульбашок, впливу алгоритмічних систем на поширення інформації та особливостей сприйняття інформації в кризових ситуаціях. Цей метод дозволив систематизувати наявні теоретичні підходи та виявити ключові аспекти досліджуваної проблеми. Метод системного аналізу застосовано для вивчення взаємозв'язків між різними компонентами процесу формування інформаційних бульбашок, включаючи технологічні, психологічні, соціальні та когнітивні аспекти. Це дозволило розглянути досліджуване явище як складну систему взаємопов'язаних елементів. Кейс-стаді використано при аналізі конкретного випадку формування інформаційних бульбашок під час масованих ракетних обстрілів критичної інфраструктури України взимку 2022-2023 років. Цей метод дозволив детально дослідити механізми впливу алгоритмів на формування різних інформаційних просторів у специфічному контексті. Компаративний аналіз застосовано для порівняння різних підходів до вивчення інформаційних бульбашок та виявлення особливостей їх формування в умовах війни порівняно з мирним часом. Контент-аналіз використано для вивчення характеру та змісту інформації, що поширюється в різних інформаційних бульбашках, а також для виявлення основних наративів та способів їх

представлення. Синтез як метод наукового дослідження дозволив об'єднати отримані результати в цілісну картину та сформулювати комплексне розуміння досліджуваного явища. Міждисциплінарний підхід забезпечив можливість розглянути проблему з різних наукових перспектив, включаючи соціологічну, психологічну, технологічну та комунікативну складові.

Теоретичне підґрунтя. Розглядаючи детально основні напрямки досліджень провідних науковців в інформаційній сфері, соціології та поведінкової психології людини першочергово треба звернути увагу на фундаментальну роботу Елай Паризера, що досліджував механізми формування інформаційних бульбашок у цифровому просторі. Елай Паризер (Eli Pariser) вперше ввів термін "фільтрувальна бульбашка" у своїй книзі "The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You" (2011). Він зазначає: "Персоналізовані фільтри систематично змінюють спосіб, яким ми зустрічаємося з ідеями та інформацією...". Його основною метою було виявлення того, як персоналізовані алгоритми змінюють сприйняття реальності користувачами інтернету. Він вивчав вплив пошукових систем та соціальних мереж на формування світогляду користувачів, зосереджуючись на тому, як різні люди отримують різні результати пошуку та рекомендації контенту, навіть якщо використовують однакові пошукові запити. Паризер дослідив, як це явище впливає на демократичні процеси, громадську дискусію та здатність суспільства досягати консенсусу з важливих питань. Особливу увагу він приділив вивченню механізмів, за допомогою яких технологічні компанії збирають та використовують особисті дані для персоналізації контенту.

Кейт Старбірד зосередила свої дослідження на вивченні поширення інформації під час кризових подій. Вона досліджувала, як формуються та еволюціонують інформаційні мережі під час надзвичайних ситуацій, зокрема природних катастроф, терористичних атак та соціальних заворушень. Її дослідження охоплювали аналіз того, як різні спільноти в соціальних мережах взаємодіють з інформацією, як формуються наративи та як дезінформація поширюється через мережеві зв'язки. У своїй роботі "Ecosystem or Echo-System? Exploring

Content Sharing across Alternative Media Domains" (2018) вона відзначає: "Інформаційні бульбашки посилюються під час криз, коли люди особливо вразливі до дезінформації через підвищений рівень стресу та невизначеності". Старбірד розробила методологію аналізу інформаційних екосистем, яка дозволяє виявляти патерни поширення як достовірної інформації, так і дезінформації в кризових ситуаціях.

Домінік Спінеллі та Девід Ланд провели масштабне дослідження впливу алгоритмічних стрічок новин на соціальну поляризацію. Вони розробили експериментальну модель для порівняння впливу різних типів подачі новинного контенту на формування думок користувачів. Їхнє дослідження включало аналіз поведінки користувачів соціальних мереж, вивчення механізмів формування переконань та оцінку ступеня поляризації поглядів у різних групах користувачів. Вони також досліджували, як різні алгоритми ранжування контенту впливають на різноманітність інформації, що доходить до користувачів.

Сет Флакман провів комплексне дослідження взаємозв'язку між онлайн-споживанням новин та формуванням інформаційних бульбашок. Він розробив математичні моделі для кількісної оцінки ступеня ідеологічної сегрегації в онлайн-просторі. Його дослідження включало аналіз даних про поведінку користувачів різних новинних платформ, вивчення патернів споживання інформації та оцінку впливу алгоритмів рекомендацій на формування інформаційних переважень. У дослідженні "Crisis Information Processing in Social Media" (2022) зазначає: "В умовах кризи алгоритми соціальних мереж мають тенденцію посилювати емоційно заряджений контент, що може призводити до формування викривленої картини подій". Флакман також досліджував роль соціальних мереж та пошукових систем у посиленні ефекту інформаційних бульбашок.

Данієла Баррера зосередила свої дослідження на особливостях обробки кризової інформації в соціальних мережах. Вона вивчала, як алгоритми соціальних мереж впливають на поширення інформації під час криз, зокрема аналізувала механізми підсилення емоційно зарядженого контенту.

Її дослідження включало вивчення психологічних аспектів сприйняття кризової інформації, аналіз впливу емоційного стану користувачів на їхню взаємодію з контентом та оцінку ролі алгоритмічних систем у формуванні суспільного сприйняття кризових подій.

У контексті сучасних досліджень можна виділити кілька ключових напрямків наукового пошуку: вивчення механізмів формування інформаційних бульбашок, аналіз впливу алгоритмічних систем на поширення інформації, дослідження психологічних аспектів сприйняття інформації в кризових ситуаціях, розробка методів протидії негативним ефектам інформаційної ізоляції. Так, Мартін Леквен досліджував феномен алгоритмічної аверсії в соціальних мережах під час кризових подій. Він вивчав, як усвідомлення користувачами існування алгоритмічної фільтрації впливає на їхню взаємодію з контентом та здатність критично оцінювати інформацію. Його дослідження включало аналіз факторів, що впливають на формування довіри до алгоритмічних рекомендацій, вивчення механізмів розвитку критичного мислення в цифровому середовищі та оцінку ефективності різних підходів до подолання інформаційних бульбашок.

Дослідники також приділяли значну увагу вивченню того, як різні групи користувачів взаємодіють з інформацією в соціальних мережах, як формуються та підтримуються інформаційні переваження, як технологічні системи впливають на формування суспільної думки та які фактори сприяють або перешкоджають формуванню різноманітного інформаційного поля. Важливим аспектом досліджень було вивчення ролі алгоритмів рекомендацій у формуванні інформаційного середовища під час кризових подій. Дослідники аналізували, як автоматизовані системи впливають на поширення як достовірної інформації, так і дезінформації, як вони можуть посилювати або послаблювати соціальну напруженість, як впливають на формування суспільного розуміння кризових ситуацій. Особлива увага приділялася дослідженню взаємозв'язку між технологічними, психологічними та соціальними факторами у формуванні інформаційних бульбашок. Вчені вивчали, як особисті переваження користувачів

взаємодіють з алгоритмічними системами, як соціальні зв'язки впливають на поширення інформації, як формуються та підтримуються інформаційні екосистеми в цифровому просторі.

У контексті демократичних процесів значна увага приділялася дослідженню того, як інформаційні бульбашки впливають на політичну поляризацію, як вони можуть підривати основи демократичного діалогу, як впливають на здатність суспільства досягати консенсусу з важливих питань.

Узагальнюючи результати їх досліджень, можна відзначити, що науковці створили потужну теоретичну та емпіричну базу для розуміння механізмів формування та впливу інформаційних бульбашок. Їхні дослідження допомагають краще зрозуміти, як технологічні системи впливають на формування суспільної думки, та розробити ефективні стратегії протидії негативним ефектам інформаційної ізоляції.

Хоча згадані науковці внесли значний вклад у розуміння інформаційних бульбашок, їхні дослідження лише частково торкалися аспектів військових конфліктів. Кейт Старбірד найближче підійшла до цієї теми, досліджуючи поширення дезінформації під час Сирійської громадянської війни. Вона вивчала як різні групи використовували соціальні мережі для поширення наративів про конфлікт та як формувались окремі інформаційні екосистеми навколо протидіючих сторін. Проте її дослідження більше фокусувалось на механізмах поширення інформації, ніж на специфіці військового контексту.

Інші згадані дослідники (Паризер, Спінеллі, Ланд, Флакман, Леквен) розглядали переважно мирний контекст - політичні дискусії, соціальні рухи, природні катастрофи. Їхні методології та висновки можуть бути корисними для розуміння загальних механізмів формування інформаційних бульбашок, але вони не враховують специфічних особливостей воєнного часу.

Це створює важливу прогалину в дослідженнях, особливо враховуючи сучасний контекст російсько-української війни, де інформаційні бульбашки відіграють критичну роль у формуванні сприйняття конфлікту різними аудиторіями.

Виклад основної частини. В умовах російсько-української війни формування інформаційних бульбашок через алгоритми рекомендацій соціальних мереж стало особливо актуальним інструментом для обох сторін. Алгоритми, аналізуючи активність користувачів, їхні лайки, коментарі та час перегляду контенту, створюють персоналізовані стрічки новин. Це технологічне рішення, хоч і покликане покращити користувацький досвід, часто призводить до обмеження доступу до альтернативних точок зору щодо подій війни. Психологічні особливості людської природи додатково ускладнюють ситуацію. В умовах підвищеного стресу та тривоги, характерних для воєнного часу, користувачі природно тяжіють до інформації, що підтверджує їхні наявні погляди. Взаємодіючи з емоційно забарвленим контентом, вони мимоволі навчають алгоритми пропонувати більше подібних матеріалів, створюючи замкнене коло підсилення власних переконань.

Якість та різноманітність контенту також зазнають значного впливу. Алгоритмічні системи, оптимізовані для максимального залучення користувачів, часто надають перевагу сенсаційним новинам над глибоким аналізом ситуації. У контексті висвітлення військових дій це стає особливо критичним, адже точність інформації може мати життєво важливе значення.

Соціальна площина суспільства трансформується під впливом цих процесів. Формуються відокремлені спільноти користувачів з подібними поглядами, а алгоритми підсилюють цю сегрегацію, рекомендуючи контент та користувачів зі схожими позиціями. Це призводить до поглиблення розколів у суспільстві та ускладнює діалог між різними групами. Особливу небезпеку становить можливість зловмисного використання алгоритмічних систем для поширення дезінформації. Розуміючи механізми роботи рекомендаційних алгоритмів, певні актори можуть маніпулювати інформаційним простором, створюючи та підсилюючи вигідні їм наративи.

Мовне та культурне розмаїття України також відіграє важливу роль у цьому процесі. Алгоритми, обробляючи контент різними мовами, можуть створювати окремі інформаційні простори для україномовної та

російськомовної аудиторії, навіть якщо вони знаходяться в одному географічному регіоні.

Міжнародний вимір конфлікту додатково ускладнюється впливом алгоритмічних рекомендацій на сприйняття війни у різних країнах. Формування відмінних інформаційних бульбашок може призводити до різного розуміння подій у різних частинах світу, що безпосередньо впливає на рівень міжнародної підтримки України.

З плином часу характер інформаційних бульбашок змінюється відповідно до різних етапів війни. Алгоритми по-різному реагують на зміну інтенсивності бойових дій, важливі події та трансформації у суспільних настроях, створюючи динамічну картину інформаційного простору.

Вивчення механізмів використання інформаційних бульбашок різними акторами під час російсько-української війни розкриває складну картину маніпулятивних технологій та стратегій впливу. Росія, як основний агресор, активно експлуатує особливості алгоритмів рекомендацій соціальних мереж для просування власних наративів та дезінформації. Їхня стратегія базується на глибокому розумінні того, як працюють ці системи та як можна використати їхні особливості для максимального охоплення цільової аудиторії.

Основним інструментом стає створення мережі координованих акаунтів, які системно взаємодіють з певним типом контенту, формуючи для алгоритмів сигнал про його "популярність" та "релевантність". Наприклад, коли з'являється новина про обстріл цивільної інфраструктури України, російські "ферми тролів" миттєво активізуються, масово поширюючи альтернативні версії події. Вони створюють коментарі, які звинувачують українську сторону, або намагаються виправдати атаку неіснуючими військовими цілями. Алгоритми соціальних мереж, фіксуючи високу активність навколо цих повідомлень, починають показувати їх ширшій аудиторії. Особливу роль у цьому процесі відіграє емоційна складова контенту. Російські маніпулятори добре розуміють, що алгоритми надають перевагу матеріалам, які викликають сильну емоційну реакцію. Тому вони цілеспрямовано створюють контент, що апелює до базових емоцій - страху, гніву,

обурення. Показовим прикладом є поширення відео нібито "звірств українських військових", які насправді є постановочними або взяті з інших конфліктів. Емоційний резонанс від таких матеріалів змушує людей ділитися ними, що ще більше посилює їх видимість в алгоритмічних стрічках новин. Російські пропагандисти створюють різні версії однієї і тієї ж неправдивої історії для різних мовних груп, адаптуючи її під локальний контекст. Наприклад, для російськомовної аудиторії України подається один наратив, для україномовної - інший, а для англomовної - третій. Це дозволяє створювати окремі інформаційні бульбашки, де кожна група отримує свою версію "правди", при цьому алгоритми соціальних мереж підсилюють цю сегрегацію, рекомендуючи користувачам контент їхньою основною мовою спілкування.

Використання технології таргетування реклами також стає потужним інструментом впливу, адже для цього потрібно лише вкладення коштів і подекуди досить малих. Російські актори активно використовують можливості рекламних платформ соціальних мереж для просування своїх наративів серед конкретних демографічних груп. Це може бути, наприклад, таргетування на мешканців прифронтових територій з меседжами про "безнадійність спротиву" або на жителів західних областей з повідомленнями, що намагаються посягти недовіру до внутрішньо переміщених осіб. Крім того, координовані групи акаунтів систематично використовують певні хештеги або ключові слова, намагаючись вивести їх у тренди платформи. Коли це вдається, алгоритми починають органічно показувати цей контент ширшій аудиторії, створюючи ілюзію масової підтримки певної позиції.

Окремим напрямком, та мабуть найбільш масованим, стає використання відеоконтенту, особливо на таких платформах як TikTok та YouTube. Алгоритми цих платформ особливо чутливі до тривалості перегляду та взаємодії з контентом, тому російські маніпулятори створюють короткі, емоційно заряджені відео, які здатні утримувати увагу глядача. Це можуть бути нібито "свідчення очевидців", "викривальні репортажі" або просто емоційні звернення, які насправді транслюють необхідні пропагандистські меседжі.

Когнітивний аспект. Когнітивний аспект формування інформаційних бульбашок під час війни представляє собою складний механізм взаємодії між психологічними особливостями сприйняття інформації людиною та алгоритмічними системами соціальних мереж. В умовах російсько-української війни цей процес набуває особливої інтенсивності через підвищений рівень емоційного напруження та потребу в осмисленні критичних подій. Георгій Почепцов у своїй роботі "Сучасні інформаційні війни" (2015) розглядає когнітивні механізми сприйняття інформації в умовах конфлікту. Він зазначає: "Інформаційний простір стає полем битви за свідомість людей, де когнітивні викривлення використовуються як інструмент впливу".

Основу когнітивного механізму формування інформаційних бульбашок складає природна схильність людського мозку до підтвердження власних переконань (confirmation bias). В умовах війни ця тенденція посилюється через підвищену тривожність та потребу в психологічній безпеці. Користувачі соціальних мереж підсвідомо надають перевагу інформації, яка відповідає їхнім наявним поглядам та очікуванням, активніше взаємодіючи з таким контентом. Яскравим прикладом цього процесу в українському контексті стала ситуація навколо масованих ракетних обстрілів критичної інфраструктури взимку 2022-2023 років. У цей період можна було спостерігати формування кількох чітких інформаційних бульбашок з різним сприйняттям ситуації. Частина користувачів соціальних мереж зосередилась на контенті, який підкреслював стійкість українських систем протиповітряної оборони та успішність перехоплення ракет. Інша група концентрувалась на повідомленнях про руйнування та загрози енергетичній системі. Алгоритми соціальних мереж, фіксуючи підвищену взаємодію користувачів з певним типом контенту, починали пропонувати більше схожих матеріалів. Це створювало ситуацію, коли одна група користувачів бачила переважно оптимістичні повідомлення про ефективність ППО, тоді як інша отримувала більше тривожного контенту про загрози та руйнування. При цьому обидві групи мали справу з реальними фактами, але через селективне сприйняття та

підсилення алгоритмами формувалися різні картини реальності. Важливим когнітивним механізмом у цьому процесі є емоційне забарвлення інформації. Людський мозок приділяє підвищену увагу емоційно зарядженому контенту, особливо тому, що викликає сильні негативні емоції – страх, гнів, обурення. Алгоритми соціальних мереж, оптимізовані для максимізації залучення користувачів, надають перевагу саме такому контенту. Це створює замкнене коло: чим більше користувач взаємодіє з емоційно зарядженими повідомленнями, тим більше подібного контенту йому пропонують алгоритми. У контексті ракетних обстрілів це проявлялося у поширенні емоційних свідчень очевидців, фотографій та відео руйнувань, драматичних історій про життя без світла та тепла. Алгоритми, фіксуючи високу залученість до такого контенту, продовжували пропонувати подібні матеріали, формуючи у користувачів відчуття постійної загрози та невизначеності.

Когнітивне навантаження також відіграє важливу роль у формуванні інформаційних бульбашок. В умовах стресу та інформаційного перевантаження людський мозок намагається спростити процес обробки інформації, використовуючи когнітивні скорочення (heuristics). Це призводить до того, що користувачі частіше покладаються на прості, емоційні повідомлення замість складного аналітичного контенту, а ефект групової поляризації посилюється через особливості алгоритмічних рекомендацій. Коли користувачі бачать, що їхні погляди поділяють інші члени спільноти, це призводить до підсилення початкових переконань. У випадку з ракетними обстрілами це проявлялося у формуванні окремих груп "оптимістів" та "песимістів", де кожна група підсилювала власні переконання через постійну взаємодію з однодумцями. Важливим аспектом є також феномен селективного запам'ятовування. Користувачі краще запам'ятовують інформацію, яка відповідає їхнім очікуванням та переконанням. Алгоритми соціальних мереж, аналізуючи поведінку користувачів, підсилюють цей ефект, пропонуючи більше контенту, який відповідає вже сформованим патернам сприйняття. У контексті зимових обстрілів це призводило до того, що одні користувачі краще запам'ятовували

повідомлення про успішні перехоплення ракет, тоді як інші фіксували увагу на повідомленнях про влучання та руйнування. Алгоритми, реагуючи на цю поведінку, створювали персоналізовані інформаційні потоки, які підтверджували сформовані переконання.

Когнітивний дисонанс також відіграє важливу роль у підтримці інформаційних бульбашок. Коли користувачі соціальних мереж та відеохостингів стикаються з інформацією, яка суперечить їхнім усталеним поглядам, вони відчують психологічний дискомфорт. Щоб уникнути цього стану, вони можуть активно уникати або відкидати суперечливу інформацію. Алгоритми соціальних мереж, фіксуючи низьку взаємодію з таким контентом, зменшують його присутність у стрічці користувача. Ефект соціального підтвердження також посилюється через особливості роботи алгоритмів. Коли користувачі бачать, що певна інформація отримує багато лайків, коментарів та поширень, вони схильні сприймати її як більш достовірну. Алгоритми, своєю чергою, надають перевагу контенту з високим рівнем залучення, створюючи ефект снігової кулі у поширенні певних наративів.

У випадку з ракетними обстрілами це проявлялося у вірусному поширенні певних інтерпретацій подій. Наприклад, повідомлення про успішне перехоплення більшості ракет могло отримувати значне поширення в одних групах, тоді як інформація про критичні пошкодження інфраструктури домінувала в інших спільнотах.

Важливим когнітивним механізмом є також ефект доступності інформації. Люди схильні оцінювати ймовірність подій на основі того, наскільки легко вони можуть згадати подібні випадки. Алгоритми соціальних мереж, постійно показуючи певний тип контенту, можуть створювати викривлене уявлення про частоту та значущість певних подій, а феномен "нормалізації" відіграє важливу роль у формуванні сприйняття ситуації. Постійне експонування певному типу контенту може призводити до звикання та зміни базового рівня сприйняття загрози. У контексті ракетних обстрілів це проявлялося у

формуванні різних рівнів "нормальності" ситуації для різних груп користувачів.

Рекомендації. Проблема мінімізації негативного впливу інформаційних бульбашок під час російсько-української війни потребує комплексного підходу, що охоплює різні рівні суспільної взаємодії. Фундаментальним аспектом протидії цьому явищу є розвиток критичного мислення та медіаграмотності серед користувачів соціальних мереж. Свідома диверсифікація джерел інформації та регулярна верифікація фактів через офіційні канали комунікації створюють основу для подолання алгоритмічної ізоляції. Технологічний вимір проблеми вимагає суттєвої модифікації існуючих алгоритмічних систем соціальних мереж. Впровадження спеціалізованих механізмів маркування контенту, пов'язаного з військовими діями, та адаптація рекомендаційних алгоритмів до умов кризових ситуацій може значно знизити ризик формування деструктивних інформаційних бульбашок. Надання користувачам розширеного контролю над налаштуваннями відображення контенту сприятиме більш збалансованому сприйняттю інформації. Державна політика у сфері інформаційної безпеки має зосередитися на створенні комплексної системи моніторингу та протидії інформаційній ізоляції. Інтеграція механізмів раннього виявлення та реагування на спроби маніпулювання алгоритмічними системами дозволить ефективно протистояти інформаційним загрозам. Особливу увагу варто приділити налагодженню конструктивної співпраці з платформами соціальних мереж для адаптації їхніх алгоритмів до специфіки військового часу. Науково-дослідницька складова відіграє ключову роль у розробці ефективних стратегій протидії негативним ефектам інформаційних бульбашок. Систематичне вивчення впливу алгоритмічних систем на формування суспільної думки та розробка методологічних підходів до оцінки їх впливу створюють теоретичне підґрунтя для практичних заходів протидії. Важливим аспектом є також розвиток міждисциплінарних досліджень, що поєднують технологічні, психологічні та соціальні аспекти проблеми.

Питання психології

Імплементація зазначених підходів потребує координованих зусиль усіх зацікавлених сторін – від індивідуальних користувачів до державних інституцій. Системність та послідовність у реалізації запропонованих заходів сприятиме підвищенню інформаційної стійкості суспільства та мінімізації негативного впливу алгоритмічних систем на формування суспільної думки в умовах війни.

Список використаних джерел

1. Міхнев, С. О., & Пунда, Ю. В. (2021). Інформаційне протиборство в умовах гібридної війни. Збірник наукових праць Центру воєнно-стратегічних досліджень Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського, 1(71), 47-53.
2. Почепцов, Г. (2015). Сучасні інформаційні війни. Київ: Видавничий дім "Києво-Могилянська академія".
3. Сальнікова, О. Ф., & Сівоха, І. М. (2020). Стратегічні комунікації в умовах гібридної війни. Труді університету: збірник наукових праць Національного університету оборони України імені Івана Черняхівського, 2(159), 123-134.
4. Barrera, D. (2022). Crisis Information Processing in Social Media: Understanding the Role of Algorithmic Systems in Emergency Communication. *New Media & Society*, 24(3), 145-162.
5. Flaxman, S., Goel, S., & Rao, J. M. (2016). Filter Bubbles, Echo Chambers, and Online News Consumption. *Public Opinion Quarterly*, 80(S1), 298-320.
6. Lecuyer, M., & Thompson, R. (2023). Understanding Algorithm Aversion in Social Media During Crisis Events: A Mixed-Methods Study. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 28(1), 23-41.
7. Pariser, E. (2011). *The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You*. Penguin Press.
8. Spinelli, D., & Land, D. (2021). The Impact of Algorithm-Driven News Feed on Social Polarization: Evidence from Cross-Platform Analysis. *Journal of Communication*, 71(2), 89-112.
9. Starbird, K., Arif, A., & Wilson, T. (2018). Ecosystem or Echo-System? Exploring Content Sharing across Alternative Media Domains. *Proceedings of the International AAAI Conference on Web and Social Media*, 12(1), 365-374.
10. Starbird, K., & Wilson, T. (2020). Cross-Platform Disinformation Campaigns: Lessons Learned and Next Steps. *Harvard Kennedy School Misinformation Review*, 1(1), 1-11.
11. Starbird, K., Dailey, D., Mohamed, O., Lee, G., & Spiro, E. S. (2018). Engage Early, Correct More: How Journalists Participate in False Rumors Online during Crisis Events. *Proceedings of the 2018 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 1-12.

References

1. Mikhnev, S. O., & Punda, Yu. V. (2021). Informatsiine protyborstvo v umovakh hibrydnoi viiny. [Information confrontation in hybrid warfare conditions.] *Zbirnyk naukovykh prats Tsentru voienno-stratehichnykh doslidzhen Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy imeni Ivana Cherniakhovskoho*, 1(71), 47-53.
2. Pocheptsov, H. (2015). Suchasni informatsiini viiny. [Modern information wars.] Kyiv: Vydavnychiy dim "Kyievo-Mohylianska akademiia".
3. Salnikova, O. F., & Sivokha, I. M. (2020). Stratehichni komunikatsii v umovakh hibrydnoi viiny. [Strategic communications in hybrid warfare conditions.] *Trudy universytetu: zbirnyk naukovykh prats Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy imeni Ivana Cherniakhovskoho*, 2(159), 123-134.
4. Barrera, D. (2022). Crisis Information Processing in Social Media: Understanding the Role of Algorithmic Systems in Emergency Communication. *New Media & Society*, 24(3), 145-162.
5. Flaxman, S., Goel, S., & Rao, J. M. (2016). Filter Bubbles, Echo Chambers, and Online News Consumption. *Public Opinion Quarterly*, 80(S1), 298-320. <https://doi.org/10.1093/poq/nfw006>
6. Lecuyer, M., & Thompson, R. (2023). Understanding Algorithm Aversion in Social Media During Crisis Events: A Mixed-Methods Study. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 28(1), 23-41.
7. Pariser, E. (2011). *The Filter Bubble: What the Internet Is Hiding from You*. Penguin Press.
8. Spinelli, D., & Land, D. (2021). The Impact of Algorithm-Driven News Feed on Social Polarization: Evidence from Cross-Platform Analysis. *Journal of Communication*, 71(2), 89-112.
9. Starbird, K., Arif, A., & Wilson, T. (2018). Ecosystem or Echo-System? Exploring Content Sharing across Alternative Media Domains. *Proceedings of the International AAAI Conference on Web and Social Media*, 12(1), 365-374. <https://doi.org/10.1609/icwsm.v12i1.14998>
10. Starbird, K., & Wilson, T. (2020). Cross-Platform Disinformation Campaigns: Lessons Learned and Next Steps. *Harvard Kennedy School Misinformation Review*, 1(1), 1-11. <https://doi.org/10.1145/3173574.3173739>

11. Starbird, K., Dailey, D., Mohamed, O., Lee, G., & Spiro, E. S. (2018). Engage Early, Correct More: How Journalists Participate in False Rumors Online during Crisis Events. Proceedings of the 2018 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems, 1-12.

Summary

THE IMPACT OF SOCIAL NETWORK RECOMMENDATION ALGORITHMS ON THE FORMATION OF INFORMATION BUBBLES DURING CRISIS EVENTS

Avramenko M. PhD, The National Defence University of Ukraine

Avramenko D. The National Defence University of Ukraine

Bohajchuk V. PhD in Political Science, Associate Professor

The National Defence University of Ukraine

Temnyi O. The National Defence University of Ukraine

Introduction. *The information dimension has become an integral part of modern military conflicts, where digital technologies and social networks play a decisive role in shaping public perception of events. The Russian aggression against Ukraine has demonstrated how critical it is to understand the mechanisms of the functioning of the information space and its impact on the course of the conflict.*

The study focuses on the phenomenon of information bubbles that arise as a result of the work of recommendation algorithms in social networks. These algorithmic systems, created to improve the user experience through content personalization, in wartime become a potential tool for influencing public consciousness and national security.

The scientific understanding of this issue was initiated by Western researchers, including Eli Pariser, Kate Starbird, and Seth Flaxman. Their works laid the theoretical foundation for understanding the nature of information bubbles and their impact on social processes. At the same time, the specifics of the formation and functioning of such bubbles in conditions of active military conflict remain insufficiently studied.

The purpose of the study is to identify and analyze the mechanisms of information bubble formation through algorithmic systems of social networks during war, as well as to develop strategies to counteract their destructive impact on social unity and information security of the state.

Methods. *The methodological tools of the study include theoretical analysis of scientific literature, a systematic approach, case studies, comparative and content analysis. The interdisciplinary nature of the study is ensured by a combination of methods from sociology, psychology, computer science and communication studies. The central place in the study is occupied by the analysis of cognitive mechanisms of information perception in conditions of algorithmic content filtering. An illustrative example is the reaction of Ukrainian society to massive missile attacks on critical infrastructure in the winter of 2022-2023, when different groups of social network users formed different perceptions of the same events.*

Results. *The results of the study have practical significance for the development of effective mechanisms for ensuring the information resilience of society in conditions of war. Understanding the principles of information bubble formation will allow us to improve approaches to organizing strategic communications and countering information threats.*

Conclusion. *The work is structured in accordance with the logic of scientific knowledge: from theoretical understanding of the problem through analysis of empirical data to the formulation of practical recommendations for minimizing the negative consequences of algorithmic information filtering in conditions of military conflict.*

Keywords: *information warfare; social networks; crisis events; information bubble; information security; media literacy; digital technologies.*

Концептуалізація – Богайчук В. Ж.

Методика – Авраменко М. В.

Моделювання – Авраменко Д. О.

Формальний аналіз – Темний О. А.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 13.12.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 12.01.25

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ІНФОРМАЦІЙНО-ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА ОСОБИСТОСТІ
В УМОВАХ ВОЄННИХ ДІЙ**

Алещенко В. І. доктор психологічних наук, професор,
провідний науковий співробітник науково-дослідної
лабораторії проблем філософії війни, історії військової
педагогіки та культури кафедри суспільних наук
Національного університету оборони України
<https://orcid.org/0000-0003-1560-7318>

Хміляр О. Ф. доктор психологічних наук, професор,
начальник кафедри суспільних наук
Національного університету оборони України
<https://orcid.org/0000-0003-2693-1906>

Інформаційно-психологічна безпека неодмінний атрибут благополуччя особистості військовослужбовця. Забезпечуючи природні та соціальні потреби особистості вона сприяє формуванню у них впевненості в майбутньому. Авторами статті досліджена проблема інформаційно-психологічної безпеки особистості та її психологічного захисту в сучасних умовах. Наведено теоретичні основи психологічних механізмів інформаційного впливу. Запропонована структурно-функціональна модель інформаційно-психологічної безпеки особистості. Розглянуті прикладні аспекти деструктивних інформаційних впливів на військовослужбовців під час воєнних дій.

Ключові слова: безпека; інформаційна безпека; інформаційно-психологічна безпека; особистість; інформаційно-психологічний вплив; психологічний захист.

Вступ. Маніпулювання свідомістю людини, використання різноманітних засобів і технологій інформаційно-психологічного впливу стало звичним явищем у ході підготовки та ведення широкомасштабної агресії російської федерації проти України. За таких умов, усвідомлення загроз для інформаційно-психологічної безпеки (ІПБ) особистості, їх механізмів дії та шляхів психологічного захисту, – виводить дану проблему з суто теоретичної площини в нагальну іпостась соціальної практики і повсякденної життєдіяльності особистості.

Аналізуючи воєнні конфлікти початку ХХІ століття можемо констатувати, що на зміну класичним формам збройної боротьби прийшла так звана «гібридна війна», яка розпочавшись із спеціальних інформаційних та психологічних операцій держави-агресора нині спрямовується на посилення деструктивного впливу на свідомість громадян, підрив державного суверенітету та територіальної цілісності України.

Актуалізація якісно нових загроз безпеці особистості, що зачіпають сутність інформаційного зв'язку суспільства і людини, його психологічний зміст свідчать про актуальність міждисциплінарного дослідження інформаційно-психологічної безпеки особистості.

Теоретичне підґрунтя. Розглядаючи інформаційну безпеку України як стан захищеності життєво важливих інтересів людини, суспільства і держави, проблема гарантування інформаційно-психологічної безпеки особистості актуалізується в умовах війни, коли з боку російської федерації відбувається інформаційна експансія, упереджене та тенденційне висвітлення фактів та явищ.

Сьогодні українці переживають колективну психічну травму, безпрецедентну за масштабами та наслідками, зокрема й для психічного здоров'я нації. Травматичний досвід співжиття обумовлюється рядом чинників, серед яких: постійна загроза життю, горе й втрати, значна тривалість екстремальної ситуації, масштабні руйнування, сцени насильства, необхідність миритись із правилами та обмеженнями військового часу, посилення факторів фінансового ризику, тривале перебуванням в ізоляції й стресових умовах, звуження соціальних можливостей, зменшення ефективності та доступності соціального піклування й також значне погіршення якості життя в цілому. «З кожним днем кількість осіб, які відчуватимуть наслідки для свого психічного здоров'я лише зростатиме. Тих, хто стійко переніс перші місяці війни

також чекає ментальне виснаження, адже звикання до постійного перебування в умовах війни також має негативний вплив на психічне здоров'я.

За нашими попередніми прогнозами на цьому етапі війни психологічної підтримки потребуватиме біля 15 млн., українців, з яких близько 3–4 млн., потрібно буде призначати медикаментозне лікування», – зазначає Міністр охорони здоров'я України Віктор Ляшко, представляючи результати проведеного експрес-аудиту послуг для охорони психічного здоров'я, які надаються органами державної влади» (Вплив війни на психічне здоров'я, 2022).

Очевидно, що в умовах військової агресії актуальною є проблема забезпечення інформаційної та психічної стійкості суспільства, особистості та держави, необхідність розробки системи забезпечення їх інформаційно-психологічної безпеки.

Мета статті спрямована на виявлення негативних проявів впливу гібридної війни сучасного інформаційного простору на людську психіку та формування відповідних пропозицій відносно вжиття заходів реагування з боку спеціально уповноважених державних органів щодо забезпечення інформаційно-психологічної безпеки особистості.

Результати і обговорення. Ключові аспекти предметної галузі та понятійного апарату проблеми інформаційної безпеки особистості та основних напрямів її дослідження розглянуто в працях М. Дзюби, Я. Жаркова, В. Криська, А. Манойло, М. Онищука, А. Петренка, Г. Почепцова Д. Фролова та ін. Однак у працях вищезазначених фахівців інформаційна безпека досліджувалась, радше, як складова національної безпеки, її невід'ємний компонент. Розглядалася ця проблема і нами (Алещенко В., 2018).

Аналіз вітчизняної та зарубіжної літератури засвідчує, що проблема забезпечення інформаційно-психологічної безпеки особистості в умовах ведення російсько-української війни у прямій постановці та комплексно до останнього часу не досліджувалася, не виділялася як самостійний напрямок наукового аналізу й не виносилася в ранг пріоритетних завдань соціально-психологічної практики.

У зв'язку зі сприйняттям інформаційної безпеки як складової частини державної безпеки, повноваження та функції державних органів, в частині забезпечення інформаційної безпеки особистості, залишаються неконкретизованими.

Закон України «Про національну безпеку України» у ч. 4 ст. 3 визначає, що державна політика у сферах національної безпеки і оборони спрямовується на забезпечення воєнної, зовнішньополітичної, державної, економічної, інформаційної, екологічної безпеки, кібербезпеки України (Про національну безпеку України. № 2469-VIII. 2018).

Стратегія національної безпеки України, а також Стратегія воєнної безпеки України не визначають, що одним з ключових завдань сучасної держави має стати забезпечення інформаційної безпеки особистості, захищеність її психіки від негативних інформаційних впливів: маніпулювання, дезінформації. Стратегія інформаційної безпеки окреслює актуальні виклики та загрози інформаційній безпеці.

Виходячи з окреслених умов об'єктивно постає потреба щодо формування системи ПБ особистості, яка має ґрунтуватись на організаційно-психологічних умовах й спиратися на принципи:

законності, що чітко визначає норми права. Держава накладаючи ті чи інші обмеження на поведінку людини, має як мінімум чітко і недвозначно окреслити їх межі. Зокрема, правові норми не мають залежати від розсуду конкретних посадових осіб;

централізації, що обумовлює створення комплексу правових і моральних норм, громадських інститутів та організацій, що забезпечують стан захищеності особистості від різноманітних інформаційних впливів, а також адекватної системи її відносин до навколишнього світу та самої себе;

легітимізації, що забезпечує процесу формування інформаційно-психологічної безпеки особистості суспільне визнання та передбачає створення психологічних механізмів (само)регуляції;

імпліцитності, що передбачає розробку механізмів психологічного захисту, для забезпечення захищеності свідомості від негативних інформаційних впливів;

ампліфікації, що зумовлює розширення поінформованості особистості про інформаційно-психологічні небезпеки та загрози, а також формування та підтримання стійкої спрямованості на освоєння механізмів інформаційно-психологічного самозахисту.

дотримання балансу інтересів особи, суспільства та держави; відкритості, що передбачає у реалізації органами державної влади та громадськими організаціями діяльності із забезпечення інформаційно-психологічної безпеки України інформування суспільства про їх діяльність з урахуванням обмежень, встановлених законодавством;

пріоритетності національних інтересів держави, що полягає у використанні цих інтересів як основи для формування державної політики у розглянутій галузі, відстоюванні цих інтересів з використанням наявних у держави можливостей та врахуванням загальноприйнятої міжнародної практики (Стратегія національної безпеки України. № 392/2020).

Вважаємо, що інформаційно-психологічна безпека особистості має включати:

належний рівень теоретичної та практичної підготовки особистості, при якому досягається захищеність та реалізація її життєво важливих інтересів та гармонійного розвитку незалежно від наявності інформаційних загроз;

здатність держави створити умови для гармонійного розвитку та задоволення потреб особистості в інформації, незалежно від наявності інформаційних загроз;

забезпечення, розвиток та використання інформаційного середовища на користь особистості;

захищеність від різноманітних інформаційних загроз.

Таким чином, інформаційно-психологічна безпека особистості в суспільстві залежить від ефективності функціонування системи, що забезпечує захист особистості і суспільства від деструктивного інформаційно-психологічного впливу, під яким розуміють вплив на свідомість та підсвідомість особистості й населення з метою внесення змін у їхню поведінку і світогляд (Стратегія воєнної безпеки України. № 121/2021). Інформаційно-психологічний вплив здатний змінювати цінності, життєві позиції, орієнтири та світогляд особистості. Такі зміни зумовлюють вияв девіантної антисоціальної поведінки й становлять неабияку небезпеку для суспільства і держави.

Проінтерпретуємо такі базові поняття як: 1) безпека; 2) психологічна безпека; 3) інформаційна безпека; 4) інформаційно-психологічна безпека (рис. 1).



Рис 1. Інформаційно-психологічна безпека особистості.

Питання психології

Аналізуючи зміст поняття «безпека», дослідники приходять до висновку, що у суспільній свідомості його зміст ототожнюється не стільки з відсутністю загроз, як зі станом, почуттями та переживаннями особистості. Загалом із поняттям «безпека» асоціюється стан та почуття перебування в безпеці, відсутність тривоги чи стурбованості, впевненість, стабільність.

Різноманітні уявлення про безпеку акцентують увагу передусім на почуттях та переживаннях, пов'язаних із становищем людини на даний момент та її перспективами в майбутньому.

Психологічна безпека постає як стан суспільної свідомості, при якому суспільство в цілому і кожна окрема особистість зокрема сприймають існуючий стан дійсності й життя як адекватний та надійний. Вона сприяє задоволенню природних і соціальних потреб громадян й формує у них впевненість у майбутньому. Інформаційно-психологічна безпека сприяє захищеності як громадян так і окремих груп (соціальних верств), а також населення в цілому від інформаційно-психологічних впливів, що здійснюються

шляхом впровадження деструктивної інформації у свідомість (підсвідомість) людини, що призводить до неадекватного сприйняття ним дійсності.

Критеріями інформаційно-психологічної безпеки у суб'єктивному плані виступають ресурси особистості, рівень її захищеності від інформаційного впливу та ряду внутрішніх факторів. Серед яких: 1) сформованість уявлень про інформаційно-психологічну безпеку (адекватність знань сприяє свідомому формуванню захисних механізмів від інформаційних загроз); 2) рівень критичності мислення (здатність піддавати всебічному аналізу різну інформацію з метою з'ясувати ступінь її логічності та ефективності застосування в цій ситуації); 3) ступінь психічної стійкості (суб'єктивна готовність не піддаватися і не підкорятися інформаційному впливу).

Враховуючи вищевикладене розглянемо *модель інформаційно-психологічної безпеки особистості*, яка послідовно відображає джерела інформаційних ризиків, особливості інформації, інформаційний вплив, свідомі та безсвідомі компоненти психіки особистості, ресурси особистості (рис. 2).

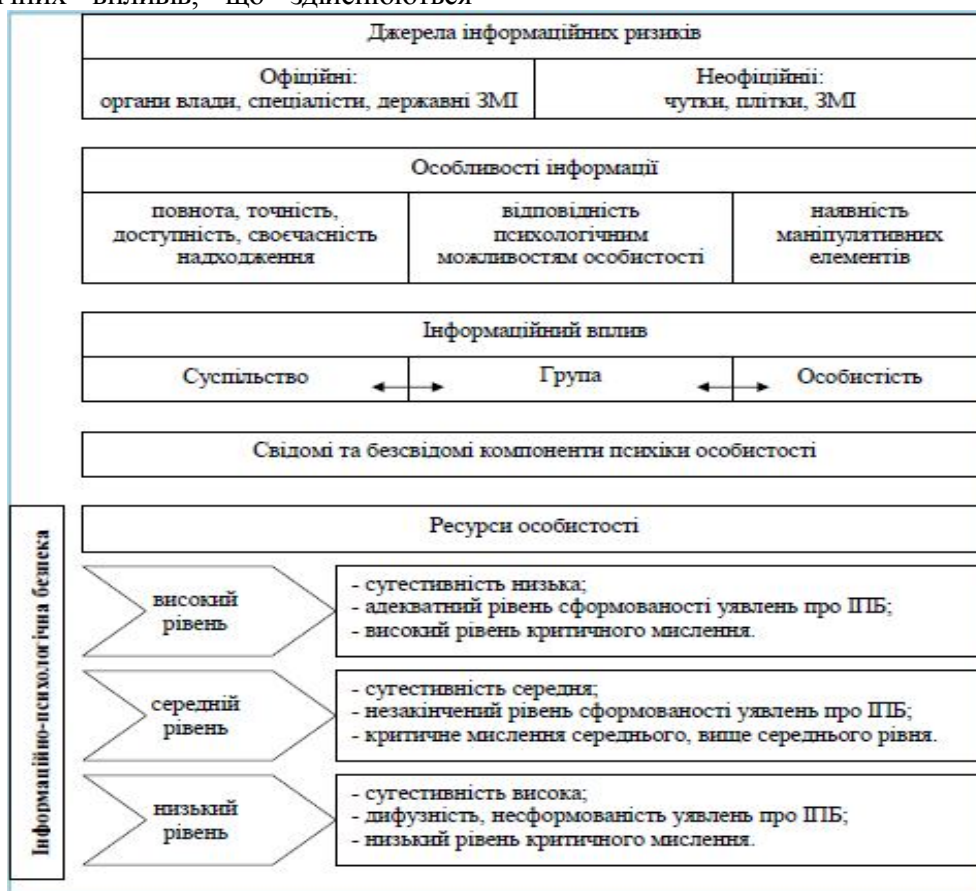


Рис. 2. Модель інформаційно-психологічної безпеки особистості.

Аналізуючи презентовану модель, варто наголосити, що: *по-перше*, є низка інформаційних ризиків стосовно інформаційно-психологічної безпеки особистості, які впливають на людину на різних рівнях, різноманітними засобами, маніпулюючи її свідомістю та утворюючи хибні форми сприйняття нею реальності. *По-друге*, інформація тісними зв'язками пов'язана та взаємодіє із суспільством, групами та особистістю. *По-третє*, інформаційно-психологічна безпека особистості значною мірою залежить від її власних ресурсів, які, за сприятливих умов, можуть набуватись кожним громадянином. Ресурси особистості – всі життєві опори, які є в розпорядженні людини і надають їй змогу забезпечувати свої основні потреби: виживання, фізичний комфорт, безпеку, залученість у соціум, повагу з боку соціуму, самореалізацію. *По-четверте*, ресурси особистості щодо забезпечення інформаційно-психологічної безпеки поділяються на три рівні: високий, середній та низький. Високий рівень характеризується низькою здатністю сприйняття психологічного впливу (психіка людини захищена від впливу негативних джерел інформації). Середній рівень – психіка людини має середню опірність на вплив негативної інформації. Низький рівень – джерела негативної інформації мають вплив на особистість та її поведінку, існує підвищена схильність до сугестії (Історія інформаційно-психологічного протиборства, 2012).

Проблема інформаційної безпеки суспільства й особистості та їх захист від негативної інформації досягається шляхом розвитку інформаційної стійкості, психологічної гігієни та самоорганізації. Варто зауважити, що інформаційно-психологічний вплив чиниться на конкретну сферу психіки людини, груп людей та громадської свідомості загалом (Стратегія інформаційної безпеки. № 685/2021). Особливого значення проблеми інформаційно-психологічної безпеки особи набувають в умовах бойових дій. Негативними наслідками ІПВ на особовий склад збройних сил є:

розмивання відчуття гордості за свою країну, належності до її збройних сил, підриву переконаності військовослужбовців у необхідності виконувати свій конституційний обов'язок щодо захисту своєї країни;

зниження морально-психологічного стану, створення обстановки невпевненості, неспокою особового складу відносно власного майбутнього, збройних сил і держави, послаблення волі до проведення конструктивних реформ, а у воєнний час до збройного опору;

розкол військових колективів за політичними, релігійними, етнічними, службовими та іншими мотивами, протиставлення солдатського і офіцерського складу;

зниження боєздатності частин і підрозділів за рахунок зниження службової активності, дезертирства, симуляції хвороби, ухилення від виконання наказів командирів, зради, коливань і сумнівів у надійності зброї, в непереможності, придушення волі, створення спотвореної картини бойових дій, бойової обстановки;

невірне сприйняття військовослужбовцями наявних загроз національній безпеці, дійсних планів і намірів противника.

Зважаючи на зазначене, основними заходами щодо захисту військ (сил) від негативного ІПВ противника вважаємо:

формування, розвиток, підтримання та відновлення необхідних психічних якостей особового складу ЗС України, *аналіз та прогнозування ІПВ*, що передбачає виявлення загроз та оцінку втрат застосування засобів негативного ІПВ і спрямовані на вивчення:

особливостей і тенденцій розвитку інформаційної та морально-психологічної обстановки в районі ведення бойових дій;

наявних сил, засобів, способів і прийомів, можливих рубежів і районів, особливостей змісту проведення противником інформаційно-психологічних операцій;

активності і спрямованості ворожих інформаційних потоків та комунікацій, можливих об'єктів і каналів потенційного

негативного ППВ на війська (сили) та населення в ході ведення бойових дій;

можливого рівня деморалізації і психогенних втрат особового складу від ППВ противника та оцінку ступеня уразливості своїх військ (сил);

слабких місць противника у проведенні ППВ;

Запобігання ППВ противника передбачає здійснення ряду превентивних заходів щодо зниження сприйнятливості особового складу та населення до негативного ППВ. Серед них:

своєчасне визначення початку ППВ противника;

безперервне і психологічно доцільне суспільно-політичне інформування особового складу, роз'яснення йому цілей і завдань ведення противником підіривних дій;

перекриття або встановлення повного контролю над каналами ППВ противника;

виявлення психічно нестійких військовослужбовців, що піддалися ворожому впливу та робота з ними;

ознайомлення військовослужбовців з прийомами та методами, що використовує противник;

розвідка, подавлення і знищення сил та засобів об'єктів негативного ППВ противника;

виховання в особового складу переконань у справедливості боротьби, вірності присязі, віри в командирів та начальників, упевненості в силі та надійності власної зброї, виховання ненависті до ворога та віри в перемогу;

нарощування матеріально-технічної бази ППВ на свої війська і населення.

Зрив ППВ противника досягається:

своєчасною розвідкою, подавленням або знищенням сил і засобів негативного впливу противника;

постійним інформуванням особового складу про застосування противником сил і засобів інформаційно-психологічної боротьби та способи протидії їм;

запобіганням поширення серед військовослужбовців та населення антидержавних і антивійськових матеріалів, іншої ворожої інформації;

Ліквідація наслідків ППВ противника передбачає:

аналіз і оцінку результатів негативного ППВ противника, причин їх ефективності;

виявлення та усунення причин, що викликали психогенні втрати;

вживання рішучих заходів щодо виявлення та ізоляції підрозділів, які зазнали деморалізації та надання їм психологічної допомоги;

припинення панічних настроїв, ворожих чуток, профілактика фобій;

аналіз слабких (уразливих) місць у системі захисту військ (сил) від ППВ противника;

відновлення втрат та нарощування сил і засобів ППВ, що беруть участь у проведенні операції (бойових дій) (Історія інформаційно-психологічного протиборства, 2012).

Розглянуті прагматичні аспекти дають підстави стверджувати, що в умовах деструктивних ППВ для підвищення ефективності роботи з військовослужбовцями в умовах воєнних дій *є доцільним*:

1. *На рівні державного управління слід:* структурувати проблемне поле, що включає комплексне з'ясування та постановку таких наукових завдань, як:

розробка та визначення методики виявлення самого факту агресії (латентного ППВ) у масштабах не лише особового складу Збройних Сил, а й щодо всього населення України, а також динаміки розвитку;

визначення та розробка як один з основних індикаторів (показників) стану національної безпеки такого інтегрованого критерію, як морально-психологічний стан громадян країни (об'єктивно відображає рівень підтримки громадянами державної політики чинної влади) та показників його оцінки (рівень деструктивного зовнішнього та внутрішнього інформаційно-інформаційного) психологічного, релігійного та національно-етнічного впливу на громадян України;

ступінь активності опозиційних груп та об'єднань;

частка населення, що підтримує опозиційні рухи;

відданість національним та культурно-історичним традиціям;

ступінь соціального розшарування суспільства);

осмислення необхідності єдиного для всієї системи сил забезпечення національної безпеки та державних інститутів (з урахуванням специфіки) механізму моніторингу ситуації, реагування (здійснення інформаційно-психологічного протиборства) та прогнозування тенденцій розвитку.

Ступінь готовності до інформаційно-психологічного протиборства повною мірою залежатиме від досягнутого рівня економічного та науково-технічного розвитку держави.

2. *На рівні регламенту функціонування суб'єктів (сил) забезпечення національної безпеки України при плануванні та практичній реалізації заходів, що стосуються інформаційно-психологічного протиборства, слід керуватися такими принципами:*

безперервність і гнучкість інформаційно-психологічного впливу, що має ані слабшати, ані тим паче припинятися ні на мить;

здійснюватися в будь-яких умовах, у тому числі в ситуації раптових і непередбачуваних змін обстановки;

оперативність і гнучкість заходів інформаційно-психологічного протиборства, чого неможливо досягти при недостатньому знанні воєнно-політичної обстановки та нездатності до постійного утримання стратегічної ініціативи в інформаційно-психологічному протиборстві;

наступальність, агресивність та ініціативність – максимально оперативне доведення інформації суб'єктам інформаційно-психологічного впливу, прогноз та попередження дій противника у відповідь;

конкретність – координування дій, підпорядкування їх єдиному сценарію, виконання певних військово-політичних завдань, досягнення повної узгодженості всіх ланок військово-політичного та інформаційно-психологічного механізмів;

спрямованість – повне підпорядкування всієї інформаційної кампанії своїм політичним та ідеологічним цілям (Історія

інформаційно-психологічного протиборства, 2012).

3. *На рівні діяльності науково-дослідних та аналітичних підрозділів суб'єктів (сил) забезпечення національної безпеки України – своєчасне подальше вдосконалення наукового забезпечення вирішення проблеми ефективного захисту особистості та суспільства, а також Збройних Сил України від деструктивних ПІВ варто здійснювати за такими перспективними напрямками:*

визначення цілей, завдань, принципів, суб'єктів та змісту інформаційно-психологічного протиборства, місця та ролі у ньому державних інститутів та суб'єктів забезпечення національної безпеки;

вдосконалення системи їхньої взаємодії, координації дій, оцінки ефективності їх діяльності;

розробка основи методології оцінки попередження, виявлення ПІВ евентуального супротивника (основні показники) у мирний та воєнний час на основні суб'єкти впливу та нейтралізації;

розробка пілотного проекту Доктрини (Концепції) інформаційного протиборства України;

методики систематизації та ранжування інформаційних загроз, їх ранньої діагностики та алгоритму нейтралізації;

систематизація з метою творчої адаптації та застосування сучасних зарубіжних та вітчизняних розробок у сфері інформаційного протиборства у забезпеченні інформаційної безпеки;

організація та методи інформаційно-психологічних кампаній, акцій та операцій та їх основних компонентів (інформаційних, психологічних, ресурсних, технічних);

концептуальні підходи до організації та змісту процесу підготовки фахівців у сфері інформаційно-психологічного протиборства.

4. Усі посадові особи командного складу ЗС України, а це насамперед офіцери незалежно від спеціальності та посади, є вихователями. Звідси очевидна об'єктивна потреба офіцера у знаннях таких дисциплін, як: філософія, історія, психологія, педагогіка, риторика, військово-соціальне управління, логіка, соціологія, політологія, конфліктологія. Перелічені знання мають

набуватися насамперед у вищому військовому навчальному закладі у вигляді набору відповідних навчальних дисциплін з достатнім обсягом навчальних годин.

Окреслений підхід покликаний сприяти отриманню офіцерами знань, умінь та навичок, що забезпечують високу результативність їхньої праці роботи з навчання та виховання військовослужбовців з урахуванням своєчасного реагування на особливості інформаційного протиборства, насамперед у військовій сфері.

5. Сучасний рівень розвитку та різноманітності засобів ІПВ на громадян та суспільство, а в даному контексті – військовослужбовців, потребує адекватних заходів реагування, що базуються на сучасних наукових підходах. Виходячи з установок Концепції та Доктрини, актуальними та пріоритетними видаються такі напрями:

дослідження військової небезпеки у вигляді створення та функціонування спеціальних воєнізованих формувань для ведення дій в інформаційному просторі щодо надання деструктивного інформаційного впливу на населення, органи державного та військового управління, інфраструктуру України;

формування та обґрунтування підходів до удосконалення державної політики щодо зміцнення в суспільстві почуття патріотизму та готовності до захисту національних інтересів держави, виховання свідомого ставлення громадян до його збройного захисту;

формування та обґрунтування підходів до вдосконалення державної системи протидії деструктивній ідеології та пропаганді, а також використанню інформаційно-комунікаційних та інформаційно-психологічних методів спрямованих на підриг національних інтересів та дестабілізацію обстановки, заподіяння шкоди військовій безпеці держави;

формування та обґрунтування підходів щодо вдосконалення системи психологічної підтримки у Збройних Силах у період наростання військової загрози (у воєнний час, під час військових конфліктів);

поняття, сутність та зміст інформаційного протистояння як активної складової сучасного військового конфлікту;

дослідження проблем та визначення шляхів удосконалення виховної роботи: з допризовною молоддю на користь підвищення престижу військової служби у Збройних Силах та підготовки до неї громадян України;

у сфері підвищення якості бойової підготовки військовослужбовців на користь ефективного вирішення завдань із призначення. Через загальнодержавні ідеологічні, педагогічні, організаційні та інші заходи варто сформулювати в особистості захисний інформаційний прошарок, генетичну основу якого становитимуть загальнолюдські цінності й орієнтири (Алещенко В., 2018).

Висновок. Інформаційно-психологічна безпека суспільства загалом і особистості зокрема має стати однією з головних функцій державного управління. Ефективними способами протистояння негативному впливу інформаційних потоків вважаємо: 1) формування критичного мислення щодо отримання інформації від зовнішнього світу, набуття навичок роботи з інформацією; 2) спільні обговорення негативного впливу інформаційних потоків задля набуття навичок аналізувати різні медіатексти; 3) отримання і закріплення матеріалу з інформаційної безпеки, формування уявлення про вплив інформаційних потоків на психіку людини; 4) спеціальні цикли курсів із глибинної психології, загальної психології, психофізіології, політології, історії, літератури, філософії; 5) ширше запровадження у закладах вищої освіти навчальних дисциплін, спектр уваги яких буде приділено темі інформаційно-психологічного впливу.

Перспективними напрямами подальших досліджень вважаємо з'ясування особливостей використання стратегій та механізмів психологічного захисту від негативного ІПВ населення й особового складу ЗС України задля забезпечення здатності військ (сил) і населення до ефективних дій в умовах ІПВ противника.

Питання психології

Список використаних джерел

1. Алещенко, В. І. (2018). Інформаційно-психологічний вплив у ході збройної боротьби. *Вісник Київського Національного університету імені Тараса Шевченка*, № 1 (38), 6–11.
2. Вплив війни на психічне здоров'я. Міністерство охорони здоров'я України (07 червня 2022 року). URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/vpliv-vijni-na-psihichne-zdorovya-kolosalnij-viktor-lyashko>
3. Про національну безпеку України. Закон України від 21.06.2018 № 2469-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2469-19#Text> (дата звернення: 04.01.2022).
4. Стратегія національної безпеки України. Затв. Указом Президента України від 14 вересня 2020 року № 392/2020. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/3922020-35037> (дата звернення: 04.01.2022).
5. Стратегія воєнної безпеки України. Затв. Указом Президента України від 25 березня 2021 року № 121/2021. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/1212021-37661> (дата звернення: 04.01.2022).
6. Стратегія інформаційної безпеки. Затв. Указом Президента України від 28 грудня 2021 року № 685/2021. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/6852021-41069> (дата звернення: 04.01.2022).
7. Історія інформаційно-психологічного протидорства (2012) : підруч. /Я. М. Жарков та ін.; за заг. ред. д.ю.н., проф., засл. юриста України Є. Д. Скулиша. Київ : Наук.-вид. відділ НА СБ України.

References

1. Aleshchenko, V.I. (2018). Informatsiino-psykholohichniy vplyv u khodi zbroinoi borotby [Informational and psychological impact during armed struggle. Informational and psychological impact during armed struggle.]. *Visnyk Kyivskoho Natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka*, № 1 (38), 6–11. (in Ukrainian).
2. Vplyv viiny na psykhične zdorovia. [The impact of war on mental health]. *Ministerstvo okhorony zdorovia Ukrainy* (07 chervnia 2022 roku). URL: <https://www.kmu.gov.ua/news/vpliv-vijni-na-psihichne-zdorovya-kolosalnij-viktor-lyashko>. (in Ukrainian).
3. Pro natsionalnu bezpeku Ukrainy. [On the national security of Ukraine]. *Zakon Ukrainy* vid 21.06.2018 № 2469-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2469-19#Text> (data zvernennia: 04.01.2022). (in Ukrainian).
4. Stratehiia natsionalnoi bezpeky Ukrainy. [National Security Strategy of Ukraine]. *Zatv. Ukazom Prezydenta Ukrainy* vid 14 veresnia 2020 roku № 392/2020. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/3922020-35037> (data zvernennia: 04.01.2022). (in Ukrainian).
5. Stratehiia voiennoi bezpeky Ukrainy. [Military Security Strategy of Ukraine]. *Zatv. Ukazom Prezydenta Ukrainy* vid 25 bereznia 2021 roku № 121/2021. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/1212021-37661> (data zvernennia: 04.01.2022). (in Ukrainian).
6. Stratehiia informatsiinoi bezpeky. [Information Security Strategy]. *Zatv. Ukazom Prezydenta Ukrainy* vid 28 hrudnia 2021 roku № 685/2021. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/6852021-41069> (data zvernennia: 04.01.2022). (in Ukrainian).
7. Istoriiia informatsiino-psykholohichnoho protyborstva (2012). [History of informational and psychological confrontation] : pidruch. /Ia. M. Zharkov ta in.; za zah. red. d.iu.n., prof., zasl. yurysta Ukrainy Ye. D. Skulysha. Kyiv : Nauk.-vyd. viddil NA SB Ukrainy.

Summary

INFORMATIONAL-PSYCHOLOGICAL SECURITY OF THE PERSON IN THE CONDITIONS OF MILITARY ACTIONS

Aleshchenko V. I. Doctor of Psychological Sciences, Professor; Leading Researcher; Research Laboratory on Problems of Philosophy, History of Military Pedagogy and Culture, Department of Social Sciences, National Defense University of Ukraine

Khmiar O. F. Doctor of Psychological Sciences, Professor; Head of Department of Social Sciences, National Defense University of Ukraine

Introduction. Informational-psychological security is an indispensable attribute of the well-being of the individual of a serviceman. Providing the natural and social needs of the individual, it contributes to the formation of their confidence in the future. The authors of the article investigated the problem of informational-psychological security of the individual and its psychological protection in modern conditions. The theoretical foundations of the psychological mechanisms of informational influence are presented. A

structural-functional model of informational-psychological security of the individual is proposed. Applied aspects of destructive informational influences on servicemen during military operations are considered.

Purpose. *The article is aimed at identifying negative manifestations of the influence of hybrid warfare of the modern information space on the human psyche and the formation of relevant proposals regarding the adoption of response measures by specially authorized state bodies to ensure informational-psychological security of the individual.*

Methods. *Theoretical analysis of literary sources, synthesis, deduction.*

Originality. *One of the key tasks of the modern state is to ensure the information security of the individual, the protection of his psyche from negative information influences, manipulation and disinformation. The article outlines the organizational and psychological conditions and principles on which the information and psychological security of the individual should be based. It is established that the problem of information security of society and the individual and their protection from negative information is achieved through the development of information stability, psychological hygiene and self-organization. Among the main criteria of information and psychological security in the subjective plan, the authors single out the resources of the individual, the level of its protection from information influence and the set of internal human factors.*

Conclusion. *Information and psychological security of society in general and the individual in particular should become one of the main functions of public administration. We consider the following effective ways of counteracting the negative influence of information flows: 1) the formation of critical thinking regarding obtaining information from the outside world, acquiring skills in working with information; 2) joint discussions of the negative influence of information flows in order to acquire skills in analyzing various media texts; 3) obtaining and consolidating information security material, forming an idea of the impact of information flows on the human psyche; 4) special cycles of courses in depth psychology, general psychology, psychophysiology, political science, history, literature, philosophy; 5) wider introduction of academic disciplines in higher education institutions, the spectrum of attention of which will be paid to the topic of information and psychological influence.*

We consider the clarification of the features of the use of strategies and mechanisms of psychological protection against negative IPV of the population and personnel of the Armed Forces of Ukraine to be promising areas of further research in order to ensure the ability of troops (forces) and the population to take effective action in conditions of enemy IPV.

Key words: *security, information security, information and psychological security, personality, information and psychological influence, psychological protection.*

Концептуалізація, моделювання – Алещенко В. І.

Методика, формальний аналіз – Хміляр О. Ф.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 04.12.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 10.01.25

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ТЕОРЕТИКО-ПСИХОЛОГІЧНА МОДЕЛЬ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ОСОБИСТІСНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ПРАВООХОРОНЦІВ ТА ЇЇ ЕФЕКТИВНІСТЬ

Барко В. І. доктор психологічних наук,
професор, головний науковий співробітник
Державного науково-дослідного
інституту МВС України
<https://orcid.org/0000-0003-4962-0975>

Барко В. В. доктор психологічних наук,
старший дослідник, провідний науковий співробітник
Державного науково-дослідного
інституту МВС України
<https://orcid.org/0000-0002-3836-2627>

Смірнова О. М. кандидат психологічних наук,
доцент, професор кафедри психології та педагогіки
Одеського державного університету внутрішніх справ
<https://orcid.org/0000-0002-3680-353X>

Стаття присвячена проблематиці вивчення й аналізу теоретичних підходів до дослідження індивідуально-особистісних властивостей правоохоронців на прикладі працівників Національної поліції України, а також розробці на цій основі оптимальної моделі і прикладного психодіагностичного комплексу для використання психологами підрозділів Національної поліції України.

Теоретичною основою статті є наукова гіпотеза, згідно з якою моделювання підвищення ефективності психодіагностичного вивчення індивідуальності працівників поліції має ґрунтуватися на таких концептуальних засадах, як застосування єдиного методологічного підходу до проведення психологічного вивчення індивідуальності поліцейського на основі принципів системності, оптимізації, теорій інтегральної індивідуальності, рис і ортогональних моделей особистості; реалізації науково обґрунтованих критеріїв і показників психологічної придатності особи до поліцейської діяльності, які відображують основні індивідуально-особистісні характеристики поліцейських і уможливають прогнозування успішності їх оперативно-службової діяльності; розробці і впровадженні оптимального психодіагностичного комплексу валідних і надійних методик для системного психодіагностичного дослідження індивідуальності правоохоронця. В статті представлено методологічне підґрунтя підвищення ефективності психодіагностичних досліджень в системі НПУ, висвітлено методологію і методіку розробки системи діагностики психологічної придатності поліцейського до службової діяльності, встановлений оптимальний психодіагностичний комплекс для дослідження індивідуально-особистісних властивостей персоналу поліції і підтверджена його психологічна ефективність.

Ключові слова: індивідуально-особистісні властивості; правоохоронці; працівники поліції; психологічна придатність; психологічна діагностика; суб'єктивні опитувальники; інтелект; спрямованість; здібності; характерологічні особливості.

Вступ. Однією з умов вдосконалення діяльності Національної поліції України (НПУ) в умовах воєнного стану є пошук і застосування ефективних психодіагностичних комплексів, які б уможливили надійне, економічне й швидке дослідження індивідуальних особливостей працівників поліції.

Таке дослідження має проводитись з метою професійного добору персоналу, у тому числі до підрозділів, які беруть участь у бойових діях, а також задля успішного

психологічного супроводу службової діяльності поліцейських, призначенні осіб на посади, проведенні атестацій, визначенні груп, які потребують психологічної допомоги тощо. Відповідно до Закону України «Про Національну поліцію» і деяких нормативних актів конкурс на службу до поліції здійснюється поетапно, передбачено проведення також психологічного тесту з метою дослідження особистісних характеристик кандидатів

(Про організацію добору (конкурсу) та просування по службі поліцейських, 2015)..

Наказом МВС України від 25.12.2015 р. № 1631 затверджений Типовий порядок проведення конкурсу на службу до поліції та/або зайняття вакантної посади, яким передбачено, що одним з етапів конкурсу є тестування особистісних характеристик (психологічний тест). Проте в документі нічого не зазначено стосовно переліку індивідуально-особистісних характеристик, які мають вивчатись, а також психодіагностичного інструментарію, який повинен при цьому застосовуватись.

Дослідження показали, що з метою дослідження індивідуальних особливостей персоналу поліції в світі широко використовують різний психодіагностичний інструментарій. Найчастіше в поліціях демократичних країн при вивченні персоналу психологи застосовують «Опитувальник Великої П'ятірки» (BFI), «Мінесотський багатофакторний особистісний опитувальник» (MMPI-2), «Каліфорнійський психологічний опитувальник» (CPI), «16-факторний опитувальник» 16-PF (Р. Кеттелла), опитувальник EPQ (Г. Айзенка), численні тести загальних здібностей (Р. Амтхауера, Д. Векслера, Дж. Равена, Р. Кеттелла), а також проєктивні тести «Чорнильні плями» (Г. Роршаха), «Портретні вибори» (Л. Сонді), «Мотиваційний тест» (Г. Хекгаузена), «Незакінчені речення» (В. Леві) та інші.

Як видно, психодіагностичний інструментарій досить різноманітний і його використання потребує значних зусиль і витрат часу психологів підрозділів психологічного забезпечення НПУ. Постає питання щодо наукового обґрунтування і підбору оптимального психодіагностичного інструментарію, який би уможлилював отримання достатньо повної, валідної і надійної інформації про індивідуально-особистісні властивості особи з метою прогнозування ефективності службової діяльності кандидата на службу в поліцію (а також діючого працівника поліції при призначенні на посаду) і, водночас, був би економічним (з позицій часових і фінансових витрат).

Метою цієї статті є висвітлення й аналіз теоретичних концепцій (підходів) і

відповідних психодіагностичних інструментів, які використовуються в практичній діяльності психологами підрозділів НПУ, а також пошук оптимального їх комплексу для ефективного використання в роботі з персоналом поліції.

Завдання статті: а) розкрити теоретичне підґрунтя підвищення ефективності психодіагностичних досліджень в системі НПУ; б) висвітлити методологію і методику розробки системи психодіагностики психологічної придатності поліцейського до службової діяльності; в) встановити оптимальний психодіагностичний комплекс для дослідження індивідуально-особистісних властивостей персоналу поліції і підтвердити його психологічну ефективність.

Наукова новизна дослідження полягає у тому, що вперше на основі застосування принципів системності, оптимізації, теорій інтегральної індивідуальності, рис і ортогональних моделей особистості, а також шляхом обстеження репрезентативної вибірки поліцейських із застосуванням низки психодіагностичних методик, встановлений оптимальний психодіагностичний комплекс, який уможлилює діагностику психологічної придатності особи до службової діяльності в поліції і напрями вдосконалення професійно важливих психологічних властивостей поліцейських.

Теоретичне підґрунтя. Нагадаємо, що за останні роки співробітниками ДНДІ МВС України проведено українськомовну адаптацію низки зарубіжних психодіагностичних суб'єктивних опитувальників (наприклад, Великої П'ятірки, Індивідуально-типологічного, Міні-Мульт, 16-PF; Каліфорнійського, Баднера, Белбіна, Джонса-Крендалла, Меде-Піорковського тощо). Також були адаптовані деякі тести загальних здібностей і спрямованості особистості. Завдяки цьому за останні роки вдалося розробити професіограми масових поліцейських спеціальностей і тим самим суттєво покращити систему психологічного забезпечення діяльності поліцейських НПУ.

В процесі роботи над розробкою оптимального психодіагностичного

комплексу для роботи з персоналом НПУ була висунута **наукова гіпотеза**. Сутність її полягала в тому, що теоретичне моделювання підвищення ефективності психодіагностичного вивчення індивідуальності працівників поліції має ґрунтуватися на наступних концептуальних засадах: а) використанні єдиного методологічного підходу до проведення психологічного вивчення індивідуальності поліцейського на основі принципів *системності, оптимізації, теорії інтегральної індивідуальності, рис і ортогональних моделей* особистості; б) застосуванні науково обґрунтованих критеріїв і показників психологічної придатності особи до поліцейської діяльності, які відображують *основні індивідуально-особистісні характеристики* поліцейських і уможливають прогнозування успішності їх оперативно-службової діяльності; в) реалізації оптимального психодіагностичного комплексу адаптованих валідних і надійних методик для системного психодіагностичного дослідження правоохоронців.

Розглянемо ці положення детальніше.

Системність в даному випадку означала розгляд психічних явищ комплексно; структуровано; у динаміці, ієрархії та синергетичному прояві.

Оптимізація розглядалась як можливість досягнення найкращих результатів при мінімумі часових і матеріальних витрат за існуючих (наявних) в поліцейській організації умов.

На основі **теорії інтегральної індивідуальності** нами визначено три її основні рівні. Нижній, **конституціональний рівень** – включає в себе анатоμο-морфологічні і фізіологічні особливості людини. Середній - **власне індивідуальний рівень** – включає в себе індивідуально-психологічні властивості як «глибину» суб'єкта, його інтраіндивідуальну структуру, яка поєднує темперамент, характер, здібності, спрямованість. Вищий, **особистісний рівень** – є вершиною структури людських властивостей, її інтеріндивідуальною структурою з соціальними зв'язками, цінностями, переконаннями, вищими мотивами.

Теорія рис (Р. Кеттелл) базується на припущенні про те, що поведінка людини є функцією персональної риси і ситуації. При цьому ми виокремлюємо:

рис **конституціональні**, наприклад, екстра-інтроверсія, тривожність-агресивність, інтернальність-екстернальність. Ці риси можуть бути діагностовані з використанням опитувальників ІТО; ЕРІ; ОВП тощо;

рис **індивідуальні**, наприклад, депресивність, імпульсивність, індивідуалістичність; оптимістичність; відкритість (можуть діагностуватися опитувальниками Міні-Мульт; 16-PF тощо);

рис **особистісні (індивідуально-особистісні)**, наприклад: самоактуалізація, проникливість; витонченість, співчуття; совісність, радикалізм, сумлінність (діагностуються опитувальниками СРІ; 16-PF; ОВП тощо).

Ортогональні індивідуально-особистісні моделі – це такі моделі, які графічно включають в себе незалежні (ортогональні) виміри (вісі), як, наприклад, інтро-екстраверсія; нейротизм-агресивність (моделі Г. Айзенка і Л. Собчик); а також інтро-екстраверсія; інтернальність-екстернальність (модель Каліфорнійського психологічного опитувальника (СРІ).

До **основних індивідуально-особистісних характеристик**, які визначають професійну придатність поліцейського до діяльності (згідно із визнаною філософсько-психологічною концепцією С. Рубінштейна), нами віднесено: *здібності* (індивідуально-психологічні особливості, від яких залежить успіх діяльності, тобто сфера реальних можливостей людини); *характерологічні особливості* (сфера узагальнених, генералізованих спонукань особистості, що визначають типові способи поведінки); *спрямованість* (сфера потреб і мотивації особи).

Відповідно до цього, **критеріями психологічної придатності** особи до діяльності визначено три:

1. Загальних здібностей;
2. Індивідуально-особистісних характеристик (у першу чергу – характеру);
3. Спрямованості.

Кожен критерій конкретизується в показниках психологічної придатності, а саме: перший – у а) вербальному, б) невербальному, в) емоційному інтелекті; г) креативності; другий – у а) типі реагування; б) провідних тенденціях; в) типі інтерперсональної взаємодії;

третій – у а) рівні самоактуалізації; б) сприятливому типі мотивації; в) несприятливому типі.

Методи дослідження. У ході дослідження застосовувались методи аналізу наукових джерел, психологічної діагностики, кореляційний аналіз, анкетування та опитування, експертне оцінювання (на основі останнього визначався рівень успішності професійної діяльності поліцейського). Статистичну обробку отриманих емпіричних даних здійснено за допомогою застосування стандартизованого пакету програм IBM SPSS Statistics 23.0. Експериментальне дослідження проводилось поетапно, усього обстежено чотириста десять працівників поліції (патрульних, а також поліції громади), 50 осіб становили жінки (12%), спеціальні звання респондентів становили від капрала до полковника поліції, вік коливався в межах від 22 до 42 років. Кількісний показник вибірки є репрезентативним (при довірчому рівні ймовірності 0,95 із теоретичною статистичною похибкою 0,05).

Для обстеження відбирались поліцейські, які за експертними оцінками характеризувалися як «успішні». Усі респонденти були добре ознайомлені з порядком проведення і метою тестування, з метою їхньої мотивації повідомлялось, що в результаті опитування оцінюватиметься рівень їх здібностей, особливості характеру й мотивації. Опитування проходило в першій половині дня, у груповій формі, розмір групи становив 10-12 осіб. У процесі опитування дотримувалися умови щодо санітарно-гігієнічних умов приміщення; якості інструкції, часових обмежень, які були однаковими для всіх. На проведення тестування з використанням пропонованого комплексу методик в одній групі відводилось біля 100 хвилин.

Результати і обговорення. Виходячи із вищенаведеної теоретичної моделі, з метою

системного психодіагностичного вивчення персоналу поліції були обрані десять адаптованих українськомовних психодіагностичних методик, які відповідають вимогам валідності й надійності, а саме:

для дослідження загальних здібностей – тести рівня і структури інтелекту Амтхауера, креативності Меде-Пюрковського;

для дослідження індивідуально-особистісних характеристик – опитувальники ІТО, Великої п'ятірки, Міні-Мульти;

для дослідження спрямованості – опитувальники Джонса-Крендалла і Річі-Мартіна.

Розглянемо детальніше сутність обраних методик.

Діагностика загальних здібностей. Сьогодні більшість дослідників пов'язують загальні здібності з інтелектом людини. Інтелект трактується як загальна здібність особистості, що проявляється в цілеспрямованій діяльності, правильному розмірковуванні і розумінні, пристосуванні до умов середовища. Один з відомих тестів інтелекту розроблений Р. Амтхауером (Amthae, 1953) з метою діагностування рівня загальних здібностей, у 2022 році методика адаптована українською мовою (Барко, Барко, & Остапович, 2022). До тесту включені завдання на діагностику вербального, лічильно-математичного, просторового, мнемічного компонентів інтелекту. Загалом уся методика містить 9 субтестів по 16–20 завдань у кожному, виконання кожного субтесту обмежено у часі. Для проведення психодіагностичного вивчення працівників поліції нами відібрано й адаптовано українською мовою три субтести: 2, 3, 4 (вербальні), 6 (невербальний), оскільки даний комплекс дозволяє швидко і досить повно діагностувати основні структурні компоненти інтелекту і мислення респондентів, а саме:

субтест 2 («Виключення слова») призначений для дослідження абстрактного мислення, аналітико-синтетичної діяльності, здатності виділяти загальні ознаки та властивості предметів або понять, уміння порівнювати; час виконання завдань становить 6 хвилин;

субтест 3 («Аналогії») діагностує рівень розвитку операції узагальнення та словесно-логічного мислення, дозволяє виявити потенційні можливості вербальної складової інтелекту; час виконання завдань – 7 хвилин;

субтест 4 («Узагальнення») визначає рівень розвитку здатності узагальнювати словесний матеріал, в завданнях даного субтесту містяться усього по два слова, які об'єднанні спільним змістом (сміслом); цей смисл потрібно передати одним, або в крайньому випадку двома словами; час виконання – 8 хвилин;

субтест 6 («Числові ряди») діагностує рівень сформованості операцій порівняння і узагальнення, а отже, визначає переважно аналітико-синтетичні математичні здібності; час виконання завдань – 10 хвилин.

В останні роки інтенсивно розвивається концепція *емоційного інтелекту*. У наукових публікаціях (Mayer, & Salovey, 1977; Манойлова, 2011) наводяться підтвердження того, що специфічний психологічний конструкт – емоційний інтелект (ЕІ) – є вельми важливим для успіху в юридичних, медичних, педагогічних і інженерних професіях. Методика діагностики емоційного інтелекту МЕІ розроблена М. Манойловою, ґрунтується на тому, що емоційний інтелект – це здатність людини до усвідомлення, прийняття та регуляції емоційних станів і почуттів як інших людей, так і себе самої. У структурі емоційного інтелекту є два аспекти: внутрішньоособистісний і міжособистісний. Розроблена М. Манойловою методика діагностики ЕІ є опитувальником, що складається з 40 тверджень. Обстежуваному пропонується оцінити міру своєї згоди з кожним твердженням за 5-бальною шкалою. Опитувальник містить 4 субшкали і 3 індекси: загального рівня ЕІ, вираженості внутрішньоособистісного та міжособистісного його аспектів; методика адаптована українською (Барко, Барко, & Остапович, 2022).

Методика дослідження *креативності* за методом «Словесні тріади» (Меде, & Піорковський, 1925), адаптована українською (Барко, Барко, & Остапович,

2022), отримали широке визнання і популярність. Вони включали психодіагностичне оцінювання творчих здібностей (здатність комбінувати; обсяг словникового запасу; здатність до логічного судження; рівень уваги; здатність зосереджуватися на складному завданні тощо), а також тестування лінгвістичних і математичних здібностей. Обстежуваним пропонується проста інструкція, відповідно до якої потрібно прочитати три запропонованих слова, а потім упродовж 5 хвилин скласти якомога більше оригінальних речень, до яких входили б ці слова. При цьому дозволяється змінювати послідовність слів та їх відмінки.

Діагностика індивідуально-особистісних характеристик. Індивідуально-типологічний опитувальник (ІТО) розроблений в Інституті прикладної психології (Собчик, 2003), існує його українськомовна адаптація (Барко, Барко, & Остапович, 2022). Він побудований на основі ортогональної моделі особистості й теорії провідних тенденцій. Провідна тенденція представляє собою стійку, стрижневу індивідуальну властивість, що коріниться в типі вищої нервової діяльності, конституціонально заданих властивостях людини і визначає індивідуальні особливості адаптаційних механізмів, стиль мислення, міжособистісної поведінки, силу потреб і мотивації, тип реакції на стрес. Провідна тенденція впливає на формування й вищих, особистісних рівнів індивідуальності – соціальної спрямованості, ієрархії цінностей, свідомої мотивації, моральних орієнтирів. Відповідно до зазначеного підходу, індивідуально-особистісна типологія базується на протиставленні контрастних властивостей, які є ортогональними: інтроверсія – екстраверсія, тривожність – агресивність, лабільність (емотивність) – ригідність, сензитивність – спонтанність. Ці властивості співвідносяться з параметрами нервової системи: активованість – інактивованість, лабільність – інертність, динамічність збудження – динамічність гальмування, сила – слабкість (рис. 1).

Питання психології



Рис.1. Ортогональна індивідуально-особистісна модель (на прикладі Індивідуально-типологічного опитувальника (ІТО)).

Таким чином, методика ІТО дозволяє діагностувати індивідуально-психологічні особливості за вісьмома базовими шкалами: 1 – екстраверсія; 2 – спонтанність; 3 – агресивність; 4 – ригідність; 5 – інтроверсія; 6 – сензитивність; 7 – тривожність; 8 – лабільність (емотивність).

Опитувальник ОВП створений на основі п'ятифакторної моделі індивідуальності, що стала останніми роками дуже поширеною. Теоретична модель ОВП описує індивідуальність за допомогою п'яти факторів: екстраверсії, нейротизму, поступливості, сумлінності і відкритості досвіду. О. Джон, Л. Науман і С. Сото (John, Naumann & Soto, 2008) розробили варіант опитувальника, який складається з 44 тверджень і дозволяє оцінити особистість на основі вищезазначених п'яти факторів. На її основі створено українськомовну версію (Барко, Барко, & Остапович, 2022). Шкали ОВП також узгоджуються з ортогональною індивідуально-особистісною моделлю, так, горизонтальна вісь – це інтроверсія-екстраверсія, вертикальна – це нейротизм-агресивність; додаткові вісі утворені

шкалами сумлінність-недбалість і поступливість-впертість.

Опитувальник «Міні-Мульт» розроблений шведським психологом Інгрід Кінканнон у минулому столітті на основі відомого Мінесотського багатофакторного особистісного опитувальника (MMPI) і являє собою його скорочений варіант (Kincannon, 1968), є його українськомовна адаптація (Барко, Барко, & Остапович, 2022). Методика розрахована на обстеження дорослих осіб від 16 до 80 років зі збереженим інтелектом. Опитувальник «Міні-Мульт» містить 71 твердження, відібрані на основі факторного аналізу із 566 тверджень повної версії MMPI, включає 11 шкал, з яких 3 – оціночні (вимірюють щирість досліджуваного, ступінь достовірності результатів тестування і величину корекції); 8 шкал є базисними й оцінюють властивості особистості (надконтроль, депресивність, емоційна лабільність, імпульсивність, ригідність, тривожність, індивідуалістичність, оптимістичність). «Міні-Мульт» не має додаткових шкал, також уможливує визначення показників тестування в Т-балах. Результати тестування, отримані з

Питання психології

допомогою тверджень «Міні-Мульт», не ідентичні показникам, отриманим на повному наборі тверджень ММРІ, проте відзначають їх значущі позитивні кореляції (Барко, & Остапович, 2018). «Міні-Мульт» досить економічний: середній час обстеження займає близько 15 хвилин. Опитувальник також ґрунтується на ортогональній індивідуально-особистісній моделі, горизонтальна вісь утворена шкалами інтроверсія-екстраверсія, вертикальна – тривожність-агресивність. Додаткові вісі утворені шкалами ригідність-емоційна лабільність та індивідуалістичність-сензитивність.

Важливим є те, що належність зазначених трьох суб'єктивних опитувальників до теоретичної ортогональної індивідуально-особистісної моделі дозволяє психологу порівнювати, уточнювати й доповнювати отримані при тестуванні результати і формулювати більш надійний психодіагностичний висновок (прогноз професійної придатності, успішності діяльності). Так, наприклад, якщо респондент демонструє за

результатами тестування високі індекси емоційної лабільності (за ІТО), високі чи підвищені індекси цього ж показника за опитувальником «Міні-Мульт», високі значення поступливості за ОВП, то це означає, що психолог упевнено відносить обстежуваного до емотивно-поступливого індивідуально-особистісного типу. Якщо ж за однойменними (чи близькими за змістом) шкалами різних опитувальників обстежуваний демонструє несхожі чи протилежні показники, у психолога з'являється привід для сумнівів у достовірності результатів тестування (можливі недбалі чи неправдиві відповіді, агравація, мотиваційні викривлення, бажання респондента представити себе в соціально-вигідному вимірі тощо).

Нами проведено спеціальне дослідження, спрямоване на визначення ступеня зв'язку між результатами, отриманими за шкалами зазначених трьох опитувальників, які ґрунтуються на ортогональній індивідуально-особистісній моделі.

Результати представлені в таблиці 1.

Таблиця 1

Кореляції шкал опитувальника ІТО зі шкалами Міні-Мульт та ОВП

| Шкали ІТО | Шкали Міні-Мульт | Шкали ОВП |
|-----------------|--|--|
| 1 екстраверсія | 0,47 (9); 0,44 (4); -0,33 (1); -0,36 (2); -0,40 (7) | 0,39 (1); 0,30 (5); -0,40 (2); -0,41 (4) |
| 2 спонтанність | 0,45 (4); 0,40 (9); -0,39 (7); -0,38 (2) | 0,35 (1); 0,38 (5); -0,30 (2); -0,37 (4) |
| 3 агресивність | 0,48 (4); 0,45 (9); -0,50 (1); -0,55 (7); -0,54 (2) | 0,39 (1); 0,31 (5); -0,44 (2); -0,42 (4) |
| 4 ригідність | 0,20 (1); 0,25 (2); 0,30 (6); -0,31 (3) | 0,36 (2); 0,29 (1) |
| 5 інтроверсія | -0,29 (9); -0,25 (4); 0,35 (1); 0,34 (2); 0,35 (7) | 0,53 (2); 0,51 (4); 0,43 (3); -0,33 (1); -0,28 (5) |
| 6 сенситивність | -0,28 (9); -0,38 (4); 0,41 (1); 0,42 (2); 0,40 (7); 0,32 (3); 0,35 (8) | 0,55 (2); 0,49 (4); 0,41 (3); -0,35 (1); -0,27 (5) |
| 7 тривожність | -0,41 (9); -0,40 (4); 0,55 (7); 0,53 (1); 0,52 (2) | 0,56 (2); 0,50 (4); 0,40 (3); -0,36 (1); -0,25 (5) |
| 8 лабільність | 0,43 (3); -0,30 (6); | 0,25 (1); 0,26 (5) |

Примітка: Шкали «Міні-Мульт»: 1. Надконтроль; 2. Песимістичність; 3. Емоційна лабільність; 4. Імпульсивність; 6. Ригідність; 7. Тривожність. 8. Індивідуалістичність. 9. Оптимістичність. Шкали ОВП: 1 – екстраверсія; 2 – нейротизм; 3 – сумлінність; 4 – поступливість; 5 – відкритість досвіду. Цифри в дужках означають номери шкал відповідних методик; наведено значущі коефіцієнти кореляції ($p = 0,05; 0,01$).

Як видно з таблиці 1, шкали «Міні-Мульт», які відображують характерологічні тенденції до імпульсивності, лідерства, домінування, оптимістичності (4 і 9) позитивно корелюють з шкалами стенічного типу реагування ІТО – екстраверсією (0,44-0,47), спонтанністю (0,40-0,45), агресивністю (0,45-0,48). Зафіксовано їх негативну кореляцію з шкалами гіпостенічного типу реагування – інтроверсією (-0,29) – (-0,25), сензитивністю (-0,38) – (-0,28), тривожністю (-0,41) – (-0,40), що було цілком очікуваним. Шкали «Міні-Мульт» в яких знаходять відображення такі риси, як надконтроль, песимістичність, тривожність (1; 2; 7) також помірно позитивно корелюють з шкалами гіпостенічного і змішаного типу реагування ІТО – інтроверсією (0,34-0,35), сензитивністю (0,41-0,42), тривожністю (0,55), ригідністю (0,20-0,25) і негативно (-0,50-0,55) з стенічними шкалами ІТО (агресивністю, спонтанністю, екстраверсією). Шкали емоційної лабільності і індивідуалістичності «Міні-Мульт» (3 і 8) виявили значущі кореляційні зв'язки з шкалами емотивності (0,43), сензитивності і емотивності ІТО (6 і 8) (0,35-0,32), з рештою їх не виявлено або значення невисокі (0,15-0,24).

Дані, отримані на основі порівняння шкал «Міні-Мульт» та ІТО доповнені і підтверджені аналізом зв'язків шкал та ОВП та ІТО. З таблиці 2 видно, що також встановлені позитивні кореляції стенічних шкал ІТО (1-3) з такого ж типу шкалами 1 і 5 (екстраверсія та відкритість досвіду) ОВП (0,30-0,39), а також негативні кореляції з шкалами гіпостенічного регістру 2 (нейротизм) і 4 (поступливість) (-0,30; -0,44).

Аналіз зв'язків шкал ІТО, в яких відображені риси гіпостенічного і змішаного типу реагування (тривожність, інтроверсія, сензитивність, ригідність), виявив помірну позитивну кореляцію з шкалами гіпостенічного регістру ОВП – нейротизмом (0,43-0,56), поступливістю (0,32-0,51), сумлінністю (0,40-0,43) і, відповідно, негативні кореляції з шкалами екстраверсії і відкритості досвіду (-0,25; -0,36). Не виявлено значущих кореляційних зв'язків

між шкалою індивідуалістичності і шкалами ОВП (0,12-0,26).

Результати тестування з використанням ортогональної індивідуально-особистісної типології дозволяють зробити узагальнений висновок про те, що:

- за стенічними шкалами ІТО (екстраверсії, спонтанності, агресивності) вони позитивно корелюють з даними стенічних шкал ОВП (екстраверсії, відкритості досвіду) і Міні-Мульт (оптимістичності, імпульсивності);

- за гіпостенічними шкалами ІТО (інтроверсії, сензитивності і тривожності) вони позитивно корелюють з даними гіпостенічних шкал ОВП (інтроверсії, тривожності, поступливості) і Міні-Мульт (надконтролю, песимістичності, тривожності);

- за шкалами змішаного типу ригідності, емотивності ІТО вони позитивно корелюють зі змішаними шкалами ОВП (сумлінності) і Міні-Мульт (ригідності, індивідуалістичності).

Відповідно, між шкалами стенічного і гіпостенічного регістру зазначених опитувальників спостерігаються негативні коефіцієнти кореляції.

Таким чином, аналіз отриманих кореляційних зв'язків дозволяє зробити висновок про те, що обрані для комплексного застосування опитувальники (ІТО, ОВП і Міні-Мульт) дійсно характеризуються достатньо високою конкурентною (критеріальною) валідністю за критеріями типу реагування (стенічного, гіпостенічного чи змішаного).

Діагностика спрямованості.

Опитувальник спрямованості особистості Шейли Річі і Пітера Мартіна (Richi, & Martin, 2004) розглядає мотивацію як задоволення потреб людини в процесі роботи. Ними виокремлено 12 основних потреб: 1) у високій заробітній платі, 2) у хороших умовах праці, 3) у чіткому структуруванні роботи, 4) у соціальних контактах, 5) у підтримці довгострокових взаємин, 6) у визнанні, 7) у складних цілях і їх досягненні, 8) у впливовості та владі, 9) у різноманітності, 10) у креативності, 11) у самовдосконаленні, 12) у цікавій, суспільно корисної праці.

Індивідуальне поєднання найбільш і найменш актуальних для конкретної людини потреб утворює її *мотиваційний профіль*, який дає можливість кількісно оцінити і графічно представити відносну значущість кожної потреби.

Опитувальник містить 33 твердження, кожне з яких має 4 варіанти відповіді, між якими слід розподілити 11 балів. В інструкції респондентам наголошується на тому, що слід уважно прочитати кожне твердження й у бланку для відповідей вписати відповідну оцінку. Далі потрібно розподілити 11 балів між чотирма варіантами кожного з тверджень, позначеними літерами (а), (б), (в), (г). Якщо респонденту здається, що один із варіантів найбільш важливий, то він оцінюється в 11 балів, якщо респондент вважає його зовсім несуттєвим – не присуджує жодного балу. За спеціальним ключем здійснюється підрахунок кількості балів, набраних респондентом за кожною потребою. Опитувальник адаптований українською мовою (Барко, & Остапович, 2022).

У 1986 році А. Джонс і Р. Крендалл розробили опитувальник визначення самоактуалізації особистості (Jones, & Crandall, 1986). Даний опитувальник розроблено на теоретичних засадах гуманістичної психології, розроблених А. Маслоу, є українськомовна його адаптація (Барко, & Остапович, 2022). Було встановлено, що підсумкове значення шкали самоактуалізації позитивно корелює з усіма показниками цього опитувальника. Вчений свого часу розглядав *самоактуалізацію* (*самореалізацію*) як бажання людини стати тим, ким вона може стати за своїм покликанням. Особистість, яка змогла дійти у саморозвитку до цього найвищого рівня, домоглася повної реалізації своїх талантів і сил, здібностей і можливостей. Маслоу вважав, що самоактуалізуватися – означає стати особистістю, якою можливо стати, досягти вершини власного потенціалу. Важливо враховувати, що самоактуалізація не обов'язково повинна приймати форму творчості, прояви самоактуалізації дуже різняться.

Отримані дані свідчать про те, що поліцейська професійна діяльність відкриває

для працівників широкі можливості для особистісної тенденції до безперервного розгортання власних можливостей, знаходження шляхів реалізації талантів і здібностей. Самоактуалізація означає успішні дії і вчинки у процесі службової діяльності, передбачає активність і відповідальність особистості працівника поліції. Це поняття також ототожнюється з такими особистісними проявами, як самовіддача, самовираження, саморозкриття і самоствердження в діяльності. Прагнення до самоактуалізації, виявлене у поліцейських, означає знаходження свого поклику і правильності професійного вибору. Одна з найважливіших характеристик самоактуалізованої особистості – наявність улюбленої справи, сутнісної діяльності, вірність своєму поклику і обов'язку. Щоправда, слід враховувати, що для більшості поліцейських властива саме тенденція до самоактуалізації, сама ж самоактуалізація може бути недосяжною. Потенціал особистісного зростання поліцейського може бути заблокований певними соціокультурними стереотипами (наприклад, традиційним для правоохоронців і працівників сектору безпеки й оборони стереотипом мужності, який не передбачає розвиток таких якостей, як доброта, м'якість, емпатійність, турботливість тощо). Негативний вплив на розвиток самоактуалізації поліцейських чинить властива їм потреба у безпеці, оскільки процес росту потребує постійного ризику, відмовлятися від старих зручних звичок, що іноді буває болісним і тривожним. Опитувальник Джонса-Крендалла є «економічним» і потребує 8-10 хвилин на виконання завдань. Українськомовний варіант опитувальника характеризується задовільними значеннями надійності й валідності.

Упродовж 2019-2024 років здійснювалось комплексне психодіагностичне вивчення поліцейських підрозділів патрульної поліції НПУ з використанням запропонованого у дослідженні оптимального психодіагностичного інструментарію і відповідних діагностичних критеріїв придатності до діяльності.

Усереднені значення психодіагностичних показників, отриманих на вибірці поліцейських

| № | Критерії і показники оцінювання | Методики дослідження | Поліцейські патрульної поліції | |
|---|--|--|--|---|
| | | | Успішні (290 осіб) | Неуспішні (135 осіб) |
| 1 | Загальні здібності (тестометричний інтелект) | Тест Амтхауера (одиниці IQ) | *Вербальний інтелект – 107,0; невербальний інтелект – 111,15 | *Вербальний інтелект – 102,20; невербальний інтелект – 105,30 |
| 2 | Загальні здібності (емоційний інтелект) | Тест Манойлової (бали) | Внутрішньоособистісний компонент – 5,90 *Міжособистісний компонент – 4,98 | Внутрішньоособистісний компонент – 5,41 *Міжособистісний компонент – 4,12 |
| 3 | Креативність | Тест Меде-Піорковського (бали) | Швидкість – 4,98; *оригінальність – 9,14 | Швидкість – 4,11; *оригінальність – 7,88 |
| 4 | Індивідуально-особистісні характеристики (особливості провідних тенденцій) | Індивідуально-типологічний опитувальник (ІТО) (бали) | Шкала 2 – 5,98; *шкала 3 – 4,15; *шкала 4 – 5,30; *шкала 7 – 3,56; | Шкала 2 – 5,15; *шкала 3 – 4,65; *шкала 4 – 6,21; *шкала 7 – 3,09; |
| 5 | Індивідуально-особистісні характеристики (особливості характеру) | Опитувальник Міні-Мульт (Т-бали) | Шкала 2 – 39,5; *шкала 4 – 44,3; шкала 6 – 45,5; *шкала 7 – 35,7; *шкала 9 – 58,2; | Шкала 2 – 43,7; *шкала 4 – 47,2 *шкала 6 – 47,8 *шкала 7 – 35,0 *шкала 9 – 53,3 |
| 6 | Індивідуально-особистісні характеристики (особливості характеру) | Опитувальник великої п'ятірки (ОВП) (бали) | Значення *поступливості – 32,37; *сумлінності – 37,10; *відкритості – 33,75 | Значення *поступливості – 30,0; *сумлінності – 34,0, *відкритості – 31,12 |
| 7 | Спрямованості (мотиваційний профіль) | Опитувальник Річі-Мартіна (бали) | *Шкала 12 – 39,43; шкала 11 – 34,72; *шкала 10 – 27,12 *шкала 7 – 31,65 | *Шкала 12 – 37,51; шкала 11 – 32,0; *шкала 10 – 25,0; *шкала 7 – 29,10; |
| 8 | Спрямованості (рівень самоактуалізації) | Опитувальник Джонса-Крендалла (бали) | *Рівень самоактуалізації 44,44 | *Рівень самоактуалізації 41,20 |

Примітка: за усіма наведеними значеннями показників зафіксовано статистично значущі відмінності ($p=0,05$; $*p=0,01$)

Вивчення груп успішних і неуспішних працівників патрульної поліції з використанням оптимального психодіагностичного комплексу дозволило встановити, що пропонований інструментарій дозволяє досить ефективно прогнозувати успішність професійної діяльності. За багатьма критеріями і показниками психологічної придатності до діяльності зафіксовано статистично значущі відмінності між підгрупами «успішних» і «неуспішних» обстежуваних ($p=0,05$; $p=0,01$) (табл. 2).

З таблиці видно, що за деякими критеріями і показниками психологічної

придатності до діяльності представники підгрупи успішних працівників перевершують індекси підгрупи неуспішних.

За критерієм загальних здібностей зафіксовані статистично значущі відмінності в обох обстежуваних підгрупах. Це стосується показників вербального і невербального інтелекту, у успішних поліцейських ці показники є вищими (107,0 одиниць IQ проти 102,2 у неуспішних і 111,15 одиниць IQ проти 105,30 у неуспішних відповідно).

Показники емоційного інтелекту у успішних поліцейських також вищі, ніж у

опонентів з групи неуспішних. Так, внутрішньо особистісна складова успішних становить 5,90 балів проти 5,41 у неуспішних, міжособистісна складова емоційного інтелекту успішних також вища (4,98 балів проти 4,12, відмінності статистично значущі при $p=0,05$ і $0,01$ відповідно).

Індекси креативності успішних поліцейських також перевищують опонентів - показник кількості речень становить 4,98 проти 4,11 балів; показник оригінальності – 9,14 проти 7,88 балів) (відмінності статистично значущі при $p=0,05$ і $0,01$).

За критерієм *індивідуально-особистісних характеристик* зафіксовано статистично значущі відмінності за показниками провідних тенденцій – шкалами 2 (спонтанність), 3 (агресивність), 4 (ригідність), 7 (тривожність). Успішні характеризуються більшим значенням шкали спонтанності, що свідчить про відкритість і активність, меншими індексами деяких шкал стеничного реєстру – 3 (агресивності) і змішаного типу 4 (ригідності), дещо підвищеною (але в межах норми) показниками гіпостеничної шкали 7 (тривожність) (3,56 бал порівняно з 3,09 в паралельній підгрупі). Це є свідченням меншої агресивності, непоступливості і домінантності представників першої підгрупи, дещо більшої схильності до діалогу і компромісу в конфліктних ситуаціях, тобто рис характеру, які можуть сприяти ефективності діяльності патрульних поліцейських.

Приблизно така ж картина щодо профілю спостерігається за іншими показниками цього критерію. Так, індекси за шкалами стеничного типу реагування опитувальника Міні-Мульт 4 (імпульсивність) і 9 (оптимістичність) в групі успішних перевищують показники іншої групи (44,3 Т-балів проти 47,2 за четвертою шкалою і 58,2 Т-балів проти 53,3 за дев'ятою); індекси шкали 2 (песимістичність) є нижчими в підгрупі успішних (39,5 проти 47,2), а показники шкали 7 (тривожність) дещо перевищують опонентів (35,7 проти 35,0). За рівнем ригідності (6 шкала) і песимістичності (2 шкала) успішні демонструють нижчі показники, ніж їхні опоненти. Отже, у успішні є більш активними і сміливими,

більш відповідальними і менш схильними до депресивних тенденцій і настроїв.

Дані, отримані на основі використання опитувальника ОВП свідчать про те, що успішні поліцейські патрульної поліції демонструють вищі показники за шкалами сумлінності (37,10 проти 34,0 балів у неуспішних) і відкритості досвіду (33,75 проти 31,12 балів у неуспішних); також зафіксовані вищі показники шкали поступливості (32,37 проти 30,0 балів у неуспішних).

Очевидно, що успішні поліцейські є більш відповідальними при виконанні службових обов'язків, у них виявляється більш виражене прагнення до оволодіння новими знаннями й уміннями. Більш високі індекси за шкалою поступливості свідчать про тенденцію до компромісів в процесі ведення діалогу, здатність залагоджувати конфлікти. Зазначені психологічні особливості, безумовно, сприяють більш ефективному виконанню поліцейським патрульної поліції своїх професійних завдань.

Нарешті, за критерієм спрямованості також виявлено перевагу успішних поліцейських патрульної поліції над своїми менш успішними колегами: показник самоактуалізації за опитувальником Джонса-Крендалла становить 44,44 бали проти 41,20 балів у опонентів. За деякими шкалами опитувальника Річі-Мартіна зафіксовано статистично значущі вищі показники в підгрупі успішних поліцейських. Це стосується шкал 7 (потреба ставити перед собою сміливі, складні цілі і досягати їх) – 31,15 проти 29,10 у неуспішних; 10 (потреба бути креативним) – 27,12 проти 25,0; 11 (потреба у самовдосконаленні та розвитку) – 34,72 проти 32,0; 12 (потреба у цікавій, суспільно корисній праці) – 39,43 проти 37,51.

Отже, з 12 шкал опитувальника прогностично значущими виявились дані, отримані за вказаними чотирма.

З позицій критерію спрямованості аналіз усередненого мотиваційного профілю особистості поліцейських патрульної поліції дозволяє зробити висновок про те, що усі працівники характеризуються прагненням:

1) високої заробітної плати та матеріальної винагороди, бажання мати

роботу з певними соціальними гарантіями (середній показник становить 44,77 балів);

2) цікавої та суспільно-корисної праці (38,0);

3) визнання з боку інших людей, у тому, щоб цінували їх працю, досягнення та успіхи (35,22);

4) самостійності, автономності та самовдосконалення (33,72); 5) чіткого структурування роботи, наявності зворотного зв'язку та інформації, яка дозволяє оцінювати результати роботи (31,59); 6) ставити в діяльності складні цілі (30,65).

Слід відзначити, що за багатьма показниками психологічної придатності до діяльності не зафіксовано значущих відмінностей між обстежуваними підгрупами успішних і неуспішних працівників патрульної поліції.

Якщо розглядати критерій індивідуально-особистісних характеристик, то це стосується показників екстраінтроверсії, які є практично однаковими в обох підгрупах, а також показників сензитивності, емотивності та нейротизму.

Таким чином, за більшістю критеріїв і відповідних показників обраний для прогнозування успішності діяльності інструментарій спрацьовує задовільно. Прогностично цінними виявились усі показники критерію загальних здібностей – вербальний і невербальний інтелект, креативність (в індексах швидкості і оригінальності дивергентного мислення), емоційний інтелект.

Також певну прогностичну цінність мають численні показники критерію індивідуально-особистісних характеристик, які визначаються за допомогою використання пропонованого психодіагностичного інструментарію. Це шкали сумлінності, поступливості і відкритості досвіду опитувальника ОВП; шкали спонтанності, агресивності, ригідності і тривожності опитувальника ІТО; шкали песимістичності, оптимістичності, ригідності, імпульсивності опитувальника Міні-Мульт.

Щодо критерію мотиваційної спрямованості, можливо зробити висновок про те, що рівень самоактуалізації

особистості має важливе значення для прогнозування успішності професійної діяльності поліцейських.

Висновки. Таким чином, в результаті проведеного дослідження отримала підтвердження гіпотеза, щодо доцільності використання в процесі психологічної діагностики індивідуально-особистісних властивостей поліцейських єдиного методологічного підходу, який ґрунтується на принципах системності, оптимізації, теоріях інтегральної індивідуальності, рис і ортогональних моделей; а також застосуванні науково обґрунтованих критеріїв і показників психологічної придатності особи до поліцейської діяльності, які відображують основні індивідуально-особистісні характеристики поліцейських і уможливають прогнозування успішності їх оперативно-службової діяльності. Такий підхід уможливує пошук і реалізацію оптимального психодіагностичного комплексу валідних і надійних психодіагностичних методик для системного психодіагностичного дослідження індивідуальності правоохоронців.

Один з можливих варіантів такого комплексу включає в себе адаптовані тести: загальних здібностей (рівня і структури інтелекту Амтхауера, емоційного інтелекту Манойлової, креативності Меде-Піорковського); індивідуально-особистісних характеристик (опитувальники Індивідуально-типологічний, Міні-Мульт і Великої п'ятірки), спрямованості (опитувальники Річі-Мартіна і Джонса-Крендалла). Важливо, що належність суб'єктивних опитувальників до теоретичної ортогональної індивідуально-особистісної моделі дозволяє психологу порівнювати, уточнювати й доповнювати отримані при тестуванні результати і формулювати надійний психодіагностичний висновок.

Дослідження з використанням зазначеного комплексу підтвердило можливість успішної диференціації респондентів за рівнями психологічної придатності до службової діяльності і тим самим прогнозування успішності професійних дій поліцейських.

Список використаних джерел

1. Барко, В. В., Барко, В. І., Остапович В. П. (2018). Можливості використання «Опитувальника великої п'ятірки» психологами Національної поліції України. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія «Психологічні науки», 3 (2), 181–186. URL: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/571/532>
2. Барко, В.В, Барко, В.І., Мойсеева, О.Є. (2022). Визначення рівня психологічної готовності поліцейських до службової діяльності. *Вісник Національного університету оборони України*, 4 (68), 5-23. DOI: 10.33099/2617-6858-22-68-4-16-28.URL: <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/258527/258992>
3. Використання адаптованих зарубіжних психодіагностичних методик у Національній поліції України: психологічний практикум (2022). / В. В. Барко, В. І. Барко, В. П. Остапович; за заг. ред. д-ра юрид. наук, проф. В. О. Криволапчука. Київ : «Видавництво Людмила». URL: https://dndi.mvs.gov.ua/files/pdf/Psykholohichnyy_praktykum.pdf?fbclid=IwAR2ZfRPQ42sr7dAIpu2HEWg7lI0DJ6Tl9k2ofs7zhhe3bA8uQlog4rHtU-0 (дата звернення: 11.05.2023).
4. Манойлова, М. А. (2011). Авторська методика діагностики емоційного інтелекту. <https://medpsy.ru> (дата звернення: 12.03. 2023).
5. В. Меде, Г. Піорковскі (1925). Дитяча обдарованість. К. : Видавництво працівників просвіти. 226 с.
6. Про Національну поліцію : Закон України від 02.07.2015 р. № 580-VIII. *Відомості Верховної Ради України*. 2015. № 40–41 (від 09.10.2015). Ст. 379. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/580-19> (дата звернення: 27.08.2020).
7. Про організацію добору (конкурсу) та просування по службі поліцейських: наказ МВС України 25.12.2015 р. № 1631. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0049-16#Text> Барко, В. В. (2024). Методи дослідження індивідуально-особистісних властивостей працівників Національної поліції України : монографія. Харків : Факт. 380 с.
8. Собчик, Л. М. (2003). Психологія індивідуальності. Теорія і практика психодіагностики. Київ : Ніка-Центр. 624 с.
9. Barrett, G. V., Miguel, R. F., Hurd, J. M., Lueke, S. B., Tan, J. A. (2003). Practical Issues in the Use of Personality Tests in Police Selection. *Public Personnel Management*, 4 (32), 360-377.
10. Cochraine, R.E., Tett, R., Vandecreek, L. (2003). Psychological Testing and the Selection of Police Officers. *A National Survey Criminal Justice and Behavior*, 30(5), 511-537. Retrieved from: <https://www.researchgate.net/publication/247743668>.
11. Costa, P. T., McCrae, R. R., & Kay, G. G. (1995). Persons, places, and personality: Career assessment using the revised NEO Personality Inventory. *Journal of Career Assessment*, 3, 123-139.
12. Dunnette, M.D., Borman, W.C. (1979). Personnel Selection and Classification Systems. *Annual Review of Psychology*, 1 (30), 477-525.
13. John, O.P., Naumann, L.P., Soto, C.J. L.A. Pervin (Eds.). (2008). Paradigm Shift to the Integrative Big-Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Conceptual Issues (pp. 114–158). New York: Guilford Press.
14. Jones, A., & Crandall, R. (1986). Validation of a short index of self-actualization. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12(1), 63–73. <https://doi.org/10.1177/0146167286121007>
15. Kincannon, I. (1968). Prediction of standart MMPI scale scores from 71 items: The Mini-Mult. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 32, 290-310.
16. Mayer, J. D., Salovey, P., (Eds.), Sluyter, D. (Eds.) (1997). What Is Emotional intelligence? Emotional development and emotional intelligence: Implications for education (pp. 3-31). New York: Basic Books

References

1. Barko, V. V., Barko, V. I., Ostapovych V. P. (2018). Mozhylyvosti vykorystannia «Opytuvalnyka velykoi piatirky» psykholohamy Natsionalnoi politsii Ukrainy. [Possibilities of using the "Big Five Questionnaire" by psychologists of the National Police of Ukraine.] *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu*. Seriiia «Psykhologichni nauky», 3 (2), 181–186. URL: <https://pj.journal.kspu.edu/index.php/pj/article/view/571/532> (in Ukrainian)
2. Barko, V.V, Barko, V.I., Moiseieva, O.Ie. (2022). Vyznachennia rivnia psykholohichnoi hotovnosti politseyskykh do sluzhbovoi diialnosti. [Determination of the level of psychological readiness of police officers for official activities] *Visnyk Natsionalnoho universytetu obrony Ukrainy*, 4 (68), 5-23. DOI: 10.33099/2617-6858-22-68-4-16-28.URL: <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/258527/258992> (in Ukrainian)
3. Vykorystannia adaptovanykh zarubizhnykh psykhdiahnostychnykh metodykh u Natsionalnii politsii Ukrainy: psykholohichniy praktykum (2022). [Use of adapted foreign psychodiagnostic methods in the

National Police of Ukraine: psychological workshop (2022).] / V. V. Barko, V. I. Barko, V. P. Ostapovych; za zah. red. d-ra yuryd. nauk, prof. V. O. Kryvolapchuka. Kyiv : «Vydavnytstvo Liudmyla». URL: https://ndi.mvs.gov.ua/files/pdf/Psykholohichnyy_praktykum.pdf?fbclid=IwAR2ZfRPQ42sr7dAlpu2HEWg7lI0DJ6T19k2ofs7zhhe3bA8uQlog4rHtU-0 (data zvernennia: 11.05.2023). (in Ukrainian)

4. Manoilova, M. A. (2011). Avtorska metodyka diahnostryky emotsiinoho intelektu. [The author's method of diagnosing emotional intelligence] [https:// medpsy.ru](https://medpsy.ru) (data zvernennia: 12.03. 2023). (in Ukrainian)

5. V. Mede, H. Piorkovski (1925). Dytiacha obdarovanist. [Children's giftedness.] K. : Vydavnytstvo pratsivnykiv prosvity. 226 s. (in Ukrainian)

6. Pro Natsionalnu politsiiu : Zakon Ukrainy vid 02.07.2015 r. № 580-VIII. [About the National Police: Law of Ukraine dated July 2, 2015 No. 580-VIII.] Vidomosti Verkhovnoi Rady Ukrainy. 2015. № 40–41 (vid 09.10.2015). St. 379. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/580-19> (data zvernennia: 27.08.2020). (in Ukrainian)

7. Pro orhanizatsiiu doboru (konkursu) ta prosuvannia po sluzhbi politseyskykh: nakaz MVS Ukrainy 25.12.2015 r. № 1631. [On the organization of selection (competition) and promotion in the service of police officers: order of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine dated 25.12.2015 No. 1631.] URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0049-16#TextBarko, V. V. \(2024\).](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0049-16#TextBarko, V. V. (2024).) Metody doslidzhennia indyvidualno-osobystisnykh vlastyvostei pratsivnykiv Natsionalnoi politsii Ukrainy : monohrafiia. Kharkiv : Fakt. 380 s. (in Ukrainian)

8. Sobchuk, L. M. (2003). Psykholohiia indyvidualnosti. Teoriia i praktyka psykholohodiahnostryky. [Psychology of individuality. Theory and practice of psychodiagnosics.] Kyiv : Nika-Tsentr. 624 s. (in Ukrainian)

9. Barrett, G. V., Miguel, R. F., Hurd, J. M., Lueke, S. B., Tan, J. A. (2003). Practical Issues in the Use of Personality Tests in Police Selection. *Public Personnel Management*, 4 (32), 360-377.

10. Cochaine, R.E., Tett, R., Vandecreek, L. (2003). Psychological Testing and the Selection of Police Officers. *A National Survey Criminal Justice and Behavior*, 30(5), 511-537. Retrieved from: <https://www.researchgate.net/publication/247743668>.

11. Costa, P. T., McCrae, R. R., & Kay, G. G. (1995). Persons, places, and personality: Career assessment using the revised NEO Personality Inventory. *Journal of Career Assessment*, 3, 123-139.

12. Dunnette, M.D., Borman, W.C. (1979). Personnel Selection and Classification Systems. *Annual Review of Psychology*, 1 (30), 477-525.

13. John, O.P., Naumann, L.P., Soto, C.J. L.A. Pervin (Eds.). (2008). Paradigm Shift to the Integrative Big-Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Conceptual Issues (pp. 114–158). New York: Guilford Press.

14. Jones, A., & Crandall, R. (1986). Validation of a short index of self-actualization. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12(1), 63–73. <https://doi.org/10.1177/0146167286121007>

15. Kincannon, I. (1968). Prediction of standart MMPI scale scores from 71 items: The Mini-Mult. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 32, 290-310.

16. Mayer, J. D., Salovey, P., (Eds.), Sluyter, D. (Eds.) (1997). What Is Emotional intelligence? Emotional development and emotional intelligence: Implications for education (pp. 3-31). New York: Basic Books

Summary

THEORETICAL-PSYCHOLOGICAL MODEL OF THE STUDY OF INDIVIDUAL PROPERTIES OF LAW ENFORCEMENT EMPLOYEES AND IT'S EFFECTIVENESS

Barko V. I. Doctor of Psychological sciences, Professor, Main Researcher, State Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine

Barko V. V. Doctor of Psychological sciences, Senior Researcher, State Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine

Smirnova O. M. candidate of psychological sciences,, associate professor; professor of the Chair of psychology and pedagogic of Odessa state university of internal affairs

Introduction. The article is devoted to the problems of studying and analyzing theoretical approaches to the study of individual and personal properties of law enforcement employees, in particular police officers, as well as to the development on this basis of an optimal model and an applied psychodiagnostic complex for practical use by psychologists of units of the National Police of Ukraine (NPU).

Purpose. The purpose of this article is to presents the theoretical basis for increasing the effectiveness of psychodiagnostic research in the NPU system, highlights the methodology of developing a set of methods for diagnosing the psychological fitness of a police officer for official activities, establishes the optimal psychodiagnostic complex for researching the individual and personal properties of police personnel and confirms its psychological effectiveness.

Methods. Statistical processing of the obtained empirical data was carried out using the standardized package of IBM SPSS Statistics 23.0 programs. The main research methods were: a) methods of analysis of scientific sources, b) psychological diagnostics, questionnaires and surveys, c) testing of National Police officers in order to obtain the results for men and women, expert evaluation (on the basis of the latter, the level of success of the police officer's professional activity was determined), d) statistical methods in order to determine the average results of testing (was carried out using the standardized package of IBM SPSS Statistics 23.0 programs). The quantitative indicator of the sample is representative (at a confidence level of probability of 0.95 with a theoretical statistical error of 0.05).

Originality. For the first time in the article was presented original scientific hypothesis, according to which the modeling of increasing the effectiveness of the psychodiagnostic study of the individuality of police officers should be based on the conceptual principles: a) the use of a single methodological approach to the psychological study of the individuality of a police officer; b) the use of the principles of systematicity, optimization, theories of integral individuality, traits and orthogonal models of personality, c) the application of scientifically based criteria and indicators of a person's psychological suitability for police activity.

Conclusion. It is shown that author's theoretical approach allowed to develop an optimal complex of psychodiagnostic methods which reflects the main individual and personal characteristics of police officers. The implementation of the optimal psychodiagnostic complex of adapted valid and reliable methods for the systematic psychodiagnostic study of the individuality of law enforcement officers make it possible to makes it possible to differentiate it according to the level of psychological readiness for activity and predict the success of their operational and official duties.

Key words: individual and personal properties; police officer; psychological suitability; psychological diagnostics; subjective questionnaires; intelligence; orientation; abilities; characterological features.

Концептуалізація – Барко В. І.

Методика – Смірнова О. М.

Формальний аналіз – Барко В. В.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 01.10.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 04.12.24

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ДИНАМІКА ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ЯК ПОКАЗНИК АДАПТАЦІЇ УКРАЇНСЬКИХ БІЖЕНЦІВ У КРАЇНАХ ЄВРОПИ

Василькевич Я. З. кандидат психологічних наук, доцент,
Університет Григорія Сковороди в Переяславі
<https://orcid.org/0000-0002-5946-3005>

Кікінежді О. М. доктор психологічних наук, професор,
Тернопільський національний педагогічний
університет імені Володимира Гнатюка
<https://orcid.org/0000-0002-9240-279X>

У статті проаналізовано особливості емоційного компоненту процесу адаптації вимушених українських мігрантів у країнах Європи. Подано результати емпіричного дослідження динаміки мобілізуючих та демобілізуючих компонентів психоемоційного стану українських біженців до та після повномасштабного вторгнення. Визначено особливості актуального емоційного стану та показника нервово-психічного благополуччя.

Ключові слова: адаптація; вимушена міграція; емоційний стан; мобілізуючі та демобілізуючі компоненти; показник нервово-психічного благополуччя.

Вступ. В умовах українсько-російської війни вимушене переміщення людей за кордон спричинило масштабну гуманітарну кризу та загострило проблему соціально-психологічної та культурної адаптації українських біженців. Близько 12 мільйонів осіб залишили свої домівки внаслідок військових дій з 24 лютого 2022 року. Людей, які виїхали за межі країни через війну, називають «біженцями», «переміщеними особами» або «вимушеними мігрантами», підкреслюючи цими термінами вимушеність ситуації.

Втрата домівки та звичності життя призводить до кризи ідентичності, як соціальної, так і особистісної. Вимушений мігрант – це лише одна з ідентичностей. У міжкультурному просторі така особа опиняється перед вибором між минулим і майбутнім, стабільністю та невизначеністю, провинною за невикористані можливості і стресом від невідомого, що вимагає додаткових психічних ресурсів для досягнення задовільного рівня адаптації.

Проблема кризи ідентичності українських біженців та їх адаптації до нового соціокультурного середовища у європейських країнах стосується психосоціальної підтримки вимушених мігрантів як однієї із найбільш вразливих категорій населення, збереження їх ментального (психічного, психологічного) здоров'я та відновлення зруйнованої

самооцінки, цілісної ідентичності. Як зазначає Т. Титаренко (2017), «травматизація, отримувана населенням країни в результаті прямої і непрямой участі в сучасній гібридній війні, проявляється насамперед у втраті почуття суб'єктивного благополуччя, що свідчить про суттєве зниження рівня психологічного здоров'я» (с. 8). Тому гостро затребуваним завданням є вивчення психоемоційних станів і психічного здоров'я українських вимушених мігрантів у процесі їх адаптації до нового соціокультурного середовища.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та емпірично дослідити динаміку мобілізуючих та демобілізуючих компонентів психоемоційного стану українських біженців до та після повномасштабного вторгнення.

Теоретичне підґрунтя. Проблема дослідження феномену вимушеного переселення розкриває переживання українських біженців і допомагає зрозуміти їхню адаптаційну поведінку. Складна життєва ситуація, в якій опинилися вимушені мігранти, тісно пов'язана із розумінням їх парадоксальних переживань, значущістю емоційно насичених явищ, психоемоційних станів, руйнацією життєвої структури загалом. Серйозність цих переживань залежить від соціальної структури приймаючої сторони, включаючи рівень

гомогенності, імміграційної політики та культурної дистанції.

У психологічній науці явище вимушеного переселення розглядається з позиції міждисциплінарного та соціокультурного підходів у взаємозв'язку з акультурацією, інкультурацією та соціалізацією (Berry, 1997; Marin, Balls-Organista, & Chung, 2001; Андрушко, 2021). Йдеться про явище акультурації як вплив акультураційного стресу на психологічний стан особистості, на її психічне здоров'я та психологічне благополуччя (Тарасюк, 2021; Титаренко, 2017). Це явище також відоме як культурний шок. Основними ознаками культурного шоку є: почуття неповноцінності через неспроможність адаптуватися до нових умов, усвідомлення культурних відмінностей, стрес від зусиль, необхідних для адаптації, та негативні емоції, що свідчать про емоційний дискомфорт (Furnham & Bochner, 1994).

Акультураційний стрес трактується як розбіжності між внутрішніми культуральними моделями та зовнішніми реаліями нової культури, що призводить до психічної дезорієнтації та емоційної нестабільності, втрати ідентичності та нездатності контролювати своє життя (Андрушко, 2021; Балабанова, 2017; Орбан-Лембрик, 2008). Механізми акультураційного стресу включають вивчення та управління емоційним досвідом для полегшення або ускладнення адаптації до нового соціокультурного середовища.

Складний взаємозв'язок між емоціями та культурою описується у межах психоеволюційної теорії, теорії оцінки та конструктивістської теорії. Як зазначають вчені, емоційний досвід змінюється разом зі зміною значень і цінностей, що підкреслює суб'єктивність емоцій. Різні культури приводять до формування різноманітних видів емоційної чутливості, які впливають на досвід емоцій у схожих ситуаціях. Емоції вважаються соціально сконструйованими патернами поведінки, які вивчаються через соціалізацію та слугують для регуляції поведінки у відповідних ситуаціях.

Емоції можна розглядати як запропоновану культурою систему реакцій та поведінки, обумовлену соціальною практикою. Вони є не просто результатом

ситуаційного пояснення, а й істотною складовою контексту. Емоції як культурний конструкт виступають об'єктивними соціальними феноменами. Вимушена міграція і проблеми прийняття нової культури можуть викликати стресові ситуації, які потребують додаткових психологічних ресурсів для адекватної адаптації. Реалістичні очікування вимушених мігрантів полегшують їх інтеграцію та психологічне здоров'я. У випадку негативної оцінки виникають ризики появи негативних психологічних ознак, таких як психосоматичні розлади і депресія (Гурт, & Василькевич, 2022).

Р. Пападопулос (2023) подає міждисциплінарний аналіз явища переміщення крізь призму психології, комплексного підходу до ідентичності біженців, що дало підстави означити зміст кластера переміщення у взаємозв'язку особистісної, інтрапсихічної та соціальної, колективної сутностей. Науковець пропонує новітні визначення й концептуальні моделі осмислення складних аспектів специфічного досвіду вимушених переселенців у епістемологічному рефреймінгу явищ переміщення і називає сукупний ефект цих психосоціальних процесів «токсичною амальгамою поліморфної трагічної безпорадності» (с. 139-140). Учений пропонує розрізняти поняття «стати жертвою обставин» і «сформувані ідентичність жертви», закликаючи до відновлення низки ідентичностей біженців з метою повернення їм гідності та відновлення людських прав. У контексті цього важливим є визначення автором динамічного характеру онтоекологічної невлаштованості людей як нормальної реакції на нетипові обставини, що значно підвищує суб'єктивність біженців (с. 211-215). У розширенні та осмисленні явища вимушеного переміщення учений пропонує новий синергетичний, евдемонічний підхід («синергетична терапевтична комплексність»), який містить психотерапевтичний ефект, спрямований на активізацію стійких ресурсів та реалізацію особистісного потенціалу вимушено переміщених осіб (с. 406- 411).

Т. Титаренко (2017) розглядає психологічне благополуччя у межах життєдіяльності та життєтворчості особистості. Учена визначає благополуччя як здатність до відповідальних змін життя та переживання непередбачуваних ситуацій, розвиваючи життєтворчі навички та гнучкість у ставленні до змін. Це передбачає переборення внутрішніх суперечностей і постійну особистісну трансформацію. Серед критеріїв оновлення психологічного здоров'я дослідниця враховує два параметри: індикатори психологічного здоров'я та сфери життєдіяльності особистості, які найбільше потерпають в умовах тривалої травматизації. На її думку, деструктивний вплив стресових факторів найбільше відчувають самоідентифікаційна, мотиваційна, самореалізаційна та комунікативні сфери.

Ефективна адаптація в міжкультурному контексті свідчить про здатність індивідів до інтеграції, комунікативної компетентності та управління стресом. Такі показники можуть визначати рівень культурального та особистісного благополуччя у новому середовищі (Savelyuk, Kikinezhdj, & Vasykhevych, 2023).

Отже, міжкультурний простір є багатим на емоції та взаємодії, а зміни в ньому викликають стрес, що вимагає адекватних стратегій адаптації. Адаптаційні ресурси аналізуються на когнітивно-особистісному рівні через базисні переконання та у контексті сенсожиттєвих орієнтацій особистості, що характеризує рівень міжкультурної адаптації, яка включає самопочуття, психоемоційні стани, інтеракції з культурними представниками, звичну поведінку і комунікативні навички.

Методи дослідження. В емпіричному дослідженні психоемоційні стани вимушено переміщених українців за кордоном діагностувалися за допомогою методики «СУПОС–8» для самооцінки мобілізуючих та демобілізуючих компонентів актуального психічного стану. Методика розроблена у Празькому інституті психіатрії доктором О. Мікшиком (Miksic, 1997). Ідея методу базується на уявленні про багатокомпонентність поточного психічного стану людини, у структурі якого в кожен

даний момент нерівнозначно представлені мобілізуючі та демобілізуючі начала єдиного акту психічної діяльності. Кожен із мобілізуючих та демобілізуючих компонентів описується серією прикметників (9 прикметників для кожного компонента).

Методика дозволяє виявити рівень психічної активності людини, ступінь астенизації, емоційного напруження і самоконтролю, прослідкувати динаміку цих показників та оцінити мобілізуючий ефект досліджуваного фактору. Ці завдання найбільш успішно вирішуються при аналізі зрушень станів, усереднених у групі досліджуваних. Основний показник – відсоткове вираження компонентів стану.

У нашому дослідженні анкета заповнювалася двічі: здійснювалася самооцінка психоемоційного стану українських біженців до та після повномасштабного вторгнення. Відповідно, предметом аналізу стали зсуви мобілізуючих та демобілізуючих компонентів у структурі психоемоційного стану досліджуваних.

Методика вибору кольорів М. Люшера (Зликов, Лукомська, & Федан, 2016) використана для диференційованої оцінки стану та діагностики ефективності саморегуляції. Тест застосовується для вивчення неусвідомлюваних проблем особистості, актуального стану, базових потреб і ступеня адаптованості досліджуваних. 8-колірний варіант тесту Люшера дозволив визначити коефіцієнт сумарного відхилення від аутогенної норми (АТ-норми) Вальнефера (Розов, 2024), який є мірою гармонійності та внутрішньої оптимальності нервово-психічного стану людини.

Результати і обговорення. Дослідження проводилося з вимушено переміщеними українцями у країнах Європи (Ірландія, Литва, Німеччина, Польща, Румунія). Для участі у дослідженні були залучені вимушені переселенці за кордоном у кількості 48 осіб (16 чоловіків і 22 жінки) різних вікових категорій.

З метою виявлення динаміки мобілізуючих та демобілізуючих компонентів психоемоційного стану українських біженців до та після

Питання психології

повномасштабного вторгнення було здійснено два зрізи самооцінки цих показників за методикою «СУПОС–8». Ці дослідницькі завдання вирішувались при аналізі зрушень станів, усереднених у групі досліджуваних.

Мобілізуючі компоненти стану:

Р – психічний спокій;

Е – відчуття сили та енергії;

А – прагнення до дії, активність;

О – імпульсивна реактивність.

Демобілізуючі компоненти стану:

Н – психічний неспокій;

U – страх, побоювання, осторога;

D – пригніченість, депресія;

S – засмученість (зажуреність), тужливість.

Основним показником за результатами методики «СУПОС–8» є відсоткове вираження компонентів психоемоційного стану. Достойнством методики є наочне зображення структури психоемоційного стану у вигляді графіка, нахил якого характеризує переважання у стані мобілізуючих або демобілізуючих компонентів. Динаміка структурних компонентів психоемоційного стану українських біженців до та після повномасштабного вторгнення зображена на рис. 1.

Прослідкувати динаміку структурних компонентів психоемоційного стану вимушених переселенців за кордоном можна за табл. 1.

Таблиця 1

Зіставлення компонентів психоемоційного стану українських біженців до та після повномасштабного вторгнення

| Процентні показники | Компоненти психоемоційного стану | | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------------|--------|-------|-------|--------------------------|-------|-------|-------|
| | Мобілізуючі компоненти | | | | Демобілізуючі компоненти | | | |
| | Р | Е | А | О | Н | U | D | S |
| до 24.02.2022 | 22,12 | 23,45 | 17,07 | 8,06 | 10,02 | 7,51 | 5,80 | 5,55 |
| після 24.02.2022 | 17,65 | 18,74 | 14,97 | 8,59 | 12,17 | 11,09 | 8,75 | 9,04 |
| Зсуви у структурі стану | - 4,47 | - 4,71 | - 2,1 | +0,53 | +2,15 | +3,58 | +2,95 | +3,49 |
| Рівень значущості (p) | 0,05 | 0,05 | | | | 0,05 | | 0,05 |

Примітка: Р – психічний спокій; Е – відчуття сили та енергії; А – прагнення до дії, активність; О – імпульсивна реактивність; Н – психічний неспокій; U – страх, побоювання, осторога; D – пригніченість, депресія; S – засмученість (зажуреність), тужливість.

Як видно із табл. 1, за результатами першого зрізу самооцінки психоемоційного стану (до повномасштабного вторгнення) мобілізуючі компоненти у структурі психічного стану виражені значно більше, ніж демобілізуючі, за виключенням 4-го компонента О (імпульсивна реактивність). За результатами другого зрізу самооцінки психоемоційного стану (після повномасштабного вторгнення) тенденція співвідношення мобілізуючих та демобілізуючих компонентів актуального психічного стану збереглася. Проте представленість мобілізуючих компонентів (окрім компонента О) понизилася, а демобілізуючих – підвищилася.

Аналіз зрушень у компонентній структурі стану досліджуваних виявив зниження ступеня представленості у психоемоційному стані біженців після повномасштабного вторгнення

мобілізуючих компонентів (за виключенням компонента О – імпульсивна реактивність). Значущими (на рівні $p < 0,05$) є відмінності за компонентами Р – психічний спокій (зсув = - 4,47) і Е – відчуття сили та енергії (зсув = - 4,71). Компонент А – прагнення до дії, активність знизився, але незначуще (зсув = - 2,1).

Відсоткове вираження 4-го мобілізуючого компонента О – імпульсивна реактивність незначуще підвищилося (зсув = +0,53).

Виявлено підвищення всіх демобілізуючих компонентів психоемоційного стану вимушених переселенців за кордоном. Значущими (на рівні $p < 0,05$) є відмінності за компонентами U – страх, побоювання, осторога (зсув = +3,58) та S – засмученість, тужливість (зсув = +3,49). Відсоткове вираження компонентів N – психічний

непокій (зсув = +2,15), D – пригніченість, депресія (зсув = +2,95) підвищилися незначуще.

Однак досвід використання методики виявив більш тісні кореляції компонента O (імпульсивна реактивність) з блоком демобілізуючих компонентів стану, а також

зростання імпульсивної реактивності разом із ростом психічної втоми, тому в цілому ряді випадків слід розглядати його саме як демобілізуючий компонент. Це дозволяє нам констатувати зростання демобілізуючих компонентів стану та спадання мобілізуючих.

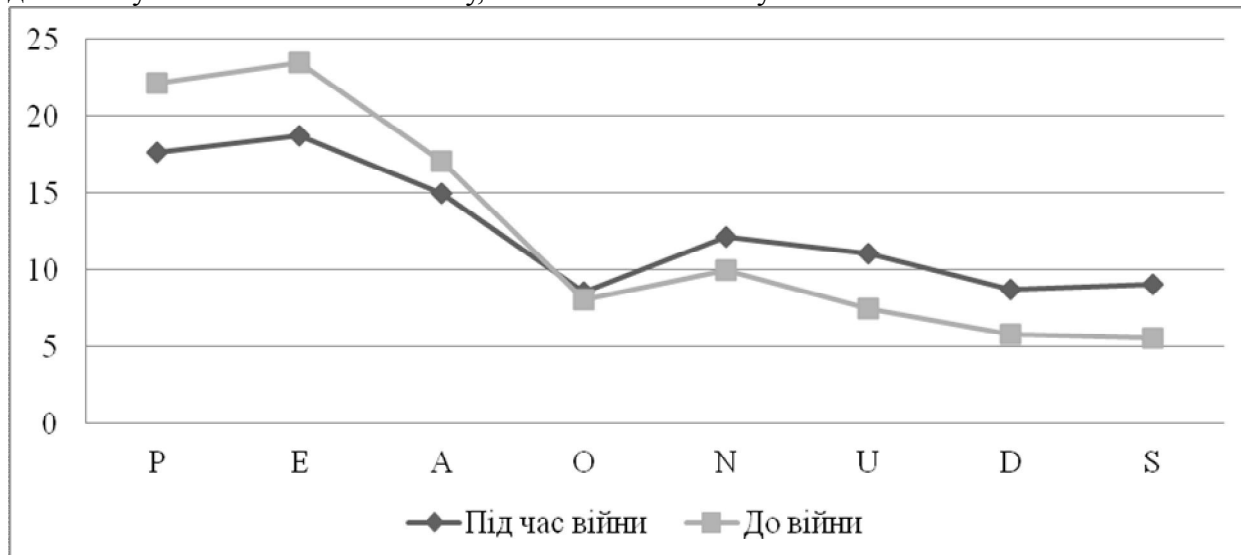


Рисунок 1. Динаміка структурних компонентів психоемоційного стану українських біженців до та після повномасштабного вторгнення.

Примітка: P – психічний спокій; E – відчуття сили та енергії; A – прагнення до дії, активність; O – імпульсивна реактивність; N – психічний непокій; U – страх, побоювання, осторога; D – пригніченість, депресія; S – засмученість (зажуреність), тужливість.

Крім цього, із ростом психічної втоми ступінь представленості в психічному стані мобілізуючих компонентів зменшується, а демобілізуючих – збільшується. Повномасштабне вторгнення РФ в Україну та вимушене переселення українців за кордон призвело до спадання мобілізуючих і зростання демобілізуючих компонентів у структурі їхнього стану, що дозволяє нам розцінити вимушену міграцію українців як несприятливий, демобілізуючий чинник.

8-колірний варіант тесту Люшера дозволив отримати характеристику емоційного стану, вільну від свідомого контролю досліджуваних. Метод призначений для вивчення актуального стану, базових потреб і ступеня адаптованості досліджуваних.

Вісім кольорів Люшера розміщувалися досліджуваними в порядку від найбільш приємного до найбільш неприємного. За результатами дослідження українських біженців отримано усереднені рейтингові оцінки кольорів та їхні рангові місця (табл. 2).

Як видно із табл. 2, найвищу усереднену рейтингову оцінку має колір 2 (зелений) – 2,21. На другому ранговому місці знаходиться колір 1 (синій) з великою різницею за рейтинговою оцінкою – 3,29, і на третьому – колір 4 (жовтий) з рейтинговою оцінкою 3,54. Велику різницю між рейтинговими оцінками виявлено між четвертим і п'ятим ранговим місцем, де знаходяться 5 (фіолетовий) з рейтинговою оцінкою 4,21 і 6 (коричневий) колір з рейтинговою оцінкою 5,46.

Таблиця 2.

Рейтингові оцінки кольорів вимушено переміщених осіб за кордоном

| | Кольори за Люшером | | | | | | | |
|---|--------------------|------|------|------|------|------|------|------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 0 |
| Σ | 3,29 | 2,21 | 5,54 | 3,54 | 4,21 | 5,46 | 6,08 | 5,75 |
| R | 2 | 1 | 6 | 3 | 4 | 5 | 8 | 7 |

Примітка: Σ - усереднена рейтингова оцінка, R – рангове місце.

Питання психології

Усереднені в групі досліджуваних українських біженців вибори кольорів за Люшером подано у табл. 3.

Явна, очевидна перевага у групі біженців надається 2 (зеленому) кольору, який символізує прагнення до самоствердження як базову психологічну потребу. Зелений колір відображає ригідно-інтровертні тенденції та потребу у відстоюванні власної позиції, оборонність, агресивність захисного характеру. Колір, який знаходиться на першому місці, визначає основний спосіб дії: прагнення до визнання, впевненості, захист, наполегливість.

Суб'єктивне ставлення до другого за рейтингом кольору (1– синій) також визначається як явна перевага. Цей колір символізує прагнення до задоволення та прив'язаності (мотив афіліації). Синій колір виявляє сензитивно-інтровертні властивості та потребу в глибокій прихильності (прив'язаності) як інструмент досягнення зовнішнього захисту, емоційного комфорту, спокою. Колір, який знаходиться на другому місці, визначає мету, до якої прагнуть досліджувані: прагнення до розуміння, згоди, співчуття, довіри.

Таблиця 3.

Усереднені вибори кольорів за Люшером у вибірці вимушено переміщених осіб за кордоном

| Рангові місця кольорів | | | | | | | |
|------------------------|---------|----------|--------------|--------------|------------|---------|----------|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 2 зелений | 1 синій | 4 жовтий | 5 фіолетовий | 6 коричневий | 3 червоний | 0 сірий | 7 чорний |

Основні кольори (1, 2, 3, 4) символізують базові потреби, тому вони в нормі та повній врівноваженості повинні знаходитися на перших місцях. Як видно із табл. 3, основний колір 3 (червоний) зміщений на шосту позицію, що свідчить про фрустрованість потреби в успіху та діяльності, яку він символізує, про фрустрованість прагнення до досягнення та боротьби, а також ініціативи. Червоний колір на цій позиції свідчить про втому та роздратування.

Тест Люшера дозволяє здійснити розрахунок коефіцієнта сумарного відхилення від аутогенної норми. АТ-норма Вальнефера (аутогенна норма: 3 4 2 5 1 6 0 7) – це вибір, який прийнятий в якості норми колірних переваг та інтерпретується як еталон-індикатор нервово-психічного благополуччя. Сумарне відхилення від

аутогенної норми Вальнефера – це сума відхилень позицій кольорів від оптимального вибору. Сумарне відхилення (СВ) є мірою гармонійності та внутрішньої оптимальності нервово-психічного стану людини.

Індивідуальні сумарні відхилення (СВ) досліджуваних українських біженців знаходяться у діапазоні від $\min=8$ до $\max=30$.

Аналіз розкиду індивідуальних значень показника СВ за стандартною 7-ми бальною шкалою (табл. 4) показав, що у вибірці досліджуваних біженців домінує середній рівень (4 бали) непродуктивної нервово-психічної напруженості (45,8%), з достатнім ресурсом фізичного та психічного здоров'я, який дозволяє їм впоратися зі своїми життєвими та професійними задачами.

Таблиця 4.

Розкид значень показників сумарного відхилення (СВ) від аутогенної норми за стандартною 7-ми бальною шкалою (у %)

| Стандартні бали | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
|-----------------|---|---|------|------|------|------|---|
| Значення СВ | - | - | 29,2 | 45,8 | 12,5 | 12,5 | - |

Незначна непродуктивна нервово-психічна напруженість (3 бали) визначена у 29,2% досліджуваних. Вона характеризується високо ресурсним станом, який дозволяє з легкістю долати стресові

ситуації та спрямовувати свою увагу на професійну активність.

Підвищений рівень непродуктивної нервово-психічної напруженості (5 балів) виявлено у 12,5% досліджуваних, загальний психоемоційний стан яких вирізняється

підвищеною збудженістю, тривожністю, невпевненістю.

Високий рівень (6 балів) прояву показника сумарного відхилення від аутогенної норми, який характеризується вираженою непродуктивною нервово-психічною напруженістю у вибірці біженців виявлено у 12,5% досліджуваних.

Відхилення від аутогенної норми збігається з підвищенням внутрішнього напруження і тривоги, зокрема, пов'язаної з незадоволеністю базових потреб, зі схильністю до сумнівів, невпевненості, страхів, з падінням динамічної енергії дії, зі складнощами перемикавання уваги.

Висновки. Аналіз динаміки емоційного стану українських біженців до і після повномасштабного вторгнення виявив зниження ступеня представленості мобілізуючих (психічний спокій; відчуття сили та енергії) та підвищення демобілізуючих компонентів (страх, побоювання, обережність, засмученість, тужливість). Це дозволяє нам розцінити вимушену міграцію українців як несприятливий, демобілізуючий чинник.

Аналіз рангування кольорів Люшера свідчить про втому та роздратування

українських біженців. У них діагностовано домінування прагнення до самоствердження та потреби у відстоюванні власної позиції; а також фрустрованість потреби в успіху і діяльності, та ініціативи.

За коефіцієнтом сумарного відхилення від аутогенної норми Вальнефера, як показником нервово-психічного благополуччя, визначено, що у вибірці досліджуваних біженців домінує середній рівень непродуктивної нервово-психічної напруженості. Він характеризується достатнім ресурсом фізичного та психічного здоров'я, який дозволяє мігрантам впоратися зі своїми життєвими та професійними задачами.

Ефективними та корисними для адаптації українських біженців у країнах Європи є такі форми соціальної підтримки: взаємини із членами приймаючого суспільства та участь у програмах культурального тренінгу, які дозволяють мігрантам отримати інформацію, розвинути певну сприйнятливість до культури приймаючої країни, вивчити системи комунікації, засвоїти локальні практики та традиції тощо.

Список використаних джерел

1. Андрушко, Я. С. (2021). Теоретичні основи вивчення акультурації як психологічного феномену. *Габітус*, 24(2), 9-13.
2. Балабанова, Л. М. (2017). Психологічні особливості рефлексії вимушених переселенців. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 22, 51-59.
3. Гурт, А. В., & Василькевич, Я. З. (2022). Особливості соціально-психологічної адаптації вимушених українських переселенців у країнах ЄС. *Перспективи розвитку сучасної психології: збірник наукових праць*, 11, 78-84.
4. Злишков, В. Л., Лукомська, С. О., & Федан, О. В. (2016). Психодіагностика особистості у кризових життєвих ситуаціях. Київ: Педагогічна думка.
5. Орбан-Лембрик, Л. Е. (2008). Вплив міграційних процесів на поведінкові прояви особистості. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*, 13(1), 3-15.
6. Пападопулос, Р. (2023). У чужому домі. Травма вимушеного переміщення: шлях до розуміння і одужання. Київ: Лабораторія.
7. Розов, В. І. (2024). Психологія екстремальних ситуацій: адаптивність до стресу та психологічне забезпечення : науково-практичний посібник. Київ: КНТ.
8. Тарасюк, І. В. (2021). Стратегії акультурації мігрантів у контексті міжкультурної взаємодії. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*, 13, 20-24.
9. Титаренко, Т. М. (Ред.). (2017). Способи підвищення соціально-адаптивних можливостей людини в умовах переживання наслідків травматичних подій: методичні рекомендації. Кропивницький: Імекс-ЛТД.
10. Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation and adaptation. *Applied psychology: An international review*, 46(1), 5-34.
11. Furnham, A., & Bochner, S. (1994). Culture Shock: Psychological reactions to unfamiliar environments. London & New York: Routledge.
12. Marin, G., Balls-Organista, P., & Chung, K. (2001). Acculturation. Washington, DC: APA Books.

13. Miksic, O. (1997). Investigation of the dynamic of immediate psychological states in the first Czechoslovak cosmonaut. *Czechoslovenska Psychology*, 23(1), 32–41.
14. Savelyuk, N., Kikinezhdi, O., & Vasylykevych, Ya. (2023). Psychological well-being of Ukrainian youth as a component of personal resource in conditions of uncertainty. In: *Quality of Life in Global and Local Contexts: Values, Innovation, and Multidisciplinary Dimensions: Monograph* (pp. 638–648). Opole: The Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole. https://www.wszia.opole.pl/wp-content/uploads/2024/01/Mono_Opole_2023-1.pdf

References

1. Andrushko, Ya. S. (2021). Teoretychni osnovy vyvchennia akulturatsii yak psikhologichnoho fenomena [Theoretical foundations of studying acculturation as a psychological phenomenon]. *Habitus*, 24(2), 9-13. (in Ukrainian)
2. Balabanova, L. M. (2017). Psikhologichni osoblyvosti refleksii vymushenykh pereselentsiv [Psychological features of reflection of forced migrants]. *Problemy ekstremalnoi ta kryzovoi psikhologii*, 22, 51-59. (in Ukrainian)
3. Hurt, A. V., & Vasylykevych, Ya. Z. (2022). Osoblyvosti sotsialno-psikhologichnoi adaptatsii vymushenykh ukrainskykh pereselentsiv u krainakh YeS [Features of socio-psychological adaptation of forced Ukrainian migrants in EU countries]. *Perspektyvy rozvytku suchasnoi psikhologii: zbirnyk naukovykh prats*, 11, 78-84. (in Ukrainian)
4. Zlyvkov, V. L., Lukomska, S. O., & Fedan, O. V. (2016). *Psikhodiahnostyka osobystosti u kryzovykh zhittevykh sytuatsiiakh* [Psychodiagnostics of personality in crisis life situations]. Kyiv: Pedahohichna dumka. (in Ukrainian)
5. Orban-Lembrik, L. E. (2008). Vplyv mihratsiinykh protsesiv na povedinkovi proiavy osobystosti [The impact of migration processes on behavior manifestations of personality]. *Zbirnyk naukovykh prats: filozofia, sotsiologhiia, psikhologhiia*, 13(1), 3–15. (in Ukrainian)
6. Papadopulos, R. (2023). *U chuzhomu domi. Travma vymushenoho peremishchennia: shliakh do rozuminnia i oduzhannia* [In a Foreign Home: The Trauma of Forced Displacement: A Path to Understanding and Recovery]. Kyiv: Laboratoriia. (in Ukrainian)
7. Rozov, V. I. (2024). *Psikhologhiia ekstremalnykh sytuatsii: adaptivnist do stresu ta psikhologichne zabezpechennia* [Psychology of Extreme Situations: Adaptation to Stress and Psychological Support]: nauково-praktychnyi posibnyk. Kyiv: KNT. (in Ukrainian)
8. Tarasiuk, I. V. (2021). Stratehii akulturatsii mihrantiv u konteksti mizhkulturnoi vzaiemodii [Acculturation strategies of migrants in the context of intercultural interaction]. *Naukovi zapysky Natsionalnoho universytetu "Ostroh Academy". Serii "Psikhologhiia"*, 13, 20–24. (in Ukrainian)
9. Tytarenko, T. M. (Red.). (2017). Sposoby pidvyshchennia sotsialno-adaptyvnykh mozhyvostei liudyny v umovakh Perezhyvannia naslidkiv travmatychnykh podii: metodychni rekomendatsii [Ways to Enhance Social-Adaptive Abilities of a Person in Conditions of Experiencing Traumatic Events: Methodical Recommendations]. Kropyvnytskyi: Imeks-LTD. (in Ukrainian)
10. Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation and adaptation. *Applied Psychology: An International Review*, 46(1), 5–34.
11. Furnham, A., & Bochner, S. (1994). *Culture Shock: Psychological reactions to unfamiliar environments*. London & New York: Routledge.
12. Marin, G., Balls-Organista, P., & Chung, K. (2001). *Acculturation*. Washington, DC: APA Books.
13. Miksic, O. (1997). Investigation of the dynamic of immediate psychological states in the first Czechoslovak cosmonaut. *Czechoslovenska Psychology*, 23(1), 32–41.
14. Savelyuk, N., Kikinezhdi, O., & Vasylykevych, Ya. (2023). Psychological well-being of Ukrainian youth as a component of personal resource in conditions of uncertainty. In: *Quality of Life in Global and Local Contexts: Values, Innovation, and Multidisciplinary Dimensions: Monograph* (pp. 638–648). Opole: The Academy of Applied Sciences – Academy of Management and Administration in Opole. https://www.wszia.opole.pl/wp-content/uploads/2024/01/Mono_Opole_2023-1.pdf

Summary

DYNAMICS OF EMOTIONAL STATES AS AN INDICATOR OF THE ADAPTATION OF UKRAINIAN REFUGEES IN EUROPEAN COUNTRIES

Vasylykevych Ya. Z. candidate of psychological sciences, associate professor, Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav
Kikinezhdi O. M. doctor of psychological sciences, professor, Ternopil Volodymyr Hnatiuk National Pedagogical University

Introduction. The war in Ukraine has been a factor that triggered large-scale migration processes and determined the dynamics of the psycho-emotional states and mental health of Ukrainian displaced persons.

Forced migration has highlighted the issues of social-psychological and cultural adaptation of Ukrainian refugees abroad. In the encounter between two cultures, migrants face significant life changes that are perceived as stressful and require additional mental resources to achieve a satisfactory level of adaptation. Therefore, studying the emotional component of the adaptation process of forced migrants in a new sociocultural environment is becoming an important task.

Purpose: *To theoretically substantiate and empirically investigate the dynamics of mobilizing and demobilizing components of the psycho-emotional state of Ukrainian refugees before and after the full-scale invasion.*

Methods. *The psycho-emotional states of displaced Ukrainians abroad were diagnosed using the "SUPOS-8" methodology for self-assessment of mobilizing and demobilizing components of the current mental state. The M. Luscher color choice method was used for a differentiated assessment of emotional state and diagnosis of self-regulation effectiveness. The procedure of ranking Luscher's eight colors allowed for the calculation of the coefficient of total deviation from the autogenic norm.*

Originality. *The article analyzes the peculiarities of the emotional component of the adaptation process of forced Ukrainian migrants in European countries. The results of an empirical study on the dynamics of mobilizing and demobilizing components of the psycho-emotional state of Ukrainian refugees before and after the full-scale invasion are presented. The analysis of shifts in the component structure of the subjects' states revealed a decrease in the representation of mobilizing components (mental calm, feeling of strength and energy) and an increase in demobilizing components (fear, apprehension, caution, sadness, melancholy) in the psycho-emotional state of refugees. Analysis of Luscher's color ranking indicates fatigue and irritation among Ukrainian refugees. They have been diagnosed with a tendency towards assertiveness and the need to defend their position, frustration with the need for success and activity, as well as initiative. According to Valneider's coefficient of total deviation from the autogenic norm, it is determined that among the sample of studied refugees, a medium level of unproductive neuro-psychic stress dominates. It is characterized by sufficient resources for physical and mental health, enabling migrants to cope with their life and professional tasks.*

Conclusion. *Transitioning from one cultural context to another involves significant changes that cause stress and require the activation of effective adaptation tools. Among these, processes for evaluating and managing emotional experiences are particularly important. Adaptation to a new sociocultural environment is manifested in the ability to manage cultural stress, communicate appropriately with people from the host culture, establish satisfactory interpersonal relationships with them, engage positively in work activities, and achieve conditions of psychological well-being.*

Keywords: *adaptation; forced migration; emotional state; mobilizing and demobilizing components; indicator of neuro-psychological well-being.*

Концептуалізація – Кікінежді О. М.

Методика – Василькевич Я. З.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 22.12.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 19.01.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

КРЕАТИВНІ АСПЕКТИ ІНФОРМАЦІЙНОЇ ВІЙНИ: АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ ОПЕРАЦІЙ СУПРОТИВНИКА

Власюк В. І. аспірант кафедри психології,
Уманський державний педагогічний
університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0009-0008-1888-973X>

Це перша частина блоку з двох статей під спільною назвою, присвячених креативним аспектам інформаційної війни. У даній статті розглядаються психологічні особливості інформаційної війни Росії проти України, вивчаються застосовувані агресором стратегії, засоби та методи її ведення. Автор аналізує кожен з трьох визначених напрямків російських психологічних операцій, приділяючи основну увагу нестандартним креативним прийомам, задля подальшої розробки ефективних методів контрінформаційної боротьби.

Ключові слова: інформаційна війна; психологічні операції; пропаганда; маніпуляція; методи психологічного впливу; дезінформація.

*«У сучасній війні, де 90% агресії становить саме інформаційна руйнація...,
вже не потрібно витратити зайві гроші на бомби,
не потрібно бомбити міста, - достатньо розбомбити мізки»
(Оксана Забужко)*

Вступ. Війна Росії проти України різко змінила пріоритети в різних сферах українського суспільного життя, що торкнулося й психології. Її завдання, напрями й тематика досліджень сьогодні не можуть стояти осторонь захисту України, її культури й науки, збереження самого існування нації. Психологія відіграє ключову роль у протидії психологічним операціям Росії в її інформаційній війні проти України.

Сьогодні роль інформаційної складової у війні зросла як ніколи. Американський генерал-лейтенант Кеннет А. Мініхан, будучи директором Агентства національної безпеки (АНБ) «поставив захист нації від кібератак і відбиття нападу за допомогою інформаційної війни на один рівень із захистом нації від ядерної атаки» (Martin C. Libicki, 2007, с. 38). Тому увага до цього віртуального фронту така ж потрібна, як і увага до реального фронту на полі бою.

Інформаційна війна, на відміну від війни як збройного зіткнення, націленого на фізичне знищення ворога і захоплення територій, є роботою з інформацією: її здобуванням чи маніпулюванням нею задля отримання переваги над ворогом. Що опосередковано веде до тих же наслідків, що й військові дії. Інформаційна війна – «це вплив на населення іншої країни...та захист громадян власної країни від такого впливу»

(Р. В. Пилипчук, 2011). Отже, інформаційну війну в частині її орієнтованості можна розділити на три великих групи:

- 1) внутрішньо орієнтована інформаційна війна, розрахована на власну аудиторію;
- 2) зовнішньо орієнтована інформаційна війна, націлена на супротивника;
- 3) зовнішньо орієнтована інформаційна війна, націлена на решту світу.

Орієнтованість інформаційної війни диктує її завдання, методи ведення та використовуваний інструментарій.

1) Завдання інформаційної війни, орієнтованої на внутрішню аудиторію, – захист своїх громадян від інформаційного впливу супротивника, а також власний вплив на них. Це може бути як протистояння ворожій дезінформації й психологічна підтримка населення, так і стимулювання агресії з «вживленням» переконання у вищості власного народу і розлюдненням супротивника аж до рівня «нижчої раси». Класичним зразком останнього є нацистська пропаганда Третього Рейху. Хоча сьогоднішня російська пропаганда де в чому вже переверщує геббельсівську.

2) Завдання зовнішньо орієнтованої інформаційної війни, націленої на супротивника, варіюють від маніпуляції свідомістю мас і втручання в соціальне й політичне життя до прямого завдання шкоди

економіці, фінансовим, управлінським та військовим інститутам супротивника.

3) Завдання зовнішньо орієнтованої інформаційної війни, націленої на решту світу, – як мінімум, утримати світову спільноту від підтримки супротивника, а, як максимум, зробити своїм союзником. З цією метою «зовнішніх спостерігачів» дезінформують, створюючи в їхніх очах власний позитивний імідж і демонізуючи супротивника.

Теоретичне підґрунтя. Відповідно до використовуваних методів та інструментарію, існують кілька різновидів інформаційних воєн. Професор Мартін К. Лібіцькі, консультант Міністерства юстиції США, Агентства передових оборонних дослідницьких проєктів (DARPA) та Федерального бюро розслідувань (Martin C. Libicki, 1995, с. 2), пропонує таку їх сучасну таксономію:

- командно-штабна війна [C2W];
- війна на основі розвідки [IBW];
- радіоелектронна боротьба [РЕБ];
- психологічні операції [PSYOPS];
- хакерська війна - програмні атаки на інформаційні системи;
- інформаційно-економічна війна (ІЕВ) - війна за контроль над торгівлею інформацією;
- кібервійна [боротьба у віртуальному просторі].

Слід зауважити, що в умовах наростання ймовірності третьої світової проблема інформаційної війни з розряду кабінетних досліджень перетворюється на важливу для виживання людства тему, що лежить на межі науки й моралі, а присвячені їй дослідження все більше починають характеризувати не лише професіоналізм, а й етичну позицію дослідника.

Дослідження в цій галузі впродовж останніх трьох-чотирьох років досить показові. Деякі дослідники займають демонстративно нейтральну позицію: Крістофер Кінглер, наприклад (Kingler, Christopher, 2021), не розділяючи правих і винуватих, розглядає інформаційну війну лише як різновид маніпуляції свідомістю мас, від якої пересічному громадянину треба просто вміти захищатись. Інші дослідники не приховують своєї стурбованості створеною

Росією ситуацією. Тімоті Клак (Clack Timothy, Johnson Robert (eds.), 2021) пропонує глибоке дослідження різних аспектів цієї теми, значне місце приділяючи масштабній інформаційній війні Росії, до якої Захід виявився не готовим і зараз перебуває в захисній позиції. Ніна Янкович (Nina Jankowicz, 2020) у книзі під красномовною назвою «Як програти інформаційну війну: Росія, фейкові новини та майбутнє конфлікту» детально аналізує використовувані Росією інформаційні методи, які значно підвищили ефективність її збройних операцій, наводячи, в числі інших, приклад анексії Криму. Яніс Чакарс (Chakars Janis, 2022) розглядає небезпечну ескалацію інформаційних операцій Росії в країнах Балтії впродовж останніх років.

Нарешті, є й ті, хто не вважає винуватицею Росію. Так, наприклад, Глен Дізен (Glenn Diesen, 2022) у своєму дослідженні від 2022 (!) року перекладає провину за ситуацію на США та інші країни Заходу (які, мовляв, і спровокували війну, бо їм була вигідна конфронтація з Росією), в числі винуватців також... Україна (яка, мовляв, втягує світ у свою війну). Така позиція, схоже, може мати причинами лише два варіанти: повна наївність з невмінням аналізувати факти або ж повністю свідомо заангажованість шанованого пана професора Глена Дізена.

Метою статті є аналіз інформаційної війни Росії проти України для подальшого пошуку можливостей контрінформаційної боротьби. Завдання публікації: огляд особливостей психологічних операцій в рамках інформаційної війни Росії проти України; аналіз основних методів психологічного впливу, застосовуваних Росією в її інформаційній війні.

Методи дослідження. Контент-аналіз, систематизація, структурування та узагальнення отриманих результатів.

Результати та обговорення. У цій статті ми зосередимось на четвертому пункті даного переліку – психологічних операціях. Бурхливий розвиток технологій привів до грандіозних змін в частині інструментарію інформаційної війни. З'явилися нові можливості, нові методи й нові інструменти впливу: телебачення, інтернет, ігрова

індустрія, поширення фейкових відео матеріалів, в тому числі створених за допомогою штучного інтелекту, тощо. Все це активно використовується нашим ворогом, а дещо з цього повинно бути задіяно також і нами для контрінформаційної боротьби.

Аналізуючи всі три вище описані можливі напрямки інформаційної війни Росії проти України, можна виокремити такі їхні особливості:

1) В ході внутрішньо орієнтованої інформаційної війни російські громадяни зомбуються ідеями ненависті до України, як наслідок – переважна більшість російського суспільства підтримує війну. Це полегшує владі нові мобілізації та забезпечує громадянську підтримку будь-яких своїх дій. «Роззомбування» російського населення зменшило б підтримку ним своєї влади і врешті полегшило б Україні її спротив агресії.

2) Зовнішньо орієнтована інформаційна війна Росії, націлена на українську аудиторію, великою мірою втратила свою дієвість після масованих ракетних обстрілів українських міст і жаху, творимого росіянами на окупованих територіях. Тих же наших громадян, яких не переконали ракети, слова вже не переконують (що підтверджують «ждуни» Маріуполя й Авдіївки). Але це не означає, що в цій частині контрінформаційна війна не потрібна. Просто її акценти зміщуються на інше: а) запобігання ворожій дезінформації; б) психологічна підтримка наших громадян; в) донесення правди про реальну ситуацію тим категоріям населення, які досі з різних причин погано її знають.

3) Щодо зовнішньо орієнтованої інформаційної війни Росії, націленої на позаукраїнську частину світової спільноти, зразу ж кидаються у вічі відмінності між сучасною Росією і фашистською Німеччиною. Якщо німецьких наци їхній імідж у світі якоюсь мірою хвилював лише на початку війни, змушуючи підшукувати виправдання своїм діям чи фальсифікувати їх причини («захист пригніченої німецької меншості в чеській Сілезії» чи «вимушена відповідь Польщі за її напад на німецьку радіостанцію в Гляйвіці»), то з часом цей мотив став мало важливим для німецької пропаганди – акцент відкрито робився на

праві сильного, на місії «арійської раси» встановлювати «новий порядок» у світі. Для Росії ж позитивне сприйняття її світом досі важливе. Впродовж дуже довгого часу Росія презентувала себе світу як унікальну цивілізацію – «русский мир», як країну з надзвичайно талановитим і співчутливим народом. Як виявилось, цей пропагандистський підхід став одним з найдієвіших і найкорисніших для агресора.

Розглянемо основні методи психологічного впливу, застосовувані Росією в її інформаційній війні проти України.

1) *Внутрішньо орієнтована російська пропаганда* полегшується тим, що ґрунт для неї культивувався здавна. Імперська налаштованість народу з фіксованістю на територіальній величчї й агресивності держави століттями була універсальним замінником свободи, достатку, розвитку, безпеки... Інтроєкція з переживанням зовнішнього для особистості як внутрішнього, суб'єктивного у формі відчуття себе чимсь єдиним з «найбільшою в світі державою, яку всі бояться» надавало сенсу життю будь-якого нікчеми, сприяючи його самоповазі. Цей притаманний росіянам своєрідний «комплекс території» слугує для них свого роду наркотиком, коли «зовнішня механічна експансія створює психологічну ілюзію розширення внутрішнього ментального простору, зовнішнє арифметичне розширення відчувається як внутрішній духовний ріст» (Alter Ego (Василь Власюк), 2020). Тому розпад імперії з втратою територій сприймався як особистісна травма, як розпад Я-образу. В цих умовах ідея воскресіння СРСР 2.0 в колишніх кордонах була приречена на повальну підтримку російського населення, а небажання України повертатися до нового «Союзу нерушимого» сприймалось як посягання на те, що надає сенс життю росіянина. Що закономірно викликало його гнів і ненависть.

Однак, військова окупація чужих територій в наш час вже не сприймається так спокійно, як в часи Середньовіччя, та ще й входить у когнітивний дисонанс з постійно поширюваною серед власного населення тезою про «росіян – найбільш мирний і співчутливий народ у світі, який в 1945

врятував світ від фашистської окупації». Пропаганда допомагає вирішити цю проблему вмиканням різного виду психологічних захистів особистості (Анна Freud, 1992, с. 44), які нейтралізують загрози для Я-образу інформацію трьома класичними способами: відторгненням, витісненням з рівня свідомості або деформацією. Актуалізуються *раціоналізація* («мы просто возвращаем свои несправедливо отторгнутые территории», «на Украине велся геноцид русскоязычного населения, мы вынуждены были вмешаться»), *заперечення* («это не война, а точечная СВО, мирное население не страдает»), *раціоналізація+проєкція* («если бы мы этого не сделали, Украина напала бы на нас») і т.д. Неусвідомлювані психологічні захисти поєднуються зі свідомими копінг-стратегіями уникнення, близькими до психологічного захисту *регресія* («А что мы можем сделать? – от нас ничего не зависит»)...

Російська внутрішньо орієнтована пропаганда застосовує різні стратегії впливу:

- Напростиша з них – **прямолінійна брехня по ТБ** про «СВО, которая идет по плану, сопровождаемая лишь санитарными потерями», «геноцид укронацистами своих русскоязычных граждан» тощо.

Телепропагандою активно використовується також **метод розлюдження українців**:

- Один з варіантів розлюдження – **демонізація українців** через приписування їм звіроподібної поведінки: славнозвісний «распятый мальчик в трусиках» чи «расстрел азовцами-нацистами своих же граждан, пытавшихся выйти из осажденного Мариуполя».

- Інший варіант розлюдження – **примітивізація українців** через придумування анекдотів і фейків, які демонструють їх «розумову неповноцінність» («чего же вы хотите от существ, которые пишут в учебниках, что они выкопали Черное море?»). Тим самим українці ставляться на долгодський щабель розвитку, через що, за задумом, їх буде не жаль.

Вище перелічені методи діють в основному на старше покоління, схильне беззаперечно вірити телебаченню й

ностальгувати за СРСР. До людей більш молодих вікових груп застосовуються креативніші підходи. Один з них можна було б назвати **«стратегією віртуального програмування»**. Молодь (люди призовного віку, найбільш цікаві пропаганді) телевізору не дуже довіряє, пропагандистські телешоу не дивиться, а від реальності часто ховається у «віртуальних світах» – фентезі, фантастиці, комп'ютерних іграх.

- Один з варіантів **стратегії віртуального програмування** підстерігає молодих у вигляді сучасної російської «фантастики», густо насиченої вплетеними в канву сюжету негідниками й нелюдами, що населяють придумані віртуальні світи, в яких легко вгадуються алюзії на українські реалії й українські публічні особи. Темним світам протистоять «території світла», в яких вгадується сучасна Росія (Що не так з російською фантастикою та фентезі? Пропаганда в російській літературі, 2024). А так звані «попаданці», найбільш поширені персонажі російської фантастики, перенісшись у радянське минуле, пояснюють Сталіну небезпеку існування України, ліквідують «агента українських націоналістів і американських спецслужб Хрущова» і час від часу повертаються в сучасність, де на стареньких СУ-27 знищують десятки «Абрамсів» і «Фантомів». Є й прості, без усяких там алюзій витвори «бойової фантастики» від російських майстрів пера й кинджала з красномовними назвами «Украина в крови. Бандеровский геноцид», «Поле боя — Украина. Сломанный трезубец» і т.д. Ім'я їм – легіон.

- Інший варіант стратегії – **ігрове програмування** реалізується через комп'ютерні ігри. Як повідомив російському інформаційному агентству «Новости» у квітні 2024 р. керівник російської Асоціації розвитку відеоігрової розробки Василь Овчинников, вже за рік може з'явитися комп'ютерна гра за мотивами спеціальної військової операції (СВО). У зв'язку з цим зовсім не випадковим бачиться те, що незадовго до цього, як сповіщає це ж джерело, «Путин поручил правительству рассмотреть вопрос об организации в России производства портативных игровых приставок и консолей».

Зрозуміло, що всі ці віртуальні технології, особливо якщо зроблені вони не без таланту, легко й без спротиву осядуть у підсвідомості російського читача чи геймера, формуючи потрібну телепропаганді особистість. Не слід також забувати, який вплив справляє ілюзія присутності в ігрових світах, де віртуальність може плутатись з реальністю. Саме російські фанати рольових ігор, такі як військовий злочинець Ігор Гіркін (Стрелков), першими започаткували російське вторгнення в Україну (а до цього Гіркін у 2013 р. був на зльоті реконструкторів, який називався «Даёшь Киев!»). Ставши самозваним «міністром оборони ДНР», Гіркін призначив своїм заступником на цій посаді Федора Березіна – автора фентезійного роману «Война 2010. Украинский фронт. Красные звёзды над Майданом».

- Широко застосовується стратегія *«апеляція до авторитету»*. В телевізорі з'являються політичні особи чи цитати з преси, що підтримують Росію та жахають світ «українським нацизмом». Найчастіше це маргінальні особи й жовта преса. Хоча особи й видання можуть бути і відомими, що зазвичай буває наслідком зовнішньо направленої російської пропаганди, а іноді й російського фінансування.

- Варіант цієї стратегії – *«вислови на тему війни релігійних авторитетів»*, включно з храмовими проповідями, де церковники презентують себе провідниками найвищого авторитету – Бога. Дієвий метод, враховуючи кількість релігійних чи квазірелігійних людей в Росії, а також те, що російські церковники в більшості своїй куруються відповідними спецслужбами.

- Ще один різновид цієї стратегії – *«цитуювання висловів знаменитих людей про Росію й росіян»*. В Мережі можна знайти цитати різних авторів – від Ломоносова до Муссоліні й Кіану Рівза, що захоплюються добротою росіян, їх тягою до справедливості, величчю духу, стійкістю й благородством. В основному це орієнтовано на внутрішню аудиторію, оскільки українці після Бучі й Бородянки дещо своєрідно сприймають російську «доброту й благородство». Але на деяку частину людей решти світу ця агітка подіє, тож буде частиною *зовнішньо*

орієнтованих психологічних операцій. Незважаючи на слова того ж Муссоліні, що росіяни краще за всіх вміють приписувати красиві фрази про себе зарубіжним політикам.

- Більш креативний варіант цієї ж стратегії – *«посилання на езотериків»*, тобто різного роду екстрасенсів, нумерологів, провидців... Цей варіант примітний тим, що паранормальними явищами цікавиться навіть багато хто з прихильників наукових методів пізнання світу, не кажучи вже про забобонних обивателів. А в переломні стресогенні моменти історії, подібні до сьогоденного, їх число зростає. Таким чином охоплюються ще й ті верстви населення, на які релігійні авторитети й фейки з телевізора не діють. Технологія така: беруться відомі й розпірені постаті з цієї сфери (Вольф Мессінг, Нострадамус, Ванга, американська пророчиця Джин Діксон, яка начебто консультувала американських президентів і передбачила ряд терактів і політичних убивств), а далі в інтернеті поширюються їхні прогнози краху Заходу і небаченого розквіту Росії («которая наконец-то воссоединит три славянских народа»). Чи дійсно ці персони таке говорили не має особливого значення, оскільки цю інформацію, як правило, ніхто не намагається перевірити – вмикається так званий «ефект Джин Діксон» (термін математика Джона Аллена Полуза), коли кілька вірних і гучних прогнозів створюють «провидцю» репутацію, після чого люди сліпо довіряють йому, ігноруючи промахи. Такого роду психологічні стратегії можуть впливати і на зарубіжну аудиторію, включно з українською.

2) *Психологічні операції Росії, орієнтовані на українську аудиторію*, як було сказано вище, втратили свою ефективність в частині презентації себе «братами - визволителями», Крім того, проти росіян тут часто грає їхня власна зарозумілість, яка породжує недооцінку українців. Нерозуміння української ментальності – взагалі слабке місце російської пропаганди. Так, після жахів Бучі, перетворених на щєбінь українських міст і щоденних повітряних тривог українцям «не заїде» пропагандистська теза про те, що це США з Зеленським женуть їх на війну, бо вони з власного досвіду знають, що саме

російський агресор змушує їх воювати, щоб захистити свій дім і своїх дітей. Інший приклад такої ж примітивної пропаганди прослідковується при використанні тем нацизму й антисемітизму: буквально поряд можуть стояти взаємовиключні тези: «вы, украинцы – нацисты» і звертання до тих же українців в стилі нацистських листівок а-ля Гімлер: «Посмотрите на состав вашего правительства! Вами управляют пейсатые, они стравили два наших братских славянских народа!». Ще один приклад нерозуміння ментальності українців – насмішки над їх Президентом («этот ваш клоун...») в надії, що це буде їх глибоко ранили й деморалізувати. Але українці не сакралізують владу, як росіяни: Президент для них – просто тимчасово найнятий менеджер, тому очікуваної реакції не стається.

Але російська пропаганда все ще досить дієва як інструмент дезінформації, сіяння зневіри, паніки й підриву єдності

українського суспільства. В YouTube та інших соцмережах публікуються **провокуючі зневіру й паніку повідомлення** про «моральное разложение и панические настроения ВСУ», «террор ТЦК против украинской молодежи», «нарушение прав украинцев их коррумпированной властью»... Російські користувачі зі своїм «комплексом старшого брата» в онлайн спілкуванні з українцями **часто намагаються домінувати**. В термінах трансактного аналізу (Типи трансакцій, 22.02.2016) це описується (як звертання з субособистості Батько до субособистості Дитина. Це може бути або неприкрита **трансакція Б→Дт з прибудовою зверху** (рис. 1), або **спроба маніпуляції**, де на соціальному рівні – звертання Д→Д, а на психологічному – приховане звертання Б→Дт з очікуванням паралельної трансакції, тобто з намаганням викликати почуття вини і змусити опонента виправдовуватись (рис. 2).

та Байдена, яким ця війна й потрібна,

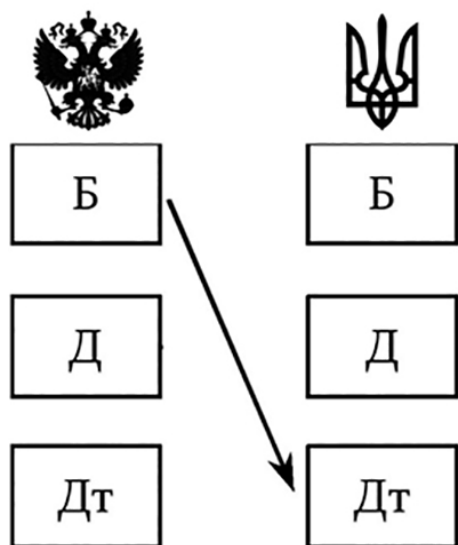


Рис. 1

• Росіянами широко практикується такий застосований ще гітлерівцями метод, як **«використання в пропаганді зрадників»**, а також нова технологія **«фейкові українці»**.

Зрадники – це не тільки «ждуни», що розказують про «радість і процвітання, принесені Росією на окуповані території», а й такі, як колишня ведуча медведчуківського NewsOne Діана Панченко, яка зараз з Москви розказує «моїм дорогим українцям», що даремно вони послушалися Зеленського

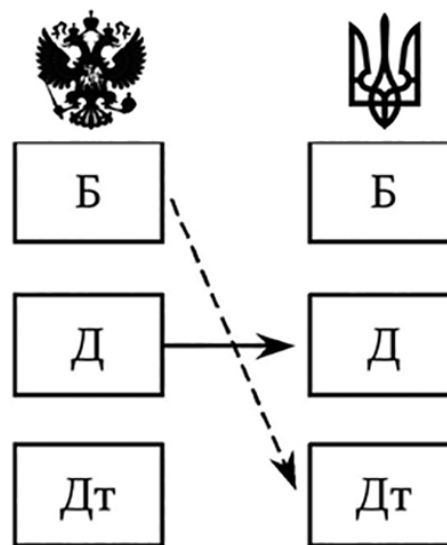


Рис. 2

замість того, щоб «обрати мир» (читай капітулювати) ще у лютому 2022 і зберегти мільйон життів (істота має до двох мільйонів підписників і тисячі вдячних коментарів, в тому числі від українців).

Технологія **«фейкові українці»** завдячує своїй появі інтернету: в Мережі онлайн, з'являється людина, що представляється українцем і починає розповідати про утиски, яких зазнала до врятування з «нацистської України», про переслідування російськомовних, терор заляканого

«нацистами» населення, розстріли й тортури тощо. Такі квазіукраїнці часто «проколюються» на дрібницях: іноді достатньо запитати у квазікіянина, які станції метро не є підземними чи хто зображений на 20-ти гривневій купюрі – Савченко чи Тимошенко (реальний епізод з чат-рулетки).

3) *Зовнішньо орієнтовані психологічні операції, націлені на світову спільноту*, проводились Росією здавна. Звідси кафедри русистики по всьому світу, звідси ж загальнопоширений мем про «загадочну русскую душу» тощо. Практика довела дієвість цього пропагандистського підходу: сьогодні, коли Росія перетворює нашу землю на випалений місячний ландшафт, множачи число жертв при масовій радісній підтримці власного населення, безліч людей по всьому світу стикаються з когнітивним дисонансом, будучи не здатними поєднати ці факти з десятиліттями пропагованим міфом про «страну великих писателів, поетів, композиторів, культурний центр планети, давший миру...». А враховуючи те, що сьогодні Росія вливає в пропаганду мільярди доларів, використовуючи найсучасніші технології, не дивно, що багато не тільки обивателів, а й ерудованих інтелектуалів планети не можуть змиритись з суворою правдою за принципом «цього не може бути, тому що цього не може бути ніколи» (Чехов. Лист до вченого сусіда читати текст, 2024). Результат – байдужість до української трагедії певного відсотка населення деяких країн, підтримка агресора певним відсотком населення інших країн, зволікання з військовою допомогою нам, яке вже коштувало Україні тисяч смертей. Що і потрібно було агресору. Все це робить протидію Росії в цій частині її інформаційного впливу одним з найважливіших напрямів контрінформаційної війни.

Основним методом психологічного впливу Росії на світову спільноту лишаються фейки, маніпуляція з фактами та провокації.

• **Технологічні фейки** – метод, породжений новітніми технологіями. Це аудіо підробки, відеоінсценування, відеомонтажі з обрізкою і вставкою фрагментів, з підміною оригінального аудіосупроводу словами цієї ж особи щодо зовсім іншого...

• Останнім часом для створення дипфейків (фальшивих відео) **активно використовується штучний інтелект**: за допомогою нейромереж анімується обличчя людини та імітується її голос.

• Широко застосовуються **маніпуляції з фактами**, наприклад: «**маніпуляції з історією**»; «**переведення стрілок**» (приписування власних злочинів противнику: «ВСУ сами обстрілювали свої міста, щоб підставити Росію»); «**провокативні операції**» а-ля «Рязанський сахар» з влаштуванням кривавих акцій проти власного населення і звинуваченням у них противника (можливо, теракт в «Крокусі» – якраз з розряду таких).

• Ще один з методів впливу на світову спільноту започаткований ще в СРСР і названий Сталіним «**використанням корисних ідіотів**». Суть його була у безкоштовному використанні задурених радянською ідеологією іноземців для пропаганди «ідей комунізму», на що у свій час купилися навіть такі люди, як Бернард Шоу. Зараз такі ж методи використовує РФ. Благо, максималістів і ліваків невдоволених застійною, на їхню думку, атмосферою буржуазного суспільства і захоплених екстремальними методами «ощасливлення людства», вистачає. Раніше такі захоплювались Сталіним і Мао, зараз захоплюються Путіним.

• Різновид цієї стратегії – **пропаганда через підконтрольні РФ релігійні організації** типу церкви Московського Патріархату в Україні, де місце корисних ідіотів займають бездумно довірливі до своїх псевдопастирів парафіяни.

• Дуже ефективною є **пропаганда методами мистецтва** (література, поезія, пісенно-музична творчість, живопис, плакат, театр, ігрові фільми тощо). Таким шляхом пропагандистські ідеї потрапляють в мозок адресата на частково неусвідомлюваному рівні з емоційним підкріпленням, оминаючи критичне мислення. Сюди ж віднесемо і сьогоднішні виступи за кордоном російських виконавців, які з позиції «мы вне политики» пропагують у світі «ценности великой русской культуры».

Висновки. Були проаналізовані матеріали з літератури та з інтернет джерел, дотичні до теми інформаційної війни, розглянуті основні методи російських

Питання психології

психологічних операцій проти України. Психологічна війна Росії проти України ведеться по трьом основним напрямкам, кожен з яких має свої особливості. Ворогом використовуються як класичні, так і нові, засновані на новітніх технологіях методи її ведення, а також креативні підходи, які підвищують ефективність інформаційного впливу.

Інформаційна війна – одна з найважливіших складових сучасної повномасштабної війни і тому протидія їй потребує особливої уваги. Для дієвої контрінформаційної боротьби, в числі

іншого, повинні бути проаналізовані основні напрями й методи, застосовувані в цій війні агресором, все це повинно бути враховано і творчо перероблено для розробки ефективних методів боротьби з психологічними операціями агресора.

Це лише деякі основні стратегії російської пропаганди, які дозволила розглянути обмежена жорсткими рамками стаття. У наступній статті планується на основі даного аналізу розглянути деякі креативні методи контрінформаційної боротьби.

Список використаних джерел

1. Р. В. Пилипчук. (2011). Інформаційна війна // Енциклопедія Сучасної України [Електронний ресурс] / Редкол. : І. М. Дзюба, А. І. Жуковський, М. Г. Железняк [та ін.] ; НАН України, НТШ. – Київ: Інститут енциклопедичних досліджень НАН України. <https://esu.com.ua/article-12460> (дата звернення - 28.11).
2. Типи трансакцій. (22.02.2016). <https://studfile.net/preview/5454979/page:7/> (дата звернення - 28.11.2024).
3. Чехов. Лист до вченого сусіда читати текст. (2024). <https://bigbro.com.ua/chehov-list-do-vchenogo-susida-chitati-tekst/> (дата звернення - 27.11.2024).
4. Що не так з російською фантастикою та фентезі? Пропаганда в російській літературі. (2024). <https://www.youtube.com/watch?v=IncD02R1RmE> (дата звернення - 28.11.2024).
5. Alter Ego (Василь Власюк). (2020). Тріада «загадкової російської душі». Частина 3, <https://site.ua/vasiliy.vlasyuk/triada-zagadkovoyi-rosiiskoyi-dusi-castina-3-iyoeqj1> (дата звернення - 26.11.2024).
6. Anna Freud. (1992). The Ego and the Mechanisms of Defence (revised edition), KARNAC BOOKS, London.
7. Chakars Janis. (2022). Information Wars in the Baltic States: Russia's Long Shadow. Palgrave Macmillan.
8. Clack Timothy (2021). The World Information War: Western Resilience, Campaigning, and Cognitive Effects. Routledge.
9. Glenn Diesen. (2022). The Think Tank Racket: Managing the Information War with Russia Clarity Press, Inc.
10. Kingler, Christopher. (2021). The Art of Psychological Warfare. Discover How to Defend Yourself from Manipulation and Learn Dark Techniques to Misdlead, Intimidate, Demoralise and Influen.
11. Martin C. Libicki. (2007). Conquest in Cyberspace: National Security and Information., Cambridge University Press.
12. Martin C. Libicki, Senior Fellow. (Number 28, May 1995). What Is Information Warfare? Strategic Forum. https://web.archive.org/web/20170829010416/http://www.dodccrp.org/files/Libicki_What_Is.pdf (дата звернення - 28.11.2024).
13. Nina Jankowicz. (2020). How to Lose the Information War: Russia, Fake News, and the Future of Conflict. I.B. Tauris, london, New York, Oxford, New Delhi, Sydney.

References

1. R. V. Pylypchuk. (2011). Informatsiina viina [Information warfare] // Entsyklopediia Suchasnoi Ukrainy [Elektronnyi resurs] / Redkol. : I. M. Dziuba, A. I. Zhukovskiy, M. H. Zhelezniak [ta in.] ; NAN Ukrainy, NTSh. – Kyiv: Instytut entsyklopedychnykh doslidzhen NAN Ukrainy. <https://esu.com.ua/article-12460> (data zvernennia - 28.11). (in Ukrainian)
2. Typy transaktsii [Transaction types]. (22.02.2016). <https://studfile.net/preview/5454979/page:7/> (data zvernennia - 28.11.2024). (in Ukrainian)
3. Chekhov. Lyst do vchenoho susida [Letter to a learned neighbor] chytaty tekst. (2024). <https://bigbro.com.ua/chehov-list-do-vchenogo-susida-chitati-tekst/> (data zvernennia - 27.11.2024). (in Ukrainian)

4. Shcho ne tak z rosiiskoiu fantastykoiu ta fentezi? Propahanda v rosiiskii literaturi [What's wrong with Russian science fiction and fantasy? Propaganda in Russian literature]. (2024). <https://www.youtube.com/watch?v=IncD02R1RmE> (data zvernennia - 28.11.2024). (in Ukrainian)
5. Alter Ego (Vasyl Vlasiuk). (2020). Triada «zahadkovoï rosiiskoi dushi». Chastyna 3 [The Triad of the “Mysterious Russian Soul.” Part 3], <https://site.ua/vasiliy.vlasyuk/triada-zagadkovoyi-rosiiskoyi-dusi-castina-3-iyoeqi1> (data zvernennia - 26.11.2024). (in Ukrainian)
6. Anna Freud. (1992). The Ego and the Mechanisms of Defence (revised edition), KARNAC BOOKS, London.
7. Chakars Janis. (2022). Information Wars in the Baltic States: Russia’s Long Shadow. Palgrave Macmillan.
8. Clack Timothy (2021). The World Information War: Western Resilience, Campaigning, and Cognitive Effects. Routledge.
9. Glenn Diesen. (2022). The Think Tank Racket: Managing the Information War with Russia Clarity Press, Inc.
10. Kingler, Christopher. (2021). The Art of Psychological Warfare. Discover How to Defend Yourself from Manipulation and Learn Dark Techniques to Mislead, Intimidate, Demoralise and Influen.
11. Martin C. Libicki. (2007). Conquest in Cyberspace: National Security and Information., Cambridge University Press.
12. Martin C. Libicki, Senior Fellow. (Number 28, May 1995). What Is Information Warfare? Strategic Forum. https://web.archive.org/web/20170829010416/http://www.dodccrp.org/files/Libicki_What_Is.pdf (data zvernennia - 28.11.2024).
13. Nina Jankowicz. (2020). How to Lose the Information War: Russia, Fake News, and the Future of Conflict. I.B. Tauris, london, New York, Oxford, New Delhi, Sydney.

Summary

CREATIVE ASPECTS OF INFORMATION WARFARE: ANALYSIS OF ENEMY PSYCHOLOGICAL OPERATIONS

*Vlasyuk V. Postgraduate Student at the
Department of Psychology, Pavlo Tychyna
Uman State Pedagogical University*

Introduction. Russia's war against Ukraine has radically changed priorities in various spheres of public life, which has also affected psychology, which now has no right to stand aside from the defence of Ukraine, the preservation of its culture, science and the very existence of the nation. Psychology plays a key role in countering Russia's psychological operations. Today, the role of the information component in war is greater than ever, so attention to the information front is no less important than to the real front on the battlefield. To effectively counter the enemy's information warfare, it is necessary to study its information and psychological weapons. To this end, the methods and tools used by Russia in this war are analysed.

Purpose. The analysis of Russia's information war against Ukraine in order to further search for opportunities for counter-information struggle.

Methods – content-analysis, systematisation, structuring and generalisation of the results.

Originality. In the information war with Russia, Ukraine has been in a weaker position from the very beginning due to its lower financial capabilities and less developed network of information influence. This imbalance can only be compensated for by asymmetric methods - flexible, creative approaches, impacting the pain points of enemy propaganda and using the enemy's strength and strategies against it. Combined with psychological professionalism, this will allow us to develop effective methods of counterinformation warfare.

Conclusion. Information warfare is one of the most important components of modern full-scale warfare, and therefore countering it requires special attention. For an effective counter-information struggle, among other things, the main directions and methods used in this war by the aggressor must be analysed, all of which must be taken into account and creatively processed to develop effective methods of combating the aggressor's psychological operations.

Keywords: information warfare; psychological operations; propaganda; manipulation; methods of psychological influence; disinformation.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 03.01.25

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

A CONCEPTUAL FRAMEWORK FOR MILITARY CRISIS DECISION-MAKING: THEORETICAL AND METHODOLOGICAL FOUNDATIONS

*Voloshyna V. V. Dr. in Psychology, Professor,
Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University
<http://orcid.org/0000-0002-4372-5824>*

*Rudnytskyi A. V. post-graduate student,
Mykhailo Dragomanov Ukrainian State University
<https://orcid.org/0009-0003-4789-1218>*

The article analyses theoretical and empirical scientific sources on resilience, attention control and stress management to develop a system for training military personnel to make decisions in crisis situations. The proposed researcher-designed conceptual framework for training military personnel to make decisions in crisis situations has been developed to have a modular architecture that ensures both a rapid response to the crisis and the development of long-term resilience. The use of VR simulations enhances the effect of experiential learning and increases situational awareness without the need for lengthy field training, which has received positive feedback from experts in military psychology.

Keywords: *decision-making; military personnel; crisis management; cognitive resilience; military training system; virtual reality; stress management; adaptability.*

Introduction. In operational settings, military decision-making involves a combination of exacerbated uncertainties, time limitations, and high stakes outcomes. The significance of these choices goes beyond achieving instant mission success in order to effectively carry out life preservation and strategic goals (Carrie et al., 2023; Sekel et al., 2023). Recent developments in behavioural neuroscience and cognitive psychology have uncovered complex connections between stress and cognitive function, especially in domains that are essential for military decision-making, such as working memory capacity, attention allocation, and analytical judgement (Sarmiento et al., 2024). The distinctive cognitive and psychological demands placed on military personnel during crisis situations, which significantly differ from civilian decision-making contexts, necessitate specialised theoretical frameworks and methodological approaches (Sekel et al., 2023; Vartanian et al., 2022).

The empirical research on decision-making includes a variety of models, including rational choice theory-based and bounded rationality (BR) models. However, these models have limited relevance in military crisis situations, when decision-making is characterised by high time constraint, insufficient knowledge, and life-threatening repercussions (Keith, 2019; Wang et al., 2022). While naturalistic decision-

making models, notably the Recognition-Primed Decision (RPD) framework, provide more relevant insights into quick, experience-based choice processes (Sadler-Smith, 2023), they have three major limitations:

(1) insufficient integration with military-specific methodological frameworks.

(2) limited examination of current combat complexity.

(3) inadequate focus on the function of technological augmentation in decision support.

The *purpose* of the study is to analyse the theoretical and methodological sources and provide a best practices-based researcher-designed conceptual framework that combines theoretical insights and practical implementations to cover the loopholes in studied military decision-making models aiming at improving cognitive resilience and operational efficacy in high-stress military environments while being empirically based and practically applicable. The objectives of this research are to (1) conduct a systematic exploration of key theoretical perspectives on decision-making under crisis conditions, (2) analyse documented cases of military decision-making to identify patterns of resilience and adaptation, and (3) develop a preliminary framework based on these findings. Experts will subsequently evaluate the framework's robustness, operational application, and

possible incorporation into military training and decision-support systems.

Research Methodology and Design. The methodology follows a multi-stage process designed to ensure the framework’s theoretical soundness and practical relevance which includes:

1. *Systematic Review of Literature:* It provided the theoretical foundation for the researcher-designed framework through comprehensive analysis of military psychology and decision science literature. The review was to identify theories and studies on cognitive mechanisms that underpin resilience, attention

control, and stress management, integrating these insights to form the basis of the framework’s theoretical model (Carrie et al., 2023; Phillips-Wren & Adya, 2020).

The literature search strategy employed a systematic approach across multiple specialised databases: a) Primary databases: PsycINFO, Military and Government Collection, Web of Science;

b) Secondary databases: EBSCO Military Database, Defense Technical Information Center (DTIC); c) Supplementary source: Google Scholar. The search strategy utilised three categories of search terms (see Table 1):

Table 1.

Search Terms Divided into Categories and Operators

| Primary Terms | Secondary Terms | Search Operators |
|----------------------------|------------------------|---|
| “Military decision-making” | “Cognitive resilience” | Boolean operators (AND/OR) |
| “Crisis response” | “Mental toughness” | Proximity operators |
| “Combat psychology” | “Decision fatigue” | Truncation symbols for variant word forms |
| “Tactical decision-making” | Stress management” | |
| “Battlefield stress” | “Attention control” | |

To maintain scientific integrity, the systematic review adhered to the PRISMA protocol (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses). The selection and interpretation method included independent assessment utilising an updated CASP Systematic Review checklist by two subject matter experts (Doctor and Ph.D. holders in Psychology), which was supposed to improve the reliability of the source selection and analysis processes. The inclusion criteria were as follows: cognitive resilience, attention regulation, and stress management in crisis decision-making. The examined and shortlisted literature consisted of two primary categories: a) theoretical works (2000–2015) on naturalistic decision-making and constrained rationality; b) recent empirical research (2015–2024) on cognitive resilience, attention regulation, and stress management.

3. *Analysis of Documented Crisis Scenarios:* Analysing real-world military crisis decision-making cases revealed patterns in cognitive resilience and adaptive responses, which were to be incorporated into the researcher-designed framework to ensure its practical utility (Vartanian et al., 2022; Wang et al., 2022).

2. *Qualitative Analysis of Expert Interviews:* Expert interviews were to be conducted to obtain the feedback and evaluate

the researcher developed framework for its robustness, relevance, and potential for operational integration. The interviews which were administered to 5 people coming from different military branches (army, navy, air force and special forces) with crisis experience in combat operations, peacekeeping missions, disaster response, and counter-terrorism. The interviewed people were using the assessment criteria which included theoretical soundness (evidence base, logical consistency), practical applicability (ease of implementation, resource needs), and operational relevance (mission alignment, adaptability). Findings from these interviews were to inform the framework’s practical dimensions, especially the resilience strategies used by military personnel in crisis (Sarmiento et al., 2024; Sekel et al., 2023).

This design synthesised theoretical insights with operational strategies, creating a a concept of a comprehensive framework aimed at advancing both academic knowledge and practical protocols for cognitive resilience in military crises.

Results and Discussion. The key findings of this study align with our research objectives, examining theoretical perspectives, documented decision-making cases, and the development and expert evaluation of our conceptual framework.

Systematic Literature Review

The systematic review yielded important findings that contributed to the development of a conceptual framework for decision-making training among military personnel in crisis situations. The review retrieved a total of 425 sources from the above-mentioned databases. Initial stage searches found 190 articles from PsycINFO, 125 articles from Military and Government Collection, and 85 sources from Web of Science. Additional 15 studies were yielded from the EBSCO Military Database and Defense Technical Information Center (DTIC), and 10 more relevant articles sourced were drawn from Google Scholar. After applying inclusion criteria of cognitive resilience, attention control, and stress management in crisis decision-making, 82 articles were shortlisted for closer analysis.

Following a detailed evaluation, 16 studies were selected as relevant and were incorporated into the framework's theoretical foundation and empirical findings on cognitive mechanisms. These included 7 theoretical studies detailing core decision-making models, including naturalistic decision-making and bounded rationality, and 9 empirical studies investigating resilience, attention control, and stress management, which could provide the practical and cognitive elements of the framework. The findings drawn from the above sources were divided into theoretical insights and empirical findings on cognitive mechanisms that underpin resilience, attention control, and stress management.

Theoretical Findings

The review found theoretical models that highlighted how crucial cognitive resilience and flexibility were in high-stress environments. The military psychology literature, particularly work by Carrie et al. (2023), emphasised two critical factors: maintaining situational awareness and processing information quickly when faced with uncertainty. Decision scientific theories, especially naturalistic decision-making (NDM), have offered fundamental insights into how persons make intuitive judgements in dynamic, high-pressure situations (Gore et al., 2018). Furthermore, limited rationality theories were important, implying that cognitive limits in crises require adaptive and heuristic-based decision techniques (Viale, 2020). Together, these ideas were used as a theoretical background for creating a framework that relies on flexibility, fast appraisal of available information, and adaptive

actions in situations when time and information are restricted.

Findings Drawn from Studies on Cognitive Mechanisms

The review's empirical investigations focused on cognitive mechanisms that enable resilience, attention regulation, and stress management, all of which are crucial for good crisis decision-making. Research on cognitive resilience has highlighted the relevance of mental toughness and adaptable thinking, with results demonstrating that these characteristics promote decision consistency and flexibility under stress. The studies that highlight the attention control have shown that competent decision-makers in high-stress circumstances may selectively focus on pertinent information while filtering out distractions, improving situational awareness and crucial assessment accuracy (Phillips-Wren & Adya, 2020). Furthermore, stress management emerged as an important component, with research indicating that resilience training, such as stress inoculation and biofeedback, might reduce cognitive overload and increase performance under pressure. Emotional regulation approaches, such as mindfulness, have been found to improve resilience by lowering physiological stress reactions, which can impair cognitive function (O'Connor et al., 2023). These empirical findings supported the framework's fundamental components of stress management, attention control, and resilience-building processes. Overall, the findings supported the importance for a modular strategy that incorporates various cognitive systems, which supports the framework's emphasis on both immediate crisis decision-making and long-term cognitive resilience.

Results Drawn from the Analysis of Documented Crisis Scenarios

The examination of real-world military crises revealed critical patterns in cognitive resilience and adaptive responses. These best practices were included into the framework to improve its practical usability and relevance for making decisions under extreme stress. Each scenario used fast situational evaluation, selective attention control, and flexible strategy adaptations in the face of ambiguity and altering threat environments. Table 2 summarises open source military crisis scenarios.

Table 2.

Open Source Military Crisis Scenarios and Decision-Making Challenges Requiring Cognitive Resilience and Adaptability (based on the open sources such as Military Sphere: <https://militarysphere.com/operation-gothic-serpent/>; Modern War Institute, Small Wars Journal: <https://smallwarsjournal.com/author/the-modern-war-institute/>; Bowden, 1999; Bright, 2007;).

| Scenario | Year | Location | Key Decision-Making Challenges | Cognitive Resilience & Adaptive Skills Required |
|--------------------------|-----------|--------------------------------|---|---|
| Operation Gothic Serpent | 1993 | Somalia (Battle of Mogadishu) | Complex decision-making during urban combat, the requirement for fast adaptability, and resilience within deteriorating circumstances | Quick situational evaluation, adaptability under quickly changing settings, and improvisation during stressful situations |
| Operation Red Wings | 2005 | Afghanistan | Tactical adjustments are necessary following team compromise, prioritising ethical decision-making and adaptability under fire. | Ethical judgement, quick tactical readjusting, and cognitive flexibility under urgent threat |
| Falklands War | 1982 | Falkland Islands (Goose Green) | Adapting to fortified enemy positions despite logistical restrictions and limited support | Resilience in resource-limited settings, inventive problem-solving, and the capacity to overcome logistical difficulties |
| Siege of Sangin | 2006–2010 | Afghanistan | Constant engagement with Taliban forces necessitates ongoing adaptive decision-making under shifting dynamics and stress. | Long-term resilience, real-time tactical changes, flexibility to shifting local challenges, and shortages of resources |
| Battle of Marawi | 2017 | Philippines (Marawi) | Coordination in urban battle with insurgents requires fast adaptability and great resilience under heavy resource pressure. | Coordination, fast situational adaptation, and resilience in sustained high-pressure battle |

The examination of military crisis scenarios, presented in Table 1, showed persistent patterns of cognitive resilience and adaptation, which are crucial for decision-making in high-stress military settings. Each instance illustrated the importance of quick situational awareness, selective attention, and adaptable plan revisions for efficiently responding to changing threats and operational problems. For example, in Operation Gothic Serpent (1993), forces fighting in intensive urban warfare had to swiftly adjust to deteriorating conditions, review the situation, and improvise to deal with the high-stress environment (Bowden 1999). Similarly, Operation Red Wings (2005) proved the importance of both tactical adjustment and ethical judgement in the face of imminent hazards resulting from a compromised position (Bright, 2007). The Falkland Islands War (1982) forced forces to adapt to entrenched enemy positions with limited supplies, demonstrating the need of resilience, resourcefulness, and innovative problem-solving. The Siege of Sangin (2006–2010)

necessitated continuous adaptive decision-making as local dynamics and resources changed, emphasising long-term resilience and the capacity to adjust strategies in real-time. Finally, the Battle of Marawi (2017) required soldiers to adapt quickly and be resilient in the face of limited resources and high-pressure urban battle settings (Small Wars Journal, 2023). These scenarios demonstrated the practical value of incorporating adaptability and resilience-focused components into the researcher-designed framework, allowing military personnel to respond flexibly and resiliently to complex, high-stress emergencies.

A Conceptual Framework for Training Military Personnel in Crisis Decision-Making Settings

This framework was developed to address the third study objective, as well as crucial gaps in military decision-making models, by offering a modular, empirically based structure that blends cognitive resilience with practical application in high-stress environments. This approach intends to address present

shortcomings in the currently used and reviewed instructional methods by combining cutting-edge technology, best psychology practices, and flexible learning architectures to increase military decision-making effectiveness. This conceptual framework, which incorporates virtual reality technology such as NeuroTrainer

(www.neurotrainer.com/), takes a novel approach to military training by providing real-time cognitive resilience assessments, dynamic scenario adjustments, and a seamless blend of ethical decision-making within tactical operations.

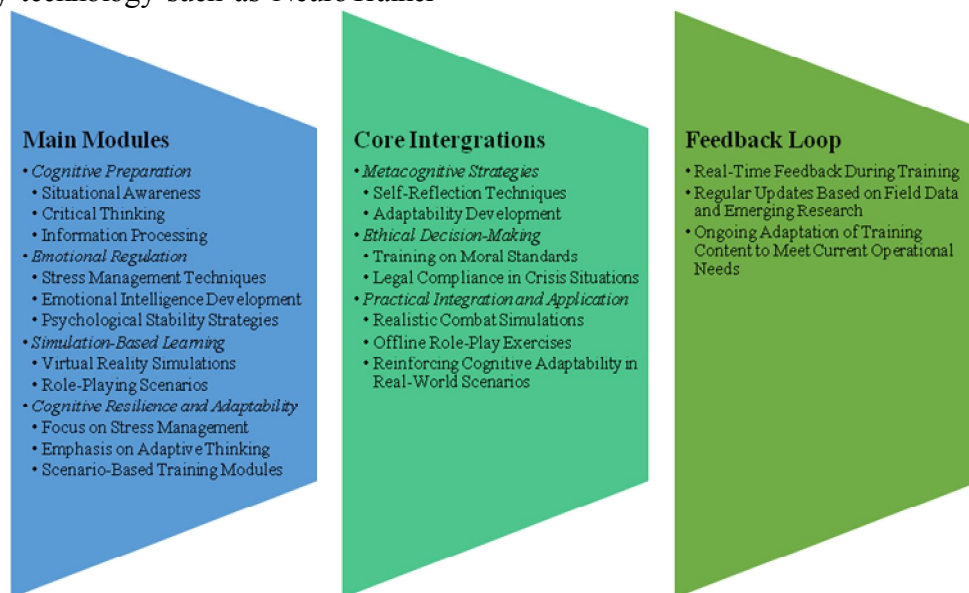


Figure 1. Visualised Conceptual Framework for Training Military Personnel in Crisis Decision-Making

Figure 1 depicts the framework's three essential components: major modules, core integrations, and a feedback loop. These components operate together to improve both immediate decision-making abilities and long-term cognitive growth. This structure aligns directly with the study's objectives by systematically synthesising theoretical perspectives and documented case analysis into a robust training model that can be evaluated and refined through expert validation.

Modular Cognitive and Psychological Components: Each module focusses on key abilities for making resilient decisions in crisis situations. Cognitive preparation emphasises situational awareness, critical thinking, and quick information processing, all of which are essential for making good decisions in uncertain and dynamic environments (Keith, 2019; Bolstad et al., 2014). Emotional regulation techniques increase psychological stability under strain by utilising adaptive learning to promote resilience in high-stress situations (Sekel et al., 2023). Furthermore, simulation-based learning combines virtual reality and role-playing to generate realistic crisis scenarios that require staff to practise decision-making in real time,

promoting adaptation in complicated, high-pressure circumstances.

Focus on Cognitive Resilience and Adaptability: Compared to conventional frameworks, the presented framework encourages cognitive resilience through modules that include stress management, adaptive thinking, and dynamic scenario changes. Real-time feedback from VR simulations and scenario-based training provide ongoing customisation, ensuring that training routes are matched to individual needs. This emphasis on adaptation guarantees that military personnel maintain cognitive flexibility and operational success in rapidly changing environments (Bourke, 2022; Waldeck et al., 2021).

Boost of Metacognitive and Ethical Training: Incorporating metacognitive and ethical training enhances self-awareness by allowing military personnel to examine and transform their decision-making processes in response to situational demands. This self-assessment is critical for making robust, flexible judgements in crisis circumstances. Ethical decision-making modules guarantee that activities adhere to moral and legal norms, which is critical in high-risk situations when ethical judgement has a direct influence on mission

success and team safety (Kirchschlaeger, 2023). The researcher-designed framework's approach relies on tactical and ethical rigour.

Practical Integration and Application: Realistic (offline) combat simulations are to strengthen all previously learnt abilities, closing the gap between academic understanding and real execution. Offline role-playing exercises allow personnel to use cognitive and ethical concepts in stressful situations, which strengthens cognitive adaptation and resilience. This real-world application component is critical for training staff to respond successfully to actual situations.

Continuous Feedback and Improvement: This component combines continuing data from field experiences and developing research, ensuring that training remains relevant to current operational demands. The framework remains a dynamic, changing resource that adjusts to both individual performance and larger field changes, allowing for the continuing improvement of military decision-making training.

Results Drawn from the Qualitative Analysis of Expert Feedback

The qualitative analysis of expert feedback, obtained from five military professionals showed that the overall opinion of the experts was positive, affirming that the framework successfully integrates theoretical insights with real-world crisis demands. Theoretical soundness received high scores across the board, with experts noting the framework's strong evidence base and logical consistency. One expert from the special forces branch highlighted that the integration of resilience strategies was "...logically structured and aligned with current military psychology research..." particularly regarding cognitive resilience and stress management. In terms of practical applicability, the experts appreciated the modular structure and the use of virtual reality (VR) simulations, which allow personnel to develop decision-making skills in a realistic, adaptive training environment. A navy expert with disaster response experience mentioned that the VR component "...promotes experiential learning and improves situational awareness without resource-intensive field training..." Another expert emphasised that the ethical decision-making modules are particularly beneficial in preparing personnel to navigate morally complex situations, thus enhancing the framework's applicability. With regard to the operational

relevance, the experts found the framework well-aligned with mission requirements, emphasising its adaptability to various crisis scenarios, from urban combat to humanitarian missions. A counter-terrorism expert noted that the adaptability component "...equips personnel with mental flexibility needed in unpredictable environments..." and recommended its integration into joint training operations for its potential to standardise resilience training across branches. These insights affirmed the framework as a novel model that combines theoretical insights with cutting-edge training techniques, setting a new benchmark in military decision-making preparation.

Thus, the study revealed key insights that served as the foundation for the creation of the conceptual framework described above. The similar trends seen throughout the scenarios demonstrated the need of cognitive resilience and adaptive decision-making abilities for workers working in high-stress, fast changing workplaces. Whether dealing with the intense urban combat circumstances associated with Operation Gothic Serpent, the immediate threats of Operation Red Wings, or the lengthy, resource-constrained engagements of the Siege of Sangin, military decision-makers had the ability to react quickly to situational changes, make flexible strategic adjustments, and maintain resilience. By grounding the framework's practical components in the lessons learned from these documented cases, the researchers ensured that the final product would effectively prepare military personnel to respond adaptively and resiliently to the complex challenges of crisis operations. This evidence-based approach and experts' judgements strengthened the framework's real-world applicability and relevance for enhancing cognitive performance under extreme conditions.

Conclusion. The findings obtained from the systematic review contributed to developing a conceptual framework for instructing military people to make decisions in the settings of crisis circumstances. By combining theoretical models and empirical data, the framework highlights three crucial cognitive mechanisms for effective crisis decision-making: resilience, attention regulation, and stress management. This best practices-based approach addresses the cognitive demands placed on military decision-makers in high-stress circumstances, emphasising the importance of quick information processing and

flexible methods. The framework's modular architecture enables both quick crisis response and long-term resilience building, increasing its practical relevance for real-world applications. Feedback from military experts revealed that the proposed framework was consistent with the recent developments in military psychology, notably in cognitive resilience and ethical decision-making. The use of virtual reality simulations encourages experience learning and improves situational awareness without requiring

lengthy field training. Military professionals stated that the suggested framework was consistent with recent advancements in military psychology, specifically in cognitive resilience, attention control, and stress management in crisis decision-making. Further research is needed to determine the framework's feasibility in various military settings, as well as to examine additional cognitive training components that may improve decision-making abilities under pressure.

References

1. Bolstad, C. A., Endsley, M. R., & Cuevas, H. M. (2014). A theoretically based approach to cognitive readiness and situation awareness assessment. In H. O'Neil, R. Perez, & E. Baker, (eds), *Teaching and Measuring Cognitive Readiness* (pp. 161–177). Springer. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-7579-8_9
2. Bourke, J. (2022). The bullet-proof mind: Resilience and warfighters in the US Marine Corps. In J. Bourke, R. M. Schott (eds), *Resilience* (pp. 101–122). Palgrave Macmillan. https://doi.org/10.1007/978-3-031-13367-1_5
3. Bowden, M. (1999). *Black Hawk Down: A Story of Modern War*. Reader's Library. <https://readerslibrary.org/wp-content/uploads/Black-Hawk-Down.pdf>
4. Bright, J. M. (2007). *Operational seam: the command and control of conventional and special operations forces*. Naval War College. <https://apps.dtic.mil/sti/pdfs/ADA476433.pdf>
5. Carrie, R., Salwei, M. E., Militello, L. G., Weinger, M. B., Burden, A. R., Sushereba, C. E., Torsher, L. C., Andreae, M. H., Gaba, D. M., McIvor, W. R., Banerjee, A., Slagle, J., & Anders, S. (2023). Decision-making during high-risk events: A systematic literature review. *Journal of Cognitive Engineering and Decision Making*, 17(2), 188-212. <https://doi.org/10.1177/15553434221147415>
6. Gore, J., Ward, P., Conway, G. E., Ormerod, T. C., William Wong, B. L. & Stanton, N. A. (2018). Naturalistic decision making: navigating uncertainty in complex sociotechnical work. *Cognition Technology & Work*, 20, 521–527. <https://doi.org/10.1007/s10111-018-0531-x>
7. Keith, A. J. (2019). *Operational Decision Making under Uncertainty: Inferential, Sequential, and Adversarial Approaches*. [Dissertation Thesis for PhD degree]. Theses and Dissertations. 2464. <https://scholar.afit.edu/etd/2464>
8. Kirchsclaeger, P. G. (2023). *Ethical Decision-Making*. NomosTextbook. <https://doi.org/10.5771/9783748918684>
9. O'Connor, M., Stapleton, A., O'Reilly, G., Murphy, E., Connaughton, L., Hctor, E., & McHugh, L. (2023). The efficacy of mindfulness-based interventions in promoting resilience: A systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 28, 215-225. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2023.03.005>
10. Phillips-Wren, G., & Adya, M. (2020). Decision making under stress: the role of information overload, time pressure, complexity, and uncertainty. *Journal of Decision Systems*, 29(1), 213–225. <https://doi.org/10.1080/12460125.2020.1768680>
11. Sadler-Smith, E. (2023). Chapter 4. Why intuition often gets it right: Recognition-primed decision-making. In E. Sadler-Smith (eds), *Intuition in Business* (pp. 80–102). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780198871569.003.0004>, accessed 25 Oct. 2024.
12. Sarmiento, L. F., da Cunha, P. L., Tabares, S., Tafet, G., Gouveia, A. Jr. (2024). Decision-making under stress: A psychological and neurobiological integrative model. *Brain, Behavior, and Immunity – Health*, 38, Article 100766. <https://doi.org/10.1016/j.bbih.2024.100766>
13. Sekel, N. M., Beckner, M. E., Conkright, W. R., LaGoy, A. D., Proessl, F., Lovalekar, M., Martin, B. J., Jabloner, L. R., Beck, A. L., Eagle, S. R., Dretsch, M. N., Roma, P. G., Ferrarelli, F., Germain, A., Flanagan, S. D., Connaboy, C., Haufler, A. J., & Nindl, B. C. (2023). Military tactical adaptive decision making during simulated military operational stress is influenced by personality, resilience, aerobic fitness, and neurocognitive function. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1102425. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1102425>
14. Vartanian, O., Boscarino, C., Jarmasz, J., & Zotov, V. (2022). Training-related stress and performance in the military. In A. M. Sookermany (eds), *Handbook of Military Sciences* (pp. 1-21). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-02866-4_60-1
15. Viale, R. (Ed.). (2020). *Routledge handbook of bounded rationality* (1st ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315658353>
16. Waldeck, D., Pancani, L., Holliman, A., Karekla, M., & Tyndall, I. (2021). Adaptability and psychological flexibility: Overlapping constructs? *Journal of Contextual Behavioral Science*, 19, 72-78. <https://doi.org/10.1016/j.jcbs.2021.01.002>

17. Wang, L., Chen, L., Li, M., Yang, Z., Yang, K., & Li, M. (2022). *Decision-making control in military combat system of systems: A prospect theory approach*. In Proceedings of the 8th International Conference on Big Data and Information Analytics (BigDIA), pp. 41-47. <https://doi.org/10.1109/BigDIA56350.2022.9874189>

Анотація

СИСТЕМА ПІДГОТОВКИ ВІЙСЬКОВИХ ДО ПРИЙНЯТТЯ РІШЕНЬ У КРИЗОВИХ СИТУАЦІЯХ: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ

Волошина В. В. доктор психологічних наук, професор, Український державний університет імені Михайла Драгоманова,
Рудницький А. В. аспірант, Український державний університет імені Михайла Драгоманова

Вступ. Складність ситуацій, з якими стикаються військовослужбовці, підкреслює важливість навчання компетентному прийняттю рішень. В умовах високого стресу швидке та гнучке прийняття рішень має вирішальне значення для успішного виконання завдань і забезпечення безпеки людей. Існуючі підходи до навчання не завжди є недостатніми для підготовки військовослужбовців до швидкого реагування на надзвичайні ситуації, що вимагає системної стратегії, яка поєднує теоретичні та практичні знання для покращення когнітивних здібностей, стійкості та гнучкості.

Мета цієї статті - запропонувати концептуальну схему, засновану на передовому досвіді, яка базується на теоретичних і методологічних досягненнях у сфері вивчення процесів прийняття рішень військовослужбовцями в умовах кризових ситуацій. Ця концепція розроблена, щоб забезпечити військовослужбовців критично важливими когнітивними навичками для ефективного управління кризовою ситуацією, зосереджуючись на трьох ключових механізмах: стійкості, контролі уваги і управлінні стресом. Поєднуючи теоретичні моделі та емпіричні дослідження, ця стаття має на меті забезпечити міцну основу для навчальних програм, які покращують здатність приймати рішення під тиском.

Методи. У дослідженні використано системний аналіз теоретичних напрацювань та емпіричних досліджень, пов'язаних з прийняттям військових рішень у кризових ситуаціях. Цей етап передбачав аналіз задокументованих сценаріїв військових кризових ситуацій для визначення ключових когнітивних механізмів, що впливають на ефективне прийняття рішень. Для підвищення актуальності та застосовності концепції були враховані відгуки військових фахівців. Отримана в результаті модульна структура поєднує можливості негайного реагування на кризові ситуації з довгостроковим розвитком когнітивної стійкості, використовуючи інноваційні методи навчання, в тому числі симуляції віртуальної реальності.

Новизна цього дослідження полягає в його багатовекторному підході, що поєднує усталені академічні теорії з практичним військовим застосуванням. Концепція підкреслює когнітивну адаптивність і гнучкість, враховуючи психологічні потреби військовослужбовців у динамічному середовищі. Використання модулів прийняття етичних рішень і симуляції віртуальної реальності підвищує її практичну цінність, сприяючи навчанню на власному досвіді і покращуючи ситуаційну обізнаність.

Висновок. Запропонована концепція є науково обґрунтованою стратегією покращення підготовки військовослужбовців до прийняття рішень у кризових ситуаціях. Акцентуючи увагу на стійкості, контролі уваги та управлінні стресом, вона успішно підготує військовослужбовців для роботи в складних ситуаціях. Відгуки військових фахівців про неї підтверджують її оперативну релевантність і адаптивність до місій різного типу. Майбутні дослідження мають оцінити ефективність системи в різних контекстах і вивчити додаткові когнітивні компоненти тренінгу для подальшого покращення здатності приймати рішення. Подальший розвиток цієї концепції дозволить значно покращити програми військової підготовки та оперативні результати.

Ключові слова: прийняття рішень; військовослужбовці; кризовий менеджмент; когнітивна резильєнтність; система тренування військовослужбовців; віртуальна реальність; управління стресом; адаптивність.

Концептуалізація, методика – Волошина В. В.

Збір і аналіз даних з аналізу літератури і інтерв'ю, написання чернетки рукопису – Рудницький А. В.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 05.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 22.12.24.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ СТАНУ ДОСЛІДЖЕНОСТІ
ПРОБЛЕМИ СТРЕСОСТІЙКОСТІ У ПСИХОЛОГІЇ**

*Горбачук Г. Б. перший заступник начальника
Головного управління ДСНС України
у Вінницькій області,
<https://orcid.org/0009-0008-6642-9172>*

Існуючі т. з. висвітлюють феномен стресу як рису, якість, властивість частіше за все із позицій функціональності, як параметр, що обумовлює результативність діяльності, як здатність, що сприяє підтримці оптимальної ефективності діяльності та працездатності фахівця у ситуаціях, що характеризуються напруженістю. Розглядається думка про двоїстість стресостійкості, коли вона предстает і як властивість, яка детермінує результат діяльності у параметрах успішності/неуспішності, і як така, що забезпечує особистісний гомеостаз як системи, що надає можливість вважати стресостійкість особистісним і діяльнісним показником.

Ключові слова: *стресостійкість; продуктивність діяльності; оптимальна працездатність; напружені ситуації; результат діяльності; гомеостаз особистості.*

Вступ. Аналіз сучасної практики функціонування підрозділів ДСНС України дозволяє виявити особливі умови, в яких вони здійснюють свою професійну діяльність, що значущо впливає на особистісну сферу їхніх співробітників та їхні індивідуально-психологічні властивості, провокуючи підсилення негативних емоційних переживань, які, у свою чергу, обумовлюють виникнення та акумуляцію пролонгованих стресових станів. Перебування у стані стресу суттєво впливає на зниження успішності та якості виконання співробітниками професійної діяльності та потребує використання додаткових внутрішніх ресурсів для підтримання оптимального рівня психічного та фізичного стану, що сприяє виникненню низки наслідків, які негативно позначаються як на самій діяльності у цілому, так і на особистості самого співробітника ДСНС як члена службового колективу.

Служба співробітника підрозділу ДСНС України здійснюється сьогодні переважно в екстремальних умовах, пов'язаних із ризиком для його життя і здоров'я. Наявність цього чинника висуває суттєві вимоги до рівня сформованості індивідуально-психологічних якостей співробітників, що впливають на взаємовідносини, які виникають між ними у підрозділі, та на професійну діяльність загалом. Однією з таких якостей є

стресостійкість, своєчасне управління якою обумовлює підвищення ефективності колективної діяльності у складі підрозділів.

Під час соціально-психологічного опитування, проведеного у межах вивчення спільної діяльності співробітників ДСНС України, 77,5% респондентів зазначили, що стресостійкість має суттєве значення і впливає на ефективність діяльності співробітників. На думку багатьох українських авторів (В.Алешенко, В.Крайнюк, С.Миронець, О.Сафін, О.Сорока, О.Тімченко, Н.Онищенко, В.Осьодло, Р.Сірко та ін.), стресостійкість, будучи одним із видів психологічної стійкості, є в основі формування та збереження ментального, психічного і фізичного здоров'я людини, а також є одним із детермінант, що зумовлюють розвиток психологічної готовності до самої професійної діяльності та підвищення її ефективності. Проте стресостійкість співробітників ДСНС України та її вплив на ефективність їхньої спільної діяльності у складі підрозділу донедавна не розглядалася як предмет окремого наукового дослідження. Своєю чергою, недостатність вивчення цієї проблеми у психологічній науці не дозволяє згенерувати чітко наукове підґрунтя, яке б відповідало сучасним вимогам, і давало б можливість побудувати цілісний процес розвитку та оптимізації стресостійкості в інтересах підвищення

ефективності професійної діяльності співробітників ДСНС України.

Теоретичне підґрунтя. Різні аспекти феномена стресостійкості та спільної діяльності у різний час розглядалися і вивчалися як українськими, так і зарубіжними вченими. Уперше стрес як сукупність неспецифічних стереотипних реакцій організму на несприятливі впливи довкілля було описано Г.Сельє. Українські вчені у своїх дослідженнях виявили специфіку цього феномена, а також вивчили здатність психіки людини протистояти негативним чинникам, водночас зберігати адекватні психічні стани та ефективно діяти в екстремальних умовах. Ті чи інші аспекти психічної стійкості, у т. ч. й стресостійкості суб'єктів професійної діяльності, розглядалися у працях В.Алещенка, В.Крайнюк, М.Корольчука, С.Миронця, Н.Онищенко, В.Осьодло, О.Сафіна, Р.Сірко, О.Сороки, О.Тімченка, О.Хміляра та ін. Вони розглядали специфічні аспекти її структури, особливості та чинники, що впливають на її ефективність. Однак, незважаючи на наявні наукові підходи до вивчення проблеми стресостійкості, цей феномен не повною мірою знайшов своє відображення у контексті спільної діяльності співробітників службових колективів, які вирішують завдання у складі підрозділів ДСНС України. Таким чином, наявна недостатність теоретичної розробленості проблеми дослідження стресостійкості застосовно до розв'язання завдань професійної діяльності співробітників ДСНС України, з одного боку, і запити практики, з іншого, лягли в основу вибору теми та визначили задум дослідження.

Мета статті – теоретико-методологічний аналіз стану дослідженості проблеми стресостійкості особистості у психології.

Методи дослідження – контент-аналіз, порівняння, систематизація, класифікація.

Результати та обговорення. На сьогодні професійна діяльність співробітників підрозділів ДСНС України відбувається в особливих, несприятливих, екстремальних умовах, безпосередньо пов'язаних із ризиком, загрозою для життя і

здоров'я, соціальною антиципацією небезпеки, негативними емоційними станами, великими психофізіологічними навантаженнями. Екстремальність, своєю чергою, актуалізує прояв специфічних властивостей та якостей особистості, її функціональних можливостей і задає особливий зміст стресостійкості - як їхньої сукупності, що допомагає суб'єкту праці переносити суттєві, а іноді й позамежні навантаження, зумовлені особливостями професійної діяльності, без суттєвих наслідків для власного здоров'я, здоров'я оточуючих і для самої діяльності.

Професійна діяльність співробітників підрозділів ДСНС України також характеризується інтенсивністю та відповідальністю розв'язуваних завдань, наявністю важко прогнозованих нестандартних ситуацій, високим рівнем нервово-емоційної напруженості, що сприяє збільшенню частоти виникнення у співробітників, які здійснюють цю діяльність, стресових реакцій та переживань негативного емоційного характеру, що призводить до формування виражених та довготривалих стресових станів.

З погляду сучасної психологічної науки стресовий стан необхідно піддавати аналізу через категорію «психічний стан» (Юрченко В., 2009). Дослідження у цьому напрямку у різний час проводили такі вчені, як В.Алещенко, В.Крайнюк, М.Корольчук, В.Лєфтеров, С.Миронець, О.Сафін, О.Сорока, О.Тімченко та ін. Вивчення проблеми психічних станів дозволило виявити різноманітні психологічні та фізіологічні показники, а також чинники, що зумовлюють їхню появу, динаміку розвитку та специфіку впливу на діяльність людини, зокрема і професійну.

Поняття «стрес» є найпопулярнішим серед безлічі різних понять, які дослідники використовують, щоб позначити психічні стани індивіда у складних умовах. Сучасна психологія застосовує дефініцію «стрес», щоб позначити нею не лише психічні, а й психофізіологічні і фізіологічні стани, зокрема, втоми, фізичного напруження тощо. Крім того, через широку популярність поняття «стрес» ним позначають різноманітні явища, які можна віднести і до

інших наукових сфер (медицини, біології, соціології, педагогіки тощо).

Г.Сельє першим визначив сутність поняття «загальний адаптаційний синдром», уявивши його як певну сукупність реакцій організму, насамперед адаптаційних, на сильні, тривалі несприятливі, а часом і згубні впливи на людину, які позначив як стресори. Крім того, у межах загального адаптаційного синдрому Г.Сельє (Selye H., 1976) розглядав можливість включення особливих систем організму людини, що забезпечують її захист і вироблених нею в процесі еволюції, за рахунок чого відбувається пристосування організму до змінених умов середовища. Він визначив потрібну структуру загального адаптаційного синдрому, куди включив три його стадії: реакцію тривоги; опір; виснаження.

Стадія тривоги починається при первинному виникненні стресора. Тут за невеликий за тривалістю період часу відбувається зниження рівня резистентності організму, що призводить до зниження показників деяких соматичних і вегетативних функцій. Далі відбувається мобілізація резервів організму, що актуалізує запуск саморегуляційних механізмів і захисних процесів. За ефективності захисних реакцій фіксується зниження рівня тривоги, наслідком чого стає повернення організму до нормальної діяльності. Більшість стресів, що виникають у житті та діяльності людини, вирішується на цій стадії.

Стадія резистентності (опору) виникає у тих випадках, коли вплив стресора має тривалий характер, і виникає необхідність підтримки захисних реакцій організму. На цій стадії відзначається витрачання адаптаційних резервів організму людини, що має збалансований характер, за адекватного наявним зовнішнім умовам напруження усіх функціональних систем.

У разі нерозв'язання стресової ситуації, за умов надмірного, тривалого та інтенсивного впливу стрес-чинників організм переходить на третю стадію - виснаження, що супроводжується порушенням функціонування регуляційних систем і захисно-приспосувальних

механізмів, наслідком чого стає суттєве зниження адаптаційного потенціалу особистості. Фізіологічні зміни, що виникають в організмі, які супроводжують стресову реакцію, спричиняють розвиток психосоматичних захворювань, формування особистісних деформацій, руйнування свідомої активності та колапс цілеспрямованої діяльності (втрата сенсу, втрата життєвих орієнтацій, глибока депресія, фрустрація тощо).

Фізіологічна основа виникнення і перебігу стресу та стресових реакцій, сформульована Г.Сельє, не могла у повному обсязі розкрити сутнісні характеристики цього феномена. Уперше психологічну природу стресу описав у своїх працях Р.Лазарус (Lazarus R., 1966), який назвав «емоційним стресом» психічні прояви загального адаптаційного синдрому. Він конструктивно пов'язав між собою об'єктивістський і суб'єктивістський підходи, що дозволило визначити стрес як неспецифічні психологічні і фізіологічні прояви активності адаптаційного характеру під час впливу на організм людини чинників підвищеної інтенсивності, маючи на увазі стрес у вузькому розумінні, а неспецифічні прояви адаптаційної активності під час впливу будь-яких значущих для організму чинників – як стрес у широкому сенсі. Під час проведення низки психофізіологічних досліджень ним виявлено базові методи експериментального відтворення психічного стресу та обґрунтовано чільну роль симпатичної нервової системи у запуску ендокринного механізму стресу, що дозволило, виходячи зі специфіки стресогенного чинника та рівня його прояву, поділити стрес на фізіологічний (системний) та психологічний, який, у свою чергу, поділяється на стрес інформаційний і стрес емоційний.

Сутність фізіологічного (системного) стресу зводиться до стресових реакцій основних біологічних систем, що виникають під впливом різних стрес-чинників (фізико-хімічних, інфекційних тощо). Інформаційний стрес виникає за наявності глибоких інформаційних переважань, коли людина не здатна вчасно із належною якістю виконати завдання, що поставлене

перед нею, а ухвалювані нею рішення не вивірені та не відповідають обставинці, що складається. Емоційний стрес з'являється у ситуаціях реальної небезпеки або загрози для її життя і здоров'я, образи, характеризується виникненням тривалих негативних емоційних переживань. Своєю чергою, за підставою тривалості впливу чинників, що чинять негативний вплив на психіку людини, стрес поділяють на короткочасний, за якого відбувається інтенсивне витрачання «неглибоких» адаптаційних резервів і відмобілізуються «глибинні», і довготривалий, що характеризується поступовою активацією і споживанням усіх наявних адаптаційних ресурсів (Корольчук М., 2014; Корольчук В., 2009).

Не менш дискусійним питанням дослідження стресу, що викликає суперечливі судження, є його співвідношення з емоціями. Прийнято вважати, що зумовлювальною, базовою компонентою психологічного стресу є емоційне збудження. У більшості досліджень емоційні хвилювання і переживання, інтенсивність емоційного забарвлення діяльності виокремлюють як детермінуючу характеристику цього стану (Корольчук В., 2011 та ін.). Однак у працях інших дослідників дуже часто трапляються твердження про те, що не усі емоції зумовлюють виникнення стресових станів, а лише лише страх або гнів, а також їхні змішані форми (Потапчук Н., 2019 та ін.).

Базовим психологічним чинником забезпечення надійності, ефективності та успіху професійної діяльності є стійка поведінка співробітників ДСНС України в умовах впливу негативних психотравмуючих чинників, тобто стресостійкість. Дослідження структурних характеристик стресостійкості, її генези та механізму підтримання на потрібному, залежно від особливостей та особливостей професійної діяльності, рівні має значення для підвищення ефективності спільної діяльності співробітників підрозділів ДСНС України, що найчастіше відбувається в екстремальних умовах воєного часу.

В умовах впливу психотравмуючих чинників ефективність діяльності

співробітників ДСНС України залежатиме не лише від рівня їхнього професіоналізму, що визначається наявністю професійних знань, вмінь і навичок, а й від рівня розвитку професійно важливих якостей, що сприяють адаптації особистості, серед яких одне із провідних місць посідає стресостійкість.

Результати, отримані під час дослідження особливостей виникнення і перебігу стресу, прийомів і способів його подолання, знайшли своє відображення у низці психологічних концепцій і теорій. Вони є методологічною базою для детального розгляду сутності та специфіки розвитку цього стану у людини та її поведінки в екстремальних, стресогенних ситуаціях, особливо під час залучення її до спільної діяльності.

Розроблена В.Корольчук (Корольчук В., 2009) концепція експлікує закони взаємозв'язку і взаємозумовленості різноманітних функцій психіки, систем організму, об'єктів, явищ і процесів, що виникають у навколишньому світі; визначає рівневу структуру взаємозв'язків цих функцій в процесі генези стосунків на суб'єкт-об'єктному та суб'єкт-суб'єктному рівнях, зокрема тих, що ініціюють виникнення стресових станів, проявів чинників життя та діяльності, передусім системоутворювальних, що сприяють формуванню системних властивостей суб'єкта (працездатності, профпридатності, стресостійкості тощо), роль їхніх особливостей у регуляції діяльності та функціональних станів. За реалізації цього підходу з'являється можливість об'єктивно дослідити особливості виникнення і перебігу психологічного стресу, стресостійкості як якості, що справляє вплив на стійкість поведінки людини за умов впливу на неї негативних чинників із погляду прояву людиною власних системних властивостей та якостей, які актуалізуються у перебігу включення людини до свідомої активності та отримують відображення у перебігу реалізації таких функцій: організації, контролю, планування, коригування, дотримання, контролю, управління, контролю та управління. Водночас існує необхідність реалізації системного підходу у

комплексі з іншими наявними у науці теоріями, підходами та методами, що визначаються найповнішою конкретикою, що зумовлено тим, що цей підхід самостійно не може забезпечити наявність усіх необхідних підстав для вивчення функціональної надійності та певних форм свідомої діяльності людини.

Не менш важливим у вивченні функціональних станів є згенерований на положеннях теорії діяльності. Діяльнісний підхід, який зумовлює необхідність виокремлення причинно-наслідкових зв'язків на різних рівнях активності та їхнє врахування. Наявність цього підходу надалі дозволяє максимально підійти до сутності досліджуваного явища, що визначає специфіку зародження та прояву стресових станів, а також можливі шляхи їхнього подолання.

Виходячи із конкретних параметрів активності індивіда під час здійснення ним професійної діяльності, специфіка стійкості до стресу визначатиметься можливостями мобілізації функціональних резервів індивіда; адекватністю наявних адаптаційних ресурсів запитам, які визначаються самою діяльністю; закономірностями відображення у свідомості предметного світу навколишньої дійсності; порівнянням образних конструктів у перебігу здійснення діяльності; корекцією змісту спільної професійної діяльності, засобів та умов її реалізації. Динамічний підхід розкриває закономірності постійного розвитку самої особистості залежно від своїх якостей, власного віку та соціальних норм.

Не менш важливе значення для дослідження впливу стресостійкості на ефективність спільної діяльності співробітників підрозділу ДСНС має суб'єктно-діяльнісний підхід. На думку його прихильників, людина набуває деяких специфічних властивостей самоорганізації, саморегуляції, самоконтролю, узгодження внутрішніх і зовнішніх умов, координації усіх психічних явищ з об'єктивними і суб'єктивними умовами активності, які вирізняють її з-поміж інших, внаслідок включення її до процесу різноманітних цілеспрямованих і усвідомлюваних видів

діяльності, зокрема спільної.

Стресовий стан має чітку ієрархію показників, що встановлюються спільністю взаємопов'язаних властивостей, орієнтованих на діяльність, які формують характеристики людини на функціональному рівні. У цьому разі параметри стресостійкості, працездатності, здатності до реалізації конкретних завдань професійної діяльності на встановленому рівні ефективності та якості будуть системоутворювальними чинниками. Водночас самопочуття, настрої, задоволеність самим процесом спільної діяльності та її результатом будуть суб'єктивною мірою.

Крім згаданих підходів, не можна залишити без уваги і культурно-історичний підхід. Особливість його полягає у тому, що використання культурно-історичного підходу як виправданого методологічного підґрунтя для зближення проблематики стресу із культурно-історичним контекстом дозволяє вести мову про культурно-історичні детермінанти стресів і стресостійкості, які супроводжують онтогенез, якісну динаміку стресів, відповідну до етапів становлення життєвого простору людини як культурно зумовленого феномена.

У науці стресостійкість розглядають як властивість особистості, що позитивно впливає на результативність діяльності, здійснюваної у небезпечних умовах, пов'язаних із реальним ризиком для життя і здоров'я людини. При цьому одне із найважливіших дослідницьких завдань полягає у виявленні детермінант, що визначають оптимальний ступінь стресостійкості особистості для конкретних умов (зокрема екстремальних), у яких реалізується практична діяльність фахівця. Ці детермінанти являють собою систему чинників різного характеру: фізіологічних, психофізіологічних, психологічних, соціальних тощо. Своєю чергою, виокремлена системи чинників перебуває у взаємозв'язку з індивідуально-психологічними характеристиками особистості, від рівня розвитку яких залежить той чи інший ступінь розвитку стресостійкості.

У сучасній науці, щоб описати здатність особистості в екстремальних умовах демонструвати ефективність діяльності та адекватність власного психічного стану, науковці застосовують різні терміни. Не зважаючи на те, що кожен із різновидів поняття стійкості має специфічний характер, в їхній основі постулюється, що вони характеризуються: здатністю підтримувати високий рівень працездатності та ефективність діяльності в екстремальних умовах, пов'язаних із реальною загрозою для життя і здоров'я суб'єкта трудових відносин; здатністю самої особистості під час впливу психотравматичних чинників зберігати оптимальний психічний стан. Оскільки стійкість до стресу має характерно-активний характер (як процес і як результат), то у цьому контексті вона є найважливішим аспектом процесу адаптації, нерозривною частиною його розвитку.

Стійкість дозволяє відобразити функціональні характеристики професійно значущих індивідуально-психологічних якостей і властивостей особистості, крім того визначає ступінь відповідності психологічної системи діяльності вимогам конкретних робочих ситуацій. Логічно буде припустити, що усі наявні види стійкості, будучи складовими компонентами такого цілісного явища, як психічна стійкість особистості, характеризують його різні аспекти, а безпосередньо стресостійкість проявлятиметься під час дії стрес-чинників, та їхня специфічність визначатиметься конкретним видом діяльності.

Стресостійкість, будучи мультифакторною властивістю особистості, об'єднує у собі великий спектр різнорівневих явищ, що виводять на передній план три її аспекти:

стійкість, стабільність характеризують здатність особистості функціонувати, здійснювати самоврядування, розвиватися, адаптуватися, бути впевненим у собі, у власних можливостях, а також мати ефективну психічну саморегуляцію;

врівноваженість, відповідність - здатність індивідуума співвідносити рівень напруги, що виникає, із ресурсами власної психіки та організму. Як базовий компонент стресостійкості, врівноваженість знаходить

своє відображення у здатності особистості знизити до мінімального рівня негативний вплив суб'єктивної складової у виникненні напруження, у здатності зберігати напруження у допустимих межах;

опірність (резистентність) характеризується індивідною та особистісною самодостатністю в аспекті свободи від різних видів залежності, виявляється у здатності чинити опір обмежувачам свободи поведінки, вибору як під час реалізації окремих позицій, так і життя загалом.

Розуміння структури стресостійкості особистості спирається на традиційно сформований у психології підхід щодо структури психіки. Виходячи з цього, стресостійкість як і психічну стійкість можна розглядати як динамічну структуру. Основними компонентами динамічної структури особистості є (Сорока О., 2024):

емоційний компонент, що виявляється у почутті впевненості, а також задоволення від виконання завдання, яке формується в процесі подолання складних та екстремальних ситуацій;

вольовий компонент, що виявляється у прояві почуття самовладання, самоконтролю під час здійснення свідомої саморегуляції дій, що сприяє приведенню їх у відповідність із вимогами, які висуваються самою ситуацією професійної діяльності.

інтелектуальний компонент, що відображає розумову працездатність, специфіку типу мислення.

Однак наведений перелік компонентів, що відображає сутність поняття стресостійкості, далеко не повний. Низка вчених виокремлюють ще деякі структурні компоненти:

мотиваційний компонент, що показує спрямованість особистості на виконання певного завдання, що зумовлюється проявом різноманітних мотиваційних тенденцій, які реалізують як спонукальну, так і смислоутворювальну та регулятивну функції;

фізіологічний компонент, що визначає резерв енергетичних потенціалів організму;

пізнавальний компонент, що визначає рівень розуміння та осмислення службового завдання, структурування базисної основи

професійної діяльності, дає змогу аналізувати і прогнозувати динаміку виникнення та розвитку службових ситуацій;

операційний (моторний) компонент, що з'єднує використовувані способи і прийоми діяльності, характеризується рівнями володіння способами і прийомами діяльності, необхідними навичками і вміннями щодо застосування технічних засобів;

комунікативний компонент, що характеризує соціально-психологічний аспект діяльності особистості, стан готовності до взаємодії.

Залежно від характеру діяльності структурні компоненти як психічної стійкості, так і стресостійкості займають у ній різні «рангові місця», при цьому «питома вага» складових компонентів не завжди є однаковою. Усі вони перебувають у певному взаємозв'язку, і можлива компенсація невираженості одних за рахунок більшої розвиненості інших. Крім представлених компонентів.

Висновки. У психологічній науці існує багато підходів до вивчення стресу і стресостійкості. Кожен із них розглядає здебільшого якийсь один бік багатогранної проблеми. Результати теоретичного аналізу свідчать, що наявне нині у науці розмаїття підходів до проблеми стресостійкості зумовлене виокремленням якогось одного аспекту цієї проблеми і позначенням його як домінантного. Як наслідок, труднощі вивчення стресу, зокрема його психологічних аспектів, пов'язуються

переважно із відсутністю визначення, яке б мало загальноприйнятий характер, а також такої універсальної моделі, яка б змістовно відображала специфіку функціонування організму та його психічну обумовленість на усіх етапах і рівнях розвитку стресу. Існуючі т. з. висвітлюють феномен стресу як рису, якість, властивість частіше за усе із позицій функціональності, як параметр, що обумовлює результативність діяльності, як здатність, що сприяє підтримці оптимальної ефективності діяльності та працездатності фахівця у ситуаціях, що характеризуються напруженістю. Розглядається думка про двоїстість стресостійкості, коли вона предстає і як властивість, яка детермінує результат діяльності у параметрах успішності/неуспішності, і як така, що забезпечує особистісний гомеостаз як системи, що надає можливість вважати стресостійкість особистісним і діяльнісним показником.

Результати здійсненого аналізу дозволяють зробити висновки, що стресостійкість співробітника підрозділу ДСНС України слід розглядати як комплексну властивість, характеристикою якої є ступінь його адаптації до негативного впливу екстремальних внутрішніх і зовнішніх чинників екстремального характеру, які з'являються в процесі його життєдіяльності, виявляється у його переважаючих функціональних станах, рівні працездатності і таких моделях поведінки, які обумовлюють надійність та ефективність колективної діяльності у складі підрозділів.

Список використаних джерел

1. Корольчук М.С. Психологічні особливості віддалених наслідків стресогенних впливів: [монографія] / М.С. Корольчук, В.М. Корольчук, А.І. Кулаженко та ін.; Київ. нац. торг.-екон. ун-т. Київ: КНТЕУ, 2014. 275 с.
2. Корольчук В.М. Психологія стресостійкості особистості: дис. д-ра психол. наук. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2009. 513 с.
3. Подляшаник В. Психологічні особливості емоційної стійкості співробітників митної служби: монографія. Луцьк: вид-во Волинського національного університету ім. Лесі Українки, 2011. 184 с.
4. Потапчук Н.Д. Психологія чуток в умовах надзвичайної ситуації: дис. ... д-ра психол. наук. Національна академія Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. Хмельницький, 2019. 462 с.
5. Сорока О.М. Психологія стресостійкості фахівців морського транспорту у транширотних рейсах: монографія. Київ: вид-во PRINTECO. 2024. 530 с.
6. Юрченко В.М. Теоретико-методологічні засади дослідження психічних станів людини: дис. д-ра психол. наук. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, Київ, 2009. 451 с.
7. Lazarus R.S. Psychological stress and the coping process. N.Y.: McGraw-Hill, 1966. P. 345-371.
8. Selye H. Stress in health and disease. Boston. London: Butterworth Publishers, 1976. 1300 p.

References

1. Korol'chuk, M. S. (2014). *Psychologichni osoblyvosti viddalenyh naslidkiv stresogennyh vplyviv* [Psychological features of the long-term effects of stressful influences]: [monografija] / M.S. Korol'chuk, V.M. Korol'chuk, A.I. Kulazhenko ta in.; Kyi'v. nac. torg.-ekon. un-t. Kyi'v: KNTEU. 275 c. (in Ukrainian)
2. Korol'chuk, V. M. (2009). *Psychologija stresostijkosti osobystosti* [Psychology of personality stress resistance]: dys. d-ra psyhol. nauk. Instytut psihologii' im. G. S. Kostjuka APN Ukraïny. K. 513 s. (in Ukrainian)
3. Podljashanyk, V. (2011). *Psychologichni osoblyvosti emocijnoi' stijkosti spivrobitnykiv mytnoi' sluzhby* [Psychological features of emotional stability of customs officers]: monografija. Luc'k: vyd-vo Volyns'kogo nacional'nogo universytetu im. Lesi Ukraïnky. 184 s. (in Ukrainian)
4. Potapchuk, N. D. (2019). *Psychologija chutok v umovah nadzvyčajnoi' sytuacii'* [Psychology of rumours in an emergency situation]: dys. ... d-ra psyhol. nauk. Nacional'na akademija Derzhavnoi' prykordonnoi' sluzhby Ukraïny imeni Bogdana Hmel'nyč'kogo. Hmel'nyč'kyj. 462 s. (in Ukrainian)
5. Soroka, O. M. (2024). *Psychologija stresostijkosti fahivciv mors'kogo transportu u transshyrotnyh rejsah* [Psychology of stress resistance of maritime transport specialists in trans-latitude voyages]: monografija. Kyi'v: vyd-vo PRINTECO. 530 s. (in Ukrainian)
6. Jurchenko, V. M. (2009). *Teoretyko-metodologichni zasady doslidzhennja psyhichnyh staniv ljudy ny* [Theoretical and methodological foundations of the study of human mental states]: dys. d-ra psyhol. nauk. Instytut psihologii' im. G. S. Kostjuka APN Ukraïny, Kyi'v. 451 s. (in Ukrainian)
7. Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. N.Y.: McGraw-Hill. P. 345-371.
8. Selye, H. (1976). *Stress in health and disease*. Boston. London: Butterworth Publishers. 1300 p.

Summary

THEORETICAL AND METHODOLOGICAL ANALYSIS OF THE STATE OF RESEARCH ON THE PROBLEM OF STRESS RESISTANCE IN PSYCHOLOGY

Horbachuk H. First Deputy Head of the Main Department of the State Emergency Service of Ukraine in Vinnytsia Region

Introduction. *The stress resistance of SES of Ukraine employees and its impact on the effectiveness of their joint activities within the unit has not been considered as a subject of a separate scientific study until recently. In turn, the lack of study of this problem in psychological science does not allow for a clear scientific basis that would meet modern requirements and would make it possible to build a holistic process of development and optimisation of stress resistance in the interests of improving the effectiveness of professional activity of the SES of Ukraine.*

The purpose is theoretical and methodological analysis of the state of research on the problem of personality stress resistance in psychology.

Methods - content analysis, comparison, systematisation, classification.

Originality. *There are many approaches to the study of stress and stress resilience in psychological science. Each of them considers mainly one side of a multifaceted problem. The results of the theoretical analysis show that the current variety of approaches to the problem of stress resilience in science is due to the isolation of one aspect of this problem and its designation as dominant. As a result, the difficulties of studying stress, in particular its psychological aspects, are mainly related to the lack of a generally accepted definition of it, the absence of a generalised, systemic model that could meaningfully reflect the peculiarities of the body's functioning and the mental conditionality of this process at all levels and stages of stress development. The existing points of view consider this phenomenon (quality, trait, property) most often from a functional point of view, as a characteristic that affects the productivity (success) of activity, as the ability to maintain optimal performance and efficiency in stressful situations. There is also the idea of the dual nature of stress resistance as a property that affects the result of activity (success/failure), and as a characteristic that ensures the homeostasis of the personality as a system, which allows us to consider stress resistance as an activity and personal indicator.*

Conclusion. *The results of the analysis allow us to conclude that the stress resistance of the SES of Ukraine employees should be considered as a complex human property characterised by the degree of adaptation of an individual to the impact of extreme external and internal factors arising in the course of life, and manifested in dominant functional states, level of performance and demonstrated behavioural patterns as characteristics that affect the efficiency and reliability of joint activities.*

Key words: *stress resistance; performance; optimal performance; stressful situations; performance result; personality homeostasis.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 22.10.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 16.12.24.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ДОСЛІДЖЕННЯ ФЕНОМЕНА ПОСТТРАВМАТИЧНОГО ЗРОСТАННЯ У ЛЮДЕЙ, ЯКІ ПЕРЕЖИЛИ КРИЗУ ВТРАТИ РОБОТИ В УМОВАХ ВІЙНИ

Данилевич Л. А. кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0002-2321-4285>

Сафін О. Д. доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри психології, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0001-5745-8635>

Шулдик А. В. кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0000-0002-6223-1838>

У статті представлено результати емпіричного дослідження феномена посттравматичного зростання у людей, які пережили кризу, пов'язану із втратою роботи в умовах війни. Проаналізовано теоретичні передумови феномена посттравматичного зростання у дослідженнях українських і зарубіжних авторів. Представлено перебіг дослідження та програму психологічної допомоги для людей, які переживають кризу, пов'язану із втратою роботи. Порушується питання пошуку та впровадження ефективних програм психологічної допомоги для людей, які переживають особистісну кризу. Наголошено на тенденціях проблеми дослідження феномена посттравматичного зростання особистості для людей, які пережили травматичні кризові стани різної етимології.

Ключові слова: криза втрати роботи; особистісна криза; травматичні кризові стани; посттравматичне зростання; ціннісно-сміслова трансформація; психологічна допомога.

Вступ. Особистісні кризи, що утворилися внаслідок війни, є на сьогоднішній день маловивченою галуззю психологічної науки і, тим паче, мало досліджено і недостатньо описано феномен посттравматичного зростання особистості, сформованого під впливом травматичних ситуацій різної етимології. Населення гостро потребує психологічної допомоги в умовах нової реальності. Для криз, пов'язаних із втратою роботи, які визначаються як кризи «адаптації», характерні порушення звичних умов життя людини внаслідок різкого погіршення матеріального стану та зміни соціального статусу. Колишнє життя видається неможливим, відбувається вимушена зміна звичної поведінки людини, коригується індивідуальна система цінності особистості, з'являється тривога і наростає напруга. Втрата роботи сприяє зміні способу життя людини, а умови, що склалися, змушують її звернутися до пошуку нових джерел доходу.

Негативним наслідком втрати роботи може стати значне погіршення здоров'я,

різні психічні розлади, імовірні пристрасть до зловживання алкоголем та інших наркотичних речовин, суїцидальні дії. Безробітні вдаються до різного роду правопорушень, що створює наростаючу криміногенну обстановку в суспільстві. З огляду на той факт, що криза втрати роботи є однією з найактуальніших у сучасному суспільстві, і разом із нею відбувається глибока ціннісно-сміслова трансформація, виникає гостра потреба розроблення ефективної програми психологічної допомоги людям, які пережили таку травмувальну подію.

Теоретичне підґрунтя. Для розроблення та оцінювання результативності програми насамперед було досліджено теоретичні джерела, пов'язані із вивченням концепції психічної травми, уявлень про наслідки травми, а також механізми та процеси в процесі переживання і подолання травми (Климчук В., 2016). У сучасній психології, досліджуючи проблеми стресу, кризи, конфлікту, втрати та інших деструктивних

ситуацій, найчастіше виходять із негативної наукової установки. При цьому наголошується, що уся негативна психологія людини, яка пережила травмувальну подію, перебуває у тісній взаємодії із психологією подолання і подолання. У зв'язку з цим, психотерапію розглядають в аспекті терапії страждання, не залежно від того, як розуміють джерело цього страждання. Проходячи курс психотерапії, особливо у національній практиці, людина нібито створює свою «історію хвороби», зупиняючись часом на констатації та прийнятті факту безвиході, не просуваючись у подоланні труднощів, кризових станів. Це і послужило передумовою для дослідження, яке передбачає, що проходження певної програми психотерапії здатне спонукати особистість до її ціннісно-сислової та діяльнісно-сислової трансформації, набуття установки до подолання особистісних криз, «переродження» і формування «історії здоров'я». Історія вивчення травми у психології найчастіше ґрунтується на усуненні негативних впливів наслідків травмувальних подій і рідко на можливостях пошуку позитивного виходу із травмувальної ситуації. Але водночас під час детального дослідження глибини та обсягу людських страждань було виявлено діаметрально протилежні реакції на травмувальні події, які обмежувалися не лише переживанням травматичного досвіду і негативним їхнім забарвленням, але був присутній і позитивний вплив на особистість. У зв'язку із цим дослідники цієї проблеми зафіксували не лише регресію і занепадницький стан в осіб, які пережили травмувальну подію, а й тенденції до зростання і розвитку особистості (Великодна М. та ін., 2022; Зубовський Д.С., 2019; Климчук В., 2016; Лазос Г.П., 2016; Рева М.М., 2014).

Зарубіжними авторами цей феномен було визначено як «посттравматичне зростання особистості» (Calhoun L.G., Tedeschi R.G., 2004, 2006; Peterson C., Park N., Seligman M.E.P., 2006). Звертаючись до джерел, зазначимо, що А.Маслоу (Maslow A.H., 1954) ще у 50-х роках минулого століття запропонував ідею позитивної психології здорової людини, яка продовжила

свій розвиток у сучасній позитивній психології, хоча за часів свого зародження цю ідею не розглядали в контексті страждання і нещастя. У своїх роботах Р.Тедеші та Л.Келхоун (Tedeschi R.G., Calhoun L.G., 2004; 2006) зазначають, що концепція посттравматичного зростання особистості не пов'язана із механізмами психічного захисту, які редукують стрес, спотворюючи реальність, або поведінкою, яка допомагає впоратися, націленою на адаптацію до ситуації, що склалася. Згідно із твердженнями цих авторів, посттравматичне зростання особистості виникає, навпаки, за неможливості особистості пристосуватися до даних обставин, щоб уникнути змін і не переживати стресових станів.

О.Кокун (Кокун О.М., 2013) представляє особистість як суб'єкт, здатний до постійного розвитку й удосконалення, перетворення, переосмислення ситуацій упродовж життєвого шляху, у тому числі ситуацій особистісної кризи. О.Сафін (Сафін О.Д., 2024) стверджує, що феномен посттравматичного зростання є окремим випадком психічного розвитку, відмінним від звичайних форм розвитку: він констатує відсутність незворотності процесів розвитку особистості, що свідчить про можливу регресію та повторну травматизацію, і відсутність спадкоємності між етапами розвитку «до» і «після» травмувальної ситуації. Крім того, він визначає здатність до подолання стресових ситуацій як прояв мудрості, притаманної цілісним особистостям, що є носієм знання про різноманітні життєві факти, володіють інструментальним знанням стратегій та вмінь, які дозволяють виносити зрілі судження і поради, з огляду на непередбачуваність життєвого буття та різноманітних соціальних груп, які використовують індивідуальні пріоритети і цінності та ін.

Р.Тедеші та Л.Келхоун (Tedeschi R.G., Calhoun L.G., 2004), своєю чергою, зазначають, що мудрість може бути результатом посттравматичного зростання, причому ці два поняття, на їхню думку, не є тотожними і корелювальними, адже мудрість - це суто прагнення до розвитку особистості, у той час як посттравматичне

зростання - це результат розв'язання кризового стану.

Мета статті – презентація результатів емпіричного дослідження феномена посттравматичного зростання у людей, які пережили кризу, пов'язану із втратою роботи в умовах війни.

Методи дослідження – опитування, тестування, методи математичної статистики.

Результати та обговорення. Вивчення теоретичних джерел, що описують феномен посттравматичного зростання особистості, стало передумовою для проведення експерименту за участю людей, що переживають кризу втрати роботи, які звернулися по психологічну допомогу до фахівців Центру психологічної допомоги та бажають пройти комплекс психотерапевтичних заходів, спрямованих на адаптацію до змін життя, сформованих у перебігу війни, та здобути навички за програмою реалізації посттравматичного особистісного зростання.

У дослідження було включено 60 учасників, які втратили роботу і розцінювали цю ситуацію як кризову. Дослідження було розділене на два етапи: «до» проведення психотерапевтичних заходів і «після». Програма передбачає комплексне проходження багаторівневої програми у межах терапевтичної спільноти, метою якої є індивідуальна психокорекційна робота із фахівцями і внутрішньогрупова підтримка учасників на кожному з етапів проходження програми. Стратегія програми психокорекції полягає у тому, щоб відновити функціонування особистості, яка переживає ситуацію кризи різної етимології, одночасно у кількох ключових сферах - поведінковій, емоційній та смисловій. Цей підхід спрямований на забезпечення подальшого успішного розвитку особистості.

До психокорекційної програми було включено такі тренінги та методики, зокрема: представлення програми заходів, ознайомлення із груповими нормами та правилами; ведення робочого зошита; написання робіт на теми: «Мої очікування», «Моя біографія», «Чому я тут», «Я добрий - Я поганий», «Мій кращий вчинок у житті»,

«Мій найгірший учинок у житті», «Скажи іншому комплімент», «Що дарує мені радість», вправу на самоаналіз «Хто Я?» та ін.; вправи «За що я вдячний сьогоднішньому дню», «Я люблю себе за те, що...», «Як я можу покращити стосунки у соціумі», «Як сказати: «Ні», «Мої виходи із конфліктних ситуацій», «Я, що бажає добра» тощо.

Теоретичні заняття на тему: «Деструктивний спосіб захисту особистості», «Межі особистості», «Поняття стресу. Проблемно-руйнівна поведінка», «Проблеми міжстатевого спілкування», «Психологія відчуттів і переживань» тощо, арт-терапевтичні проєктивні вправи: «Мій портрет», «Моя сім'я в образах тварин», «Моя мама і я, коли я був маленький», «Дім, дерево, людина», «Моя улюблена квітка», «Моя майбутня дитина», «Я через рік, 5 років, 10 років», «Я вчора, сьогодні, завтра», «Малюнок неіснуючої тварини» та ін.; - вправи на формування смислів (на основі позитивної психології Н.Пезешкіана і філософських притч). У програмі використовуються техніки із формування мотивації до соціальної адаптації, ефективного соціально-психологічного розвитку та адекватної психологічної адаптації до вимог навколишнього середовища. Заняття проходили у напіввідкритих групах по 8-12 осіб. Ці заняття об'єднані із груповою психотерапією, інтенсивним соціальним і психологічним тренінгом і припускають використання інтенсивних творчих, ігрових і драматичних технологій, а також технології курсу «Терапія кризових ситуацій» (Budlong M., Holden M., & Mooney A., 1993). Заняття мають стандартну структуру, що організовує зону найближчого розвитку особистості учасників програми.

Результати дослідження оцінювалися із врахуванням використання методики діагностики соціально-психологічних установок особистості у мотиваційно-потребовій сфері О.Потьомкіної. На рис. 1 відображено динаміку за усіма субшкалами методики у людей, які переживають кризу, пов'язану із втратою роботи.

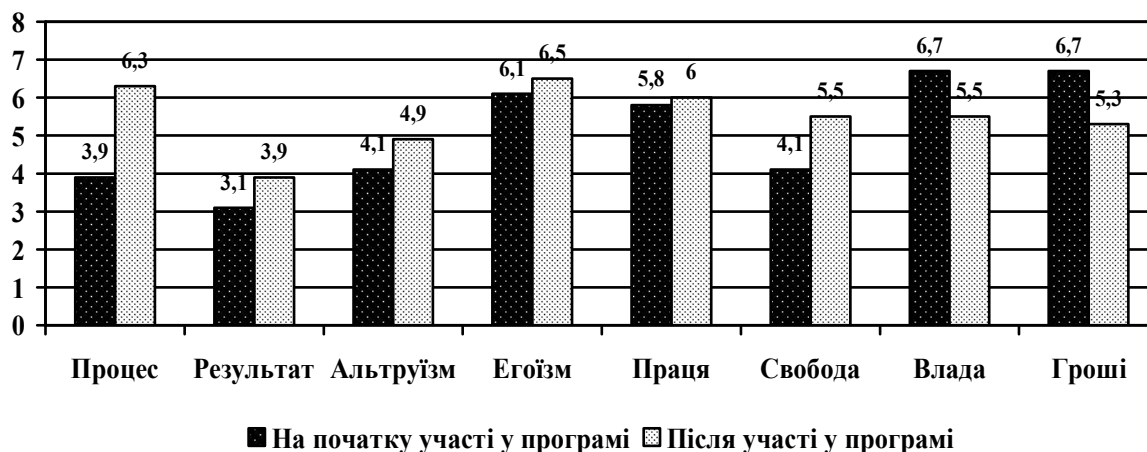


Рисунок 1 - Усереднені результати дослідження за методикою діагностики соціально-психологічних установок особистості у мотиваційно-потребностной сфері О.Потьомкіної у людей, які переживають кризу, пов'язану із втратою роботи, що брали участь у програмі (у балах)

Проаналізувавши наведені дані, зазначимо, що як на етапі вступу, так і після участі у програми, провідними залишаються орієнтація на життєві ситуації та процеси, установка на досягнення свободи. Менш значущою, але із наявністю позитивної динаміки у профілі соціально-психологічних настанов особистості у мотиваційно-потребнісній сфері, є спрямованість на трудову діяльність. Після психокорекційної роботи було діагностовано від'ємну динаміку за субшкалами «Влада» і «Гроші», що свідчить про зміну тривожного стану, пов'язаного із невпевненістю у завтрашньому дні через відсутність матеріальної стабільності, а також зниження гіперконтролю над ситуацією в умовах безробіття.

Далі наведемо рангові показники за Т-Критерієм Вілкоксона, згідно з усередненими результатами дослідження за субшкалами методики діагностики соціально-психологічних настанов особистості у

мотиваційно-потребной сфері О. Потьомкіної у людей, що переживають кризу, пов'язану із втратою роботи, які проходять реабілітацію. Найбільш значущими за методикою О.Потьомкіної за Т-критерієм Вілкоксона серед усієї вибірки респондентів виявилися «Процес» ($t=0,29$) і «Свобода» ($t=0,22$). Таким чином, після участі у програмних заходах респонденти, які переживають кризу, пов'язану із втратою роботи, прагнуть пізнавати процеси у межах нових для них умов життя, роблячи для цього дуже багато. Більшість із них готові працювати для досягнення певного рівня свободи.

Результати ефективності програми, крім того, визначалися за методикою дослідження системи життєвих смислів В.Котлякова. На рис. 2 відображено динаміку (під час вступу і по завершенню участі у програмі) за усіма субшкалами методики для людей, які переживають кризу, пов'язану із втратою роботи.



Рисунок 2 - Усереднені результати дослідження за методикою дослідження системи життєвих смислів В.Котлякова, для людей, які переживають кризу, пов'язану із втратою роботи, що брали участь у програмі (у балах)

Проаналізувавши отримані дані серед випробовуваних на етапі початку участі у програмі, зазначимо, що у них переважали такі життєві смисли: альтруїстичні, далі - когнітивні, і далі - самореалізації. Найменш значущими життєвими смислами у респондентів до участі у програмі були статусні (9,19), комунікативні (9,87) і гедоністичні (14,46). Після психокорекційної допомоги у респондентів переважаючими життєвими смислами стали такі: насінневі, далі - альтруїстичні і далі - самореалізації. Найменш значущими життєвими смислами у респондентів групи А після реабілітації стали статусні (10,36), комунікативні (10,45) і гедоністичні (15,34). Далі наведемо рангові показники за Т-Критерієм Вілкоксона, згідно з усередненими результатами дослідження за субшкалами методики діагностики життєвих смислів В.Котлякова у людей, які переживають кризу, пов'язану із втратою роботи,

що проходять реабілітацію. Найбільш значущими за методикою життєвих смислів В.Котлякова за Т-критерієм Вілкоксона серед усієї вибірки респондентів групи А виявилися «Когнітивні» ($t=0,19$), «Сімейні» ($t=0,21$) і «Альтруїстичні» ($t=0,22$). Таким чином, після участі у програмних заходах

респонденти прагнуть спиратися на допомогу сім'ї у подальшій самореалізації та перебудові життєвого шляху. Комунікативні смисли також зазнають суттєвих змін через зміну кола спілкування та специфіки взаємодії. Посилюються альтруїстичні мотиви особистості.

Висновки. Спираючись на результати проведених досліджень, можна відзначити високу ефективність запропонованої програми. Результати дослідження мають практичне значення для підготовки професійних психологів, соціальних працівників, соціальних педагогів до роботи з цією категорією населення. Практичне значення дослідження полягає у тому, що розроблені положення є організаційно-психологічним підґрунтям використання інтенсивних групових методів для роботи із людьми, які переживають кризу і звернулися по психологічну допомогу. Крім того, необхідно продовжувати пошуки ефективної програми психологічного супроводу, що дозволить не лише адаптуватися до нових умов життя, а й спровокувати особистісне зростання індивіда в непростих умовах невизначеності, непередбачуваності та розгубленості перед завтрашнім днем.

Список використаних джерел

1. Великодна М. та ін. (2022) Стресс - реакції, травма та посттравматичне зростання школярів в умовах війни Росії проти України. *Теоретичні і прикладні проблеми психології*. № 1(57). Т2. С. 81-97. <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2022-57-1-2-81-97>
2. Зубовський Д.С. (2019) Особистісне зростання учасників АТО у посттравматичний період: дис... канд. психол. наук. Національний університет оборони України імені Івана Черняховського, Київ, 211 с.
3. Климчук В. (2016) Посттравматичне зростання та як можна йому сприяти у психотерапії. *Наука і освіта. Психологія*. Вип. 5. С. 46-52.
4. Кокун, О. М. (2013) Життєве та професійне самоздійснення як предмет дослідження сучасної психології. *Практична психологія та соціальна робота*, 9, 1-5.
5. Лазос Г.П. (2016) Посттравматичне зростання: теоретичні моделі, нові перспективи для практики. *Актуальні проблеми психології*. С. 120-128.
6. Рева М.М. (2024) Особливості посттравматичного зростання учасників бойових дій з різним ставленням до майбутнього. *Психологія і особистість*. №1(25). С. 129-140. <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2024.1.298774>
7. Сафін О.Д. (2024) Соціально-психологічна підтримка посттравматичного особистісного зростання осіб з фізичними травмами внаслідок війни. *Перспективи науки та інновацій*. №7(41), С. 876-886. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-7\(41\)-876-886](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-7(41)-876-886)
8. Сафін, О., & Тептюк, Ю. (2024). Зарубіжний досвід дослідження проблеми посттравматичного особистісного зростання. *Психологічний журнал*, (13), 43–50. <https://doi.org/10.31499/2617-2100.13.2024.315004>

9. Сафін О.Д. (2024). Діти вимушених переселенців в умовах війни: пошук ресурсів посттравматичного зростання. *Вісник Київського національного університету. Серія Військово-спеціальні науки*, 4(80),
10. Budlong, M., Holden, M., & Mooney, A. (1993). *Therapeutic crisis intervention: A train the trainer curriculum* (4th ed.) Ithaca, NY: Family Life Development Center.
11. Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G. (2006). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. New York: Routledge. doi: <https://doi.org/10.4324/9781315805597>.
12. Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row Publishers. 369 p.
13. Peterson, C., Park, N., Seligman, M. E. P. (2006). Greater strengths of character and recovery from illness. *Journal of Positive Psychology*, 1(1), 17–26. doi: <https://www.doi.org/10.1080/17439760500372739>
14. Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. doi: https://www.doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

References

1. Velykodna M. ta in. Stress - reakcii', travma ta posttravmatyчне zrostantnja shkoljariv v umovah vijny Rosii' proty Ukrai'ny [Stress - reactions, trauma and post-traumatic growth of schoolchildren in the context of Russia's war against Ukraine]. *Teoretychni i prykladni problemy psykhologii'*. 2022, 1(57), 2, 81-97. <https://doi.org/10.33216/2219-2654-2022-57-1-2-81-97> (in Ukrainian)
2. Zubovs'kyj D. S. (2019). Osobystisne zrostantnja uchasnykiv ATO u posttravmatychnyj period [Personal growth of ATO participants in the post-traumatic period]: dys.... kand. psyhol. nauk. Nacional'nyj universytet obrony Ukrai'ny imeni Ivana Chernjahovs'kogo, Kyi'v. (in Ukrainian)
3. Klymchuk V. (2016). Posttravmatyчне zrostantnja ta jak mozhna jomu spryjaty u psyhoterapii' [Post-traumatic growth and how it can be promoted in psychotherapy]. *Nauka i osvita. Psykhologija*, 5, 46-52. (in Ukrainian)
4. Kokun, O. M. (2013). Zhyttjeve ta profesijne samozdijsnennja jak predmet doslidzhennja suchasnoi' psykhologii' [Life and professional self-realisation as a subject of research in modern psychology]. *Praktychna psykhologija ta social'na robota*, 9, 1-5. (in Ukrainian)
5. Lazos G P. (2016). Posttravmatyчне zrostantnja: teoretychni modeli, novi perspektyvy dlja praktyky [Post-traumatic growth: theoretical models, new perspectives for practice]. *Aktual'ni problemy psykhologii'*, 120-128. (in Ukrainian)
6. Reva M. M. (2024). Osoblyvosti posttravmatychnogo zrostantnja uchasnykiv bojovyh dij z riznym stavlennjam do majbutn'ogo [Peculiarities of post-traumatic growth of combatants with different attitudes towards the future]. *Psykhologija i osobystist'*, 1(25), 129-140. <https://doi.org/10.33989/2226-4078.2024.1.298774> (in Ukrainian)
7. Safin O. D. (2024). Social'no-psykhologichna pidtrymka posttravmatychnogo osobystisnogo zrostantnja osib z fizychnymy travmamy vnaslidok vijny [Socio-psychological support for post-traumatic personal growth of individuals with physical injuries as a result of war]. *Perspektyvy nauky ta inovacij*, 7(41), 876-886. [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-7\(41\)-876-886](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2024-7(41)-876-886) (in Ukrainian)
8. Safin, O., & Teptjuk, Ju. (2024). Zarubizhnyj dosvid doslidzhennja problemy posttravmatychnogo osobystisnogo zrostantnja [Foreign experience in researching the problem of post-traumatic personal growth]. *Psykhologichnyj zhurnal*, (13), 43–50. <https://doi.org/10.31499/2617-2100.13.2024.315004> (in Ukrainian)
9. Safin O. D. (2024). Dity vymushenyh pereselenciv v umovah vijny: poshuk resursiv posttravmatychnogo zrostantnja [Children of Internally Displaced Persons in Wartime: Finding Resources for Post-Traumatic Growth]. *Visnyk Kyi'vs'kogo nacional'nogo universytetu. Serija Vijs'kovo-special'ni nauky*, 4(80). (in Ukrainian)
10. Budlong, M., Holden, M., & Mooney, A. (1993). *Therapeutic crisis intervention: A train the trainer curriculum* (4th ed.) Ithaca, NY: Family Life Development Center.
11. Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G. (2006). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. New York: Routledge. doi: <https://doi.org/10.4324/9781315805597>.
12. Maslow, A. H. (1954). *Motivation and Personality*. New York: Harper & Row Publishers.
13. Peterson, C., Park, N., Seligman, M. E. P. (2006). Greater strengths of character and recovery from illness. *Journal of Positive Psychology*, 1(1), 17–26. doi: <https://www.doi.org/10.1080/17439760500372739>
14. Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18. doi: https://www.doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

Summary

RESEARCH OF THE PHENOMENON OF POST-TRAUMATIC GROWTH IN PEOPLE WHO HAVE EXPERIENCED THE CRISIS OF JOB LOSS IN THE WAR

Danylych L. PhD of Psychological, Associate Professor of Psychology chair, Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Safin O. Doctor of Psychology, Full Professor, Head of the Department of Psychology, Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Shuldyk A. PhD in Psychology, Associate Professor of the Department of Psychology, Uman Pavlo Tychyna State Pedagogical Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Introduction. The article presents the results of a study of the phenomenon of post-traumatic growth in people who have experienced a crisis related to the loss of work during the war. The significance of the problem at the social level is presented. The impact of war on the formation of a job loss crisis is assessed. The analysis of the causes of the personal crisis is presented.

The purpose - presentation of the results of a study of the phenomenon of post-traumatic growth in people who have experienced a crisis related to the loss of work during the war

Methods - surveys, testing, methods of mathematical statistics.

Originality. The phenomenon of post-traumatic growth in people who have experienced the crisis of job loss in the conditions of war using a psychological assistance programme is empirically studied. Theoretical prerequisites of the phenomenon of posttraumatic growth in the studies of Ukrainian and foreign authors are analysed. The course of the study and the programme of psychological assistance for people experiencing a crisis related to job loss are presented. The article presents the results of an empirical study of people experiencing a job loss crisis, obtained using the methodology for diagnosing socio-psychological attitudes of a person in the motivational and need sphere by O.Potemkina and the methodology for studying the system of life meanings by V.Kotlyakov. The issue of finding and implementing effective psychological assistance programmes for people experiencing a personal crisis is raised. The author emphasises the tendencies of the problem of studying the phenomenon of post-traumatic personality growth for people who have experienced traumatic crisis states of various etymologies.

Conclusion. Based on the results of the research, we can note the high efficiency of the proposed program. The results of the study are of practical importance for the training of professional psychologists, social workers, and social educators to work with this category of population. The practical significance of the study lies in the fact that the developed provisions are the organizational and psychological basis for the use of intensive group methods to work with people who are in crisis and have sought psychological help. In addition, it is necessary to continue the search for an effective psychological support program that will allow not only to adapt to new living conditions, but also to provoke personal growth of an individual in difficult conditions of uncertainty, unpredictability and confusion about the future.

Key words: job loss crisis; personal crisis; traumatic crisis states; post-traumatic growth; value and meaning transformation; psychological assistance.

Концептуалізація – Данилевич Л. А.

Методика – Сафін О. Д.

Формальний аналіз – Шулдик А. В.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 29.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 02.01.25

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ФОРМУВАННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТІЙКОСТІ СТУДЕНТА ДО СТРЕСОГЕННИХ ЧИННИКІВ СЕРЕДОВИЩА В УМОВАХ ВІЙСЬКОВОГО СТАНУ

Каськов І. В. кандидат психологічних наук, доцент
доцент кафедри практичної психології

УДУ імені М.П. Драгоманова.

<https://orcid.org/0000-0002-7422-5128>

Соловей І. О. здобувач другого (магістерського) рівня
вищої освіти спеціальності «Практична психологія»

УДУ імені М.П. Драгоманова.

<https://orcid.org/0009-0005-6533-8648>

У статті досліджуються причини, прояви та наслідки впливу стресогенних чинників середовища на формування психологічної стійкості студентів. Розкрито основні напрямки психопрофілактики та психокорекції стресових станів, що виникають під впливом соціальної та екологічної нестабільності.

Ключові слова: психологічна стійкість; стресогенні чинники; профілактика; студенти; стресогенні чинники середовища; військовий стан.

Вступ. Проблема формування психологічної стійкості до стресогенних чинників завжди була важливою у контексті навчання та розвитку студентів. Однак стрес є невід'ємною частиною життя студентів, особливо в умовах сучасних реалій, що включають військові дії, економічну нестабільність та зміну навчальних форматів. Важкі обставини, зокрема війна, значно підвищують рівень тривожності, емоційного та фізичного виснаження, що негативно впливає на здатність до навчання та загальне благополуччя молоді. У відповідь на ці виклики, формування стресостійкості стає життєво необхідною навичкою для успішної адаптації до кризових ситуацій.

У зв'язку з цим, Психологічна стійкість, або стресостійкість, дозволяє ефективно долати труднощі, зберігати контроль над емоціями та діяти рішуче навіть у складних умовах. Це не лише допомагає студентам підтримувати навчальний процес, але й сприяє зміцненню їхньої особистісної зрілості.

Мета статті дослідити вплив стресових факторів на студентів, особливо в умовах військових дій, та визначення ефективних підходів для розвитку їхньої психологічної стійкості. Стаття також має на меті проаналізувати ключові чинники, що сприяють формуванню стресостійкості, та запропонувати практичні рекомендації для подолання стресу в освітньому середовищі, з акцентом на соціальну підтримку, саморегуляцію та інформаційну гігієну.

Аналіз наукових джерел дає підстави стверджувати, що на сьогодні значною мірою розкривається питання про сутність формування стресостійкості. Важливим питанням в цих наукових дослідженнях є психопрофілактика, психокорекція стресових станів в стабільних політико-соціальних межах. Науковим завданням даної статті є розкрити питання особливостей формування психологічної стійкості студентів до стресогенних чинників середовища.

Теоретичне підґрунтя. Наукові дослідження в області стійкості студентів до стресу розвивали такі вчені, як О. М. Кокун, М. С. Корольчук, Р. Лазарус, О. В. Лозгачова, Т. В. Середа, С. Фолкман, Г. Сельє та інші, які зробили вагомий внесок у розуміння механізмів адаптації до стресу. Вони підкреслюють важливість як зовнішніх, так і внутрішніх ресурсів особистості, таких як саморегуляція, когнітивні установки та емоційна стабільність.

Над проблемою дослідження психологічних чинників, що визначають здатність людини протистояти стресовим ситуаціям, працювали: Н. Ю. Максимової, О. О. Апанович, Ю. А. Александровського, В. І. Лебедева, Л. Г. Дики, О. А. Конопкіна, В. І. Моросанової, Р. Р. Сагієва та ін.

Методи дослідження. У статті використано аналіз наукової літератури, яка розкриває галузь психології стресу та формування стресостійкості. Дослідження зосереджене на вивченні чинників, які

впливають на стійкість студентів до стресогенних ситуацій.

Результати і обговорення. Студенти часто стикаються зі стресовими ситуаціями протягом свого життя, що впливає на їх фізичне та емоційне здоров'я. У психології стрес визначається як стан психічного напруження, який людина відчуває, коли стикається зі складними, комплексними або несприятливими ситуаціями у повсякденному житті або під час виконання унікальних, інтенсивних видів діяльності. Такі фактори, як важкі обставини, фізичні та психологічні травми, несприятливий вплив навколишнього середовища та створення важких, довготривалих переживань, можна вважати стресовими факторами. (Василюк Ф.Е., 1995)

Ю. Н. Максимов стверджує, що психологічна стійкість – це комплексна особистісна риса, яка гарантує здатність людини протистояти неприємним наслідкам і фрустраціям складних обставин. О. О. Апанович стверджує, що психологічна стійкість проявляється у здатності долати труднощі, а також в умінні ефективно регулювати свої думки та емоції, віри в себе, впевненості у своїх талантах (Корольчук, 2010, с. 169).

На думку Ю. А. Александровського, А. В. Вальдмана та В. І. Лебедева, стресостійкість є бар'єром для психічної адаптації. Психологи Л. Г. Дика, О. А. Конопкін, В. І. Моросанова і Р. Р. Сагієв вважають, що основою стресостійкості є саморегуляція людини, яка складається з певних елементів (за О. А. Конопкіним) та відрізняється стилістичною різноманітністю (за В. І. Моросановою, Р. Р. Сагієвим і Л. Г. Дикою).

Стресостійкість, або «емоційна стабільність» – це термін, який використовується для опису здатності протистояти шкідливому впливу стресових станів на організм. Здатність людини інтегрувати емоційні, вольові, інтелектуальні та мотиваційні аспекти своєї психічної діяльності для забезпечення найкращого можливого результату, коли вона стикається зі складними емоційними ситуаціями, називається стресостійкістю.

У сучасному суспільстві до людей висувається занадто багато вимог. На психологічну стійкість людини впливає

нескінченний потік подразників, суперництва, прагнень, розчарувань і конкретних цілей. внутрішні проблеми, які поглиблюються зовнішніми, такими як конфлікт, що триває, складна ситуація в світовій та українській економіці, можливість ядерної війни та низка інших труднощів. У юнацькому віці життя зазнає значних змін. Студент починає брати на себе додаткові обов'язки організатора, лідера чи навіть викладача, окрім нових житлових умов та положення в колективі.

У сучасних реаліях війна є однією з основних причин стресу. (Корольчук, 2010). Війна стала реальністю в нашому світі сьогодні, руйнуючи домівки, життя та майбутні амбіції. Зараз кожен українець відчуває тривогу та страх за своїх близьких та країну, що призводить до сильного стресу. З психологічної точки зору, стресова реакція організму на кризові ситуації може, за певних обставин, врятувати життя. Однак дуже важливо діяти швидко, щоб зменшити стрес і уникнути розвитку негативних наслідків.

Генезис і підтримка психологічної стійкості є основним питанням у вивченні особистості в складних умовах. Психологічна стійкість людини створює основу для внутрішньої гармонії, захищає її від дезінтеграції та особистісних розладів, а також оцінює її фізичне та психічне благополуччя. Як зазначають Agaibi, С. Е. та Wilson, J. P. (2005), психологічна стійкість – це здатність особистості протистояти складним обставинам, не завдаючи собі шкоди, долати наслідки за допомогою механізмів подолання, розвивати власний характер, підвищувати рівень соціальної зрілості та адаптації. Ця риса фактично означає наявність адаптаційного потенціалу людини, який визначає її здатність переживати складні обставини.

Загроза війни породжує невпевненість у завтрашньому дні, що безпосередньо впливає на мотивацію студентів. Під час військового стану студенти можуть втратити відчуття значущості навчання, адже відсутність чітких перспектив майбутнього та постійний страх за безпеку роблять навіть найближчі плани примарними. У таких умовах зусилля здаються марними, а наполегливість у навчанні знижується.

Критичні ситуації – це неможливі сценарії. Іншими словами, це обставини, за яких людина виявляється неспроможною задовольнити власні внутрішні потреби – мотивації, бажання, цінності тощо – у своєму житті. Критична життєва обставина – це обставина, яка емоційно засмучує і сприймається людиною як складна психологічна проблема, яку потрібно вирішити або подолати. Коли ми говоримо про критичні ситуації, важливо пам'ятати, що ми не маємо на увазі рутинні або циклічні життєві обставини, які можна вирішити за допомогою стандартних методів. Ми говоримо про обставини, які вимагають залучення нових психологічних ресурсів і творчих методів вирішення проблем для того, щоб людина могла їх подолати (Максименко, С. Д., 2007).

На вроджену здатність людини до наполегливості впливають різні обставини, включаючи соціальні можливості, виховання та генетику. Природні дані дуже варіабельні; деякі люди від природи мають кращі здібності до саморегуляції, ніж інші, в той час як іншим це дається з великими труднощами. Однак це не означає, що розвинути стійкість неможливо (Жигайло, Н., Харко, Н., 2021). Здатність системи повертатися до свого початкового стану називається резистентністю. Наприклад, уявімо, що система з якихось причин відхиляється від свого стану. Цей стан вважається стійким, якщо вона повертається до нього через деякий час. Новий стан, в якому опиняється система, вважається нестійким.

Між навчальною діяльністю студентів і стресом завжди існував тісний зв'язок, і сьогодні наслідки стресів лише посилюються. У сучасних студентів емоційні, когнітивні, поведінкові та мотиваційні компоненти діяльності часто пов'язані з підвищеним стресом і зниженням психологічної стійкості. Тому вкрай важливо враховувати психологічні аспекти стресу серед молоді, яка навчається у вищих навчальних закладах, щоб краще зрозуміти, що спричиняє зниження останнього показника, і зробити правильні висновки. Академічний та особистий тиск – це дві категорії стресів, які впливають на студентів. Стреси, пов'язані з навчанням або безпосередньо з ним, називаються

академічними. Крім того, особистісні стосуються особистого життя студента.

Хронічний стрес, викликаний умовами війни, серйозно впливає на здатність студентів зосереджуватися на навчанні. Постійні переживання знижують рівень концентрації, погіршують пам'ять, роблять виконання навіть звичайних завдань емоційно виснажливим і часозатратним. У стані підвищеної тривоги студенти не можуть підтримувати звичний темп навчання, що призводить до накопичення дедлайнів і відчуття власної безпорадності.

Відчуття фізичної та психологічної безпеки є основою для ефективного навчання, але під час війни це відчуття зникає. Руйнування інфраструктури, проблеми з електропостачанням, перебої в інтернеті та постійні обстріли заважають студентам зосереджуватись на навчанні, а тривожність через небезпеку пригнічує психіку. Фізичне виснаження і порушення сну також знижують здатність до навчання, створюючи замкнене коло втоми і зниження результатів.

Незадовільні та некомфортні умови життя або роботи (температура в приміщенні, погане освітлення, шум тощо); недостатній сон; застудні та сезонні захворювання; батьківські обов'язки; страх втратити престиж групи; погані навички тайм-менеджменту; суперечки або непорозуміння з батьками, родичами або іншими близькими людьми; психологічна атмосфера на роботі; низька мотивація; нестабільна або низька самооцінка; інші приватні фактори є прикладами особистих стресорів за Г. Сельє. (Савчин, М. В., 2010, с. 77-79).

Роздратування, втома, тривога, почуття провини та багато інших неприємних емоцій викликають вищезгадані елементи. Інші стресори, спричинені війною, включають підвищену тривожність, порушення сну, страх або паніку в бомбосховищах і під час повітряних нальотів, страх за власну безпеку, перепади настрою, втрату пам'яті, погану увагу і концентрацію, погану здатність до навчання і зниження бажання взаємодіяти з іншими людьми.

Міністерство охорони здоров'я стверджує, що психологічні наслідки конфлікту, такі як посттравматичний стресовий розлад, продовжуватимуть

впливати на психічне здоров'я людей протягом щонайменше семи-десяти років після його завершення. У період воєнного стану вирішальне значення мають методи мотивації та зняття стресу. Освітня політика вищих навчальних закладів спрямована на створення комфортного психолого-педагогічного середовища використовуючи підвищення фахової компетентності всіх викладачів, дослідження стресорів для зменшення стресового впливу навчального процесу, формування безконфліктної міжособистісної взаємодії, розвиток у студентів суб'єктивних механізмів психологічної стійкості під час вивчення навчальних дисциплін шляхом навчання їх фундаментальним технікам управління стресом. (Нагірнер, І. І., 2015).

Військовий стан створює постійний психологічний тиск на студентів, що знижує їхню здатність до зосередження. Щоденні тривоги, новини про обстріли, а також страх за власне життя і здоров'я рідних призводять до хронічного стресу. Навіть якщо студент не перебуває безпосередньо в зоні бойових дій, відчуття невизначеності та щоденні переживання за майбутнє викликають постійну тривогу та емоційне напруження.

Якщо ви прагнете розвинути або підтримати психологічну стійкість, важливо знайти ключові інструменти, які допоможуть вам справлятися з різноманітними складними обставинами. Відповідно до досліджень таких науковців, як Л. Г. Лазарус і С. Фолкман (Lazarus, R. S., 1993), психологічна стійкість забезпечується як зовнішніми, так і внутрішніми ресурсами, що підтримують людину під тиском. Соціальна підтримка є одним із найважливіших зовнішніх ресурсів, оскільки людина, як соціальна істота, потребує сприятливого соціального контексту для ефективного подолання стресу. Особливо це актуально під час війни, коли соціальна підтримка сприяє зміцненню психологічної стійкості в екстремальних умовах.

Важливим внутрішнім ресурсом є психологічна компетентність особистості, яка включає знання та навички в області психології, здатність до саморегуляції та управління емоціями. Як зазначає А. Бандура у своїх працях, розвинена психологічна компетентність допомагає людині краще адаптуватися до змінних обставин і зменшує

рівень стресу. Фізичні ресурси, такі як стан здоров'я та ставлення до нього, також відіграють значну роль у підтримці стійкості, адже фізична активність і здоровий спосіб життя сприяють кращому психологічному благополуччю.

Матеріальні ресурси, на думку дослідників, таких як М. Селігман, також суттєво впливають на рівень стійкості. Людина, яка має доступ до матеріальних благ і відчуває фінансову стабільність, менш схильна до емоційного виснаження, оскільки впевнена у своїй здатності забезпечити себе і свої потреби. Інформаційні ресурси – це здатність використовувати різноманітні техніки та знання для досягнення своїх цілей, що є важливим аспектом адаптації в складних умовах.

В умовах військового стану студенти особливо вразливі до психічних розладів через втрату звичних соціальних зв'язків, дистанційне навчання та невизначеність майбутнього. Як відзначають науковці, такі як В. Франкл, відчуття ізоляції та самотності може призводити до емоційного виснаження та депресії. Тому важливо знаходити можливості для соціальної взаємодії, навіть якщо це онлайн-формат, і підтримувати контакт з друзями, родичами та викладачами. (Сельє, Г., 2016)

Студенти, які навчаються дистанційно, часто стикаються з такими проблемами, як підвищений рівень тривоги, стресу, почуття самотності. Дослідження Е. Дінер показують, що емоційний інтелект та здатність підтримувати позитивний настрій допомагають зберегти психологічну стійкість в умовах постійної небезпеки. Крім того, важливими є регулярний сон, відпочинок, релаксація та впровадження практик самоусвідомлення, таких як ведення щоденників або медитація.

Підтримка викладачів також є важливою складовою збереження стійкості. Вони, як і студенти, стикаються з викликами дистанційного навчання та адаптації до нових технологій. Взаємна підтримка між студентами та викладачами, обговорення актуальних проблем навчання і викладання можуть знизити рівень стресу та покращити психологічний стан обох сторін.

Ще одним важливим аспектом є інформаційна гігієна. Постійний потік новин може пригнічувати емоційний стан, тому

необхідно навчитися фільтрувати інформацію та обмежувати час на споживання негативних новин, щоб зберегти ресурс на навчання та інші важливі завдання. Як зазначав Г. Сел'є (2016), надлишок інформації може бути серйозним стресовим фактором, що негативно впливає на загальне благополуччя (Савчин, М. В., 2010).

Важливим інструментом розвитку стійкості є віра, як підкреслювали у своїх роботах такі дослідники, як М. Елліс. Віра може бути джерелом емоційної підтримки та допомагає людині пережити навіть найважчі моменти. Це може бути віра в себе, у власні сили або вищі сили – головне, щоб вона давала внутрішню опору (Тептюк, Ю. О., 2017).

Зрештою, здоровий сон відіграє критичну роль у відновленні як фізичного, так і психічного стану людини. Як зазначає дослідник сну М. Хіфф, якісний сон сприяє зниженню рівня стресу, поліпшенню концентрації та продуктивності, що допомагає студентам краще впоратися з навчальними завданнями.

Таким чином, формування психологічної стійкості в умовах війни включає комплексний підхід, що передбачає розвиток емоційної інтелігентності, фізичного здоров'я, соціальної підтримки, а також впровадження практик самоусвідомлення та інформаційної гігієни.

Висновки. Стрес є невід'ємною частиною життя молоді, впливаючи на їхнє фізичне та емоційне здоров'я, особливо під час навчання та в умовах війни. Зазначимо, що стрес, особливо під час війни, негативно впливає на навчання та психологічний стан студентів. Тривога, емоційне виснаження та втрата мотивації знижують їхню ефективність у навчанні. Розвиток психологічної стійкості є ключем до подолання цих викликів. Через саморегуляцію, емоційну стабільність та підтримку оточення студенти можуть краще адаптуватися до складних умов. Для розвитку стресостійкості важливі соціальна підтримка, психологічна компетентність і фізичне здоров'я. Психологічно комфортне навчальне середовище сприяє мінімізації стресу, а емоційний інтелект і здоровий спосіб життя допомагають студентам успішно долати труднощі.

Перспективи подальших досліджень можуть розглядатись у глибшому вивченні впливу стресу на психічне здоров'я молоді під час військових конфліктів, ефективність різних методик розвитку стресостійкості та психологічної підтримки. Важливим фактором є дослідження взаємозв'язку між соціальною підтримкою, емоційним інтелектом і успішністю студентів, а також розробка інноваційних підходів до створення комфортного навчального середовища.

Список використаних джерел

1. Agaibi, C. E., & Wilson, J. P. (2005). Trauma, PTSD, and resilience: A review of the literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 6(3), 195–216. <https://doi.org/10.1177/1524838005277438>
2. Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55(3), 234–247. DOI: 10.1097/00006842-199305000-00002.
3. Василюк, Ф. Е. (1995). Типологія переживання різних критичних ситуацій. *Психологічний журнал*, 5(16).
4. Жигайло, Н. І. (2008). Психологія духовного становлення особистості майбутнього фахівця: Монографія. Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка.
5. Жигайло, Н., & Харко, Н. (2021). Онлайн-освіта: вимушена самоізоляція чи система отримання знань студентами закладів вищої освіти. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*, 8.
6. Корольчук, В. М. (2010). Стресостійкість і адаптивний потенціал особистості в стресогенних умовах [Електронний ресурс]. Режим доступу: http://www.nbu.gov.ua/old_jrn/Soc_Gum/Vchdpu/psy/2010_82_1/korolchuk.pdf
7. Макаревич, О. П. (2000). Психологічна підготовка особистості до поведінки в складних ситуаціях: Навчально-методичний посібник. Київ: ВГІ НАОУ.
8. Максименко, С. Д. (2007). Психологія особистості: Підручник. Київ: КММ.
9. Максименко, С. Д. (2006). Генеза здійснення особистості: Наукова монографія. Київ: КММ.
10. Нагірнер, І. І. (2015). Умови формування психологічної стійкості в навчальному процесі ВНЗ. *Сучасні проблеми науки і освіти*.
11. Корольчук, М. С., Крайнюк, В. М., Косенко, А. Ф., & Кочергіна, Т. І. (2002). Психологічне забезпечення психічного і фізичного здоров'я (за заг. ред. М. С. Корольчука). Київ: Фірма «Інкос».

12. Савчин, М. В. (2010). Духовний потенціал людини: Монографія (2-ге вид., перероб. і допов.). Івано-Франківськ: Місто НВ.
13. Сельє, Г. (2016). Стресс без дистресса. Журнал неврології ім. Б. М. Маньковського, 4(1), 78-89. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/jorn_2016_1_13
14. Сергієнко, Н. П. (2015). Особливості психологічної стійкості особистості під час подолання критичних ситуацій [Електронний ресурс]. Режим доступу: <http://repositc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/4065/1/%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D1%94%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%9D.%D0%9F.pdf>
15. Сивогракова, З. А. (2010). Психологічні особливості подолання студентами складних життєвих ситуацій: Дисертація кандидата психологічних наук. Київ.
16. Тептюк, Ю. О. (2017). Психологічні умови виникнення та розвитку психологічної стійкості у професійній діяльності працівників соціальної сфери. Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка. Військово-спеціальні науки, 2(37).
17. Шмаргун, В. (Ред.). (2018). Психологія стресостійкості студентської молоді. Київ: Видавничий центр НУБіП України.

References

1. Agaibi, C. E., & Wilson, J. P. (2005). Trauma, PTSD, and resilience: A review of the literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 6(3), 195–216. <https://doi.org/10.1177/1524838005277438>
2. Lazarus, R. S. (1993). Coping theory and research: Past, present, and future. *Psychosomatic Medicine*, 55(3), 234–247. DOI: 10.1097/00006842-199305000-00002.
3. Vasyliuk, F. E. (1995). Typolohiia perezhyvannia riznykh krytychnykh sytuatsii [The typology of experiencing different critical situations]. *Psykhologichnyi zhurnal*, 5(16). (in Ukrainian)
4. Zhyhailo, N. I. (2008). Psykholohiia dukhovnoho stanovlennia osobystosti maibutnoho fakhivtsia [The psychology of spiritual development of the future specialist: Monograph]. Lviv: Vydavnychiy tsentr LNU imeni Ivana Franka. (in Ukrainian)
5. Zhyhailo, N., & Kharko, N. (2021). Online education: Forced self-isolation or a system of gaining knowledge by higher education students. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriia psykholohichni nauky*, 8. (in Ukrainian)
6. Korolchuk, V. M. (2010). Stressostiikist i adaptivnyi potentsial osobystosti v stresohennykh umovakh [Resilience and adaptive potential of the individual in stressful conditions]. Retrieved from http://www.nbuv.gov.ua/old_jrn/Soc_Gum/Vchdpu/psy/2010_82_1/korolchuk.pdf (in Ukrainian)
7. Makarevych, O. P. (2000). Psykholohichna pidhotovka osobystosti do povedinky v skladnykh sytuatsiakh: Navchalno-metodychnyi posibnyk [Psychological preparation of the individual for behavior in difficult situations: Training manual]. Kyiv: VHI NAOU. (in Ukrainian)
8. Maksymenko, S. D. (2007). Psykholohiia osobystosti [The psychology of personality: Textbook]. Kyiv: KMM. (in Ukrainian)
9. Maksymenko, S. D. (2006). Heneza zdiisnennia osobystosti [The genesis of personality formation: Scientific monograph]. Kyiv: KMM. (in Ukrainian)
10. Nahirner, I. I. (2015). Umovy formuvannia psykholohichnoi stiikosti v navchalnomu protsesi VNZ [Conditions for the formation of psychological resilience in the educational process of higher education institutions]. *Suchasni problemy nauky i osvity*. (in Ukrainian)
11. Korolchuk, M. S., Krainyuk, V. M., Kosenko, A. F., & Kocherhina, T. I. (2002). Psykholohichne zabezpechennia psykholohichnoho i fizychnoho zdorovia [Psychological support for mental and physical health]. Kyiv: Firma "Inkos". (in Ukrainian)
12. Savchyn, M. V. (2010). Dukhovnyi potentsial liudyny [The spiritual potential of a person: Monograph] (2nd ed., revised and expanded). Ivano-Frankivsk: Misto NV. (in Ukrainian)
13. Selye, H. (2016). Stress without distress. *Zhurnal nevrolohii im. B. M. Mankovskoho* [Journal of Neurology named after B. M. Mankovsky], 4(1), 78-89. Retrieved from http://nbuv.gov.ua/UJRN/jorn_2016_1_13 (in Ukrainian)
14. Serhienko, N. P. (2015). Osoblyvosti psykholohichnoi stiikosti osobystosti pid chas podolannia krytychnykh sytuatsii [Features of psychological resilience of a person in overcoming critical situations]. Retrieved from <http://repositc.nuczu.edu.ua/bitstream/123456789/4065/1/%D0%A1%D0%B5%D1%80%D0%B3%D1%96%D1%94%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%9D.%D0%9F.pdf> (in Ukrainian)
15. Syvohrakova, Z. A. (2010). Psykholohichni osoblyvosti podolannia studentamy skladnykh zhyttievnykh sytuatsii [Psychological features of overcoming difficult life situations by students: Candidate dissertation]. Kyiv. (in Ukrainian)

16. Teptiuk, Y. O. (2017). Psykholohichni umovy vynyknennia ta rozvytku psykholohichnoi stiikosti u profesiinii diialnosti pratsivnykiv sotsialnoi sfery [Psychological conditions for the emergence and development of psychological resilience in the professional activities of social workers]. *Visnyk Kyivskoho natsionalnoho universytetu imeni Tarasa Shevchenka. Viiskovo-spetsialni nauky*, 2(37). (in Ukrainian)

17. Shmarhun, V. (Ed.). (2018). *Psykhohohiia stressostiikosti studentskoi molodi* [The psychology of students' resilience]. Kyiv: Vydavnychi tsentr NUBiP Ukrainy. (in Ukrainian)

Summary

FORMATION OF STUDENT'S PSYCHOLOGICAL RESILIENCE TO ENVIRONMENTAL STRESSORS UNDER MARTIAL LAW

Kaskov I. V. *Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Practical Psychology of the Drahomanov Ukrainian State University*

Solovei I. O. *applicant for the second (master's) level of higher education in the specialty "Practical Psychology" at the Drahomanov Ukrainian State University.*

Introduction. *The problem of building psychological resilience to stressors has always been important in the context of student learning and development. However, stress is an integral part of students' lives, especially in today's realities, which include military operations, economic instability, and changes in educational formats. Difficult circumstances, such as war, significantly increase the level of anxiety, emotional and physical exhaustion, which negatively affects the ability to learn and the overall well-being of young people. In response to these challenges, building resilience becomes a vital skill for successful adaptation to crisis situations.*

In this regard, psychological resilience, or stress tolerance, allows you to effectively overcome difficulties, maintain control over emotions and act decisively even in difficult conditions. This not only helps students maintain the learning process, but also contributes to their personal maturity.

Purpose. *To investigate the impact of stress factors on students, especially in the context of military operations, and to identify effective approaches to develop their psychological resilience. The article also aims to analyze the key factors that contribute to the formation of stress resilience and offer practical recommendations for overcoming stress in the educational environment, with a focus on social support, self-regulation, and information hygiene.*

Methods. *The analysis of scientific literature, which reveals the field of stress psychology and the formation of stress resistance, was used. The study focuses on the factors that influence students' resilience to stressful situations.*

Originality. *It is a comprehensive approach to studying students' stress resistance in the context of military operations, reflecting the current realities and challenges of the educational process in Ukraine. We have developed recommendations for educational institutions aimed at creating a psychologically comfortable environment for students, especially in the context of military conflicts.*

Conclusion. *We have shown that stress is an integral part of young people's lives, affecting their physical and emotional health, especially during study and in times of war. It should be noted that stress, especially during war, negatively affects students' learning and psychological state. Anxiety, emotional exhaustion, and loss of motivation reduce their learning effectiveness. Developing psychological resilience is the key to overcoming these challenges. Through self-regulation, emotional stability, and support from others, students can better adapt to difficult conditions. Social support, psychological competence, and physical health are important for the development of stress resistance. A psychologically comfortable learning environment helps to minimize stress, while emotional intelligence and a healthy lifestyle help students successfully overcome difficulties. Prospects for further research can be seen in a deeper study of the impact of stress on the mental health of young people during military conflicts, the effectiveness of various methods of developing stress resistance and psychological support. An important factor is the study of the relationship between social support, emotional intelligence and student performance, as well as the development of innovative approaches to creating a comfortable learning environment.*

Key words: *psychological resilience; stressors; prevention; students; environmental stressors; martial law.*

Концептуалізація – Каськов І. В.

Методика – Соловей І. О.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 17.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 23.12.24.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

МОРАЛЬНО ПСИХОЛОГІЧНИЙ СТАН ЯК СКЛАДОВА ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗДОРОВ'Я ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Катинський В. М. слухач Національного університету оборони України

Стасюк В. В. доктор психологічних наук, професор, професор кафедри внутрішніх комунікацій Національного університету оборони України
<https://orcid.org/0000-0002-7943-8456>

У статті досліджується сукупність соціальних, офіцерських, морально-психологічних факторів, що полягає у відображенні в конкретних умовах життєдіяльності забезпеченні психологічного здоров'я та реалізації розвитку ЗС України. Акцентовано увагу на психологічну готовність та підготовленість військовослужбовців до виконання певної діяльності. Фокус зосереджено саме на психологічній готовності особового складу військ. Сформульовано рекомендації для персоналу психологічної підтримки щодо ефективного вирішення проблем морально психологічного стану військовослужбовців.

Ключеві слова: морально психологічний стан; морально етичні фактори; психологічні фактори; військовий колектив; підрозділ; дисципліна.

Вступ Військовослужбовці які знаходяться постійно у зоні бойових дій, схильні до гострих стресових ситуації, що виходять за рамки звичного людського досвіду і небезпечні для життя, знижують рівень морально-психологічного стану та негативно відображаються на психічному здоров'ї. В більшості випадків людина перебуває у стані тимчасового стресу тобто в ситуаціях які його спричинили. Психотравмуючі чинники, бойові дії та реакції на стрес, часто залишають після себе психічні розлади, крім того, викликають напруженість і дезадаптивні форми поведінки, які виявляються в наростанні конфліктів або обмежень сфери контактів. депресії та ПТСР – це все негативно впливає на психічне здоров'я військовослужбовців але особистісні характеристики людини допомагають у подоланні стресу або зменшують його вплив. Тому, психічне здоров'я та психосоціальне благополуччя наших військовослужбовців належать до найважливіших проблем сьогодення.

Теоретичне підґрунтя. Проблемою вивчення морально психологічного стану останнім часом займались В.В. Стасюк, Н.А. Агаєв, В.І. Алещенко, О.М. Кокун, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, К.О. Кравченко, О.В. Тімченко, Ю.М. Широбоков, Я.В. Мацегора, І.В. Воробйова, О.С. Колесніченко, І.І. Приходько, О.Д. Сафін, О.Г. Скрипкін, С.В.

Василенко, Є.В. Пузирьов, В.В. Ізвеків, О.А. Блінов, Л.В. Могілевський, І.В. Іваненко. Зазначеною особливістю стресостійкості визначали концепції таких зарубіжних учених: I. Janis, Jerry Kennard, G. Selye, Zoran Komar, Клавдія Герберт. Наукові розробки, проблем стресостійкості представлені доробками таких учених, науковців та практиків: Н. Агаєвим, В. Алещенком, О. Кокуном, М. Корольчуком, Н. Лозінською, А. Неуровою, В. Остапчуком, В. Осьодло, І. Пішко, Є. Потапчуком, І. Приходько, О. Сафіним, О. Тімченком і іншими авторами.

Морально психологічний стан присутній у кожній сфері життєдіяльності особистості, це робить його сильно розповсюдженим та значимим явищем у житті людини. Розуміння специфіки даного явища є основною умовою для усвідомлення шляхів боротьби зі стресом (причинами та наслідками). Психологічний підхід орієнтований на вивчення впливу стресу, емоції, поведінку, когнітивні процеси та фізіологічні реакції людини. Прояви процесів, які відбуваються в організмі під час стресових ситуацій, мають різний вплив на кожного військовослужбовця.

Метою вивчення аспектів морально психологічного стану у військовослужбовців є розуміння впливу стресових факторів під час бойових дій на психічне та фізичне здоров'я військових, та вміння їм запобігати.

Це дозволяє виявити та попередити можливі психічні розлади, такі як тривожність, депресія та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), а також розробити ефективні методи профілактики та психологічної підтримки. Крім того, вивчення бойового стресу допомагає покращити адаптацію військовослужбовців до стресових умов і забезпечити їхню боєздатність та психологічну стійкість.

Вивчення морально психологічного стану у військовослужбовців та надання рекомендацій по самопомозі при стресових ситуаціях формує психологічну стійкості до бойових стрес-факторів; для запобігання розвитку постстресових психічних розладів у військовослужбовців.

Методи дослідження проведення заходів морально психологічного забезпечення, формування і підтримання морально-психологічного стану, дисципліни особового складу.

Результати і обговорення. Досліджуючи особливості психологічного стану військовослужбовців, Василенко С.В. зазначає, що у зв'язку з постійним негативним психологічним впливом умов служби на психіку військовослужбовців, відзначається явище, коли адаптаційні можливості організму не відповідають рівню зовнішнього стресу. Це може виявлятися на поведінковому рівні у вигляді підвищеної агресивності, тривожності, небажання йти на службу чи повертатися додому. З часом частішають випадки зловживання алкоголем, порушення дисципліни та несумлінного виконання службових обов'язків (Василенко, 2020).

Досліджуючи морально психологічний стан у військовослужбовців, авторський колектив Тімченко О.В. зазначають, що соціально-психологічне виникнення стресу являють собою, ситуаційне-середовище. До психологічних чинників автори відносять: наявність тривожно-недовірливого стану типу характеру; недостатні адаптаційні можливості та низький рівень нервовопсихічної стійкості; недостатній розвиток захисних механізмів; низький рівень морально-етичної нормативності; наявність акцентуацій характеру; низький рівень комунікативного потенціалу;

схильність до девіантної поведінки (Тімченко, Кравченко, & Широбоков, 2017).

Результатом згуртованості колективу є поліпшення індивідуальної адаптації до навколишнього оточення й активніше залучення людей до діяльності, відчуття ними особистої безпеки. До соціально-психологічних параметрів колективу, якими можна керувати, належать: згуртованість колективу; сумісність працівників, які до нього входять; психологічний клімат; колективна думка і настрої; традиції колективу (Dolha, 2018). Психологічний клімат – це та неофіційна атмосфера, яка складається в будь-якому колективі. За здорового психологічного клімату люди охоче спілкуються один з одним, схильні до взаєморозуміння. В таких умовах створюється доброзичлива емоційна обстановка, яка здатна ефективно вирішувати службові завдання.

Тобто, психічне здоров'я – це не лише відсутність психічних розладів і форм інвалідності. Психічне здоров'я – це також і стан благополуччя, в якому людина може повністю реалізувати власні здібності, може простояти звичним життєвим стресам, продуктивно працюючи та докладаючи зусиль для суспільного внеску.

Рівень морально психологічного стану на даний момент часу визначається численними соціальними, психологічними і біологічними факторами. Так, наприклад, незадовільний соціально-економічний статус людини визнається чинником ризику для морально психологічного стану. Незадовільний стан психічного здоров'я пов'язаний із швидкими соціальними змінами, стресовими умовами на роботі, гендерною дискримінацією, соціальним відчуженням, шкідливим впливом навколишнього середовища, незадовільним медичним забезпеченням, нездоровим способом життя, фізичними хворобами, а також із порушеннями прав людини (Гриценко, Белов, Котова, Пустовойт, 2006).

З метою попередження негативного впливу зовнішніх (соціальних, біологічних) і внутрішніх (психологічних) факторів, що обумовлюють різноманітні психологічні особливості їх прояву в професійній діяльності, профілактиці професійних

деформацій, професійного вигорання профілактичну роботу варто вести за трьома напрямками:

- інформування про специфіку діяльності, про негативний вплив різних факторів на стан психологічного здоров'я;

- емоційна підтримка (використання прийомів психологічного розвантажування, арттерапія, наявність кімнати психологічного розвантажування. Це є комплексним методом оптимізації психічних процесів, який включає в себе фізико-психологічні та психологічні засоби відновлення працездатності та запобігання втомлюваності емоційного характеру.

- підвищення значущості конкретного підрозділу (визнання досягнень, використання матеріальних стимулів (преміювання; оголошення подяки).

У вивченні морально психологічного стану окремого військовослужбовця застосовуються методи індивідуальної консультації та аналізу результатів повсякденної та бойової діяльності, психологічного спостереження, тестування.

Негативний морально психологічний стан виникає під впливом сильних зовнішніх і внутрішніх стресорів в екстремальних умовах, бойових діях. Це призводить до порушень психічного, психологічного та фізичного здоров'я. Психіка людини в бойових умовах зазнає серйозних травм, які можуть мати деструктивні наслідки: від порушень сну та підвищеної дратівливості до серйозних психічних проблем, що вимагають допомоги фахівця психіатричного профілю (Могілевський, 2022). Військовослужбовці потребують не тільки групових навчань, тренінгів а й індивідуальних консультацій. Що значною мірою має надання необхідної психологічної інформації та створення відповідних умов для надання психологічної допомоги. Оскільки успіх в індивідуальній консультації значною мірою залежить від контакту, що встановлюється між офіцером психологом та військовослужбовцем то можна виокремити такі її етапи: підготовка до бесіди, встановлення контакту, орієнтування в ситуації й людях, обговорення питання і прийняття рішення, вихід із контакту.

Результатом якого є підвищення якості життя людини, корегування стосунків, вирішення проблем особистісного, сімейного характеру.

Також збереження морально психологічного стану є основним елементом повсякденної діяльності військовослужбовців та здатна відображати тривалі, статичні душевні переживання. Психічні стани: стрес, настрій, страх, гнів, радість, агресія (Потапчук, 2004)

Висновки.

Дослідження морально психологічного стану є ключовим аспектом, що визначає рівень, прогнозування найбільш боєздатних та найменш боєздатних підрозділів.

Морально психологічний стан та його наслідки для військовослужбовців говорять про наявність особистісних відхилень фактори, які значно збільшують ймовірність розвитку стресового розладу у військовослужбовців. Це є результатом тривалого напруження та внутрішньої настороженості. Внаслідок цього відзначається виражена мінливість настрою з експресивним вираженням почуттів, а також спалахів роздратування та переключення на стереотипне виконання звичних дій у бойовій обстановці.

Збереження морально-психологічного стану — це безперервний процес, який потребує уваги та зусиль. Регулярне самоспостереження і підтримка з боку оточення можуть значно покращити загальне психічне здоров'я.

Морально-психологічний стан відіграє ключову роль у збереженні психологічного здоров'я військовослужбовців. Він охоплює емоційний, когнітивний та соціальний аспекти життя. Позитивні емоції та здатність справлятися з негативними переживаннями допомагають підтримувати баланс у психічному стані. Вміння виражати свої емоції і шукати підтримку у близьких – важливі фактори. Підтримка з боку родини та побратимів, а також участь у психологічних реабілітаційних заходах, сприяють покращенню морально-психологічного стану. Взаємодія з іншими військовослужбовцями допомагає зменшити відчуття самотності і стресу. Уміння справлятися зі стресом через релаксаційні

техніки, фізичну активність допомагає підтримувати морально-психологічний стан на стабільному рівні.

Важливо забезпечити доступ до психологічної допомоги військовослужбовцям, включаючи консультації з фахівцями, групи підтримки та програми реабілітації. Впровадження регулярних тренувань та симуляцій можуть підготувати військових до стресових ситуацій, зменшуючи їхній страх і тривогу. Ефективне управління морально-психологічним станом суттєво впливає на бойову готовність і загальний добробут військовослужбовців.

Також слід враховувати, що реінтеграція у цивільне життя після війни є складним процесом, який може збільшити ризик депресії та суїцидальної поведінки. Морально психологічний стан може значно впливати на здатність ветеранів повернутися до нормального життя.

Отже, підходи до налагодження морально психологічного стану повинні враховувати комплексність, індивідуалізований підхід, та систему створення програм підтримки для військових.

Список використаних джерел

1. Блінов, О. А., (2020). Психологія бойового стресу. [автореф. дис. докт. псих. наук]. Київ. 45 с.
2. Василенко, С., (2020). Особливості впливу стресогенних умов професійної діяльності на психіку військовослужбовців Збройних Сил України. *Вісник Національного університету оборони України*, 45-50.
3. Гриценко В., Белов В., Котова А., Пустовойт О. Здоров'я людини як багатоаспектна проблема. *Вісник національної академії наук*. 2006, № 6. С. 51-56.
4. Жигайло, Н., & Матеюк, О., (2022). Психологічний супровід військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. *Перспективи та інновації науки*, 9 (14).
5. Іваненко, І. В., & Меднікова, Г. І., (2021, 26-28 грудня). Психологічні аспекти адаптації комбатантів до умов мирного життя. *In The 6 th International scientific and practical conference - Topical issues of modern science, society and education.*, 2019, Kharkiv, Ukraine. 1889 p. (p. 904-909).
6. Кокун, О.М., Агаєв, Н.А., Пішко, І.О. & Лозінська, Н.С., (2015). Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій: *Методичний посібник*. Київ: НДЦ ГП ЗСУ
7. Лигун, Н.В., (2022, 13 травня). Психологічні прояви бойового стресу. *Актуальні проблеми менеджменту та безпекової діяльності в умовах глобалізаційних виклики сучасності* : матер. наук.-практ. інтер.-конф., 2022, Львів, С. 234-238.
8. Могілевський, Л.В., (2022, 25 березня). Психологія бойового стресу працівників Національної поліції. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України*: тези доп. Всеукр. наук.-практ. конф., 2022, Харків, ХНУВС, С. 109-111.
9. Музичко, Л.Т., (2023, 20-22 листопада). Психологічні чинники переживання стресу військовослужбовцями. *In The X International Scientific and Practical Conference " Trends and prospects for the development of modern education"*, 2023, Munich, Germany. 422 p. (p. 346).
10. Підлісний, Ю., (2023). Психологічні особливості переживання бойової психотравми комбатантами. *Юридична психологія*, 33(2), 113-119.
11. Погапчук Є. М., Матеюк О. А. Деякі аспекти проблеми збереження та зміцнення психічного здоров'я військовослужбовців // *Психологія. Збірник наукових праць*. НПУ імені М. П. Драгоманова, Випуск 11, 2000. С. 435-438.
12. Приходько, І., (2022). Показання та протипоказання до проведення психологічної реабілітації військовослужбовців після виконання завдань в екстремальних (бойових) умовах. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, (2), 4.
13. Прудка, Л.М., & Пасько, О.М., (2024). Психологічні аспекти адаптації військових, які брали участь у бойових діях. *Правничий часопис*, 86.
14. Пузирьов, Є.В., & Ізвєков, В. В., (2023). Бойовий стрес та його наслідки для військовослужбовців. *Вчені записки Таврійського національного університету імені VI Вернадського*, 34(73), 203-209.
15. Скрипкін, О.Г., (2021, 11 листопада). Соціально-психологічні аспекти реінтеграції комбатантів до вітчизняного мирного соціуму: запити й очікування. *Психолого-педагогічні проблеми підготовки військового професіонала у глобалізованому світі* : матер. наук.-практ. конф., 2021, Київ, с. 240-242.
16. Тімченко, О.В., Кравченко, К.О., & Ширококов, Ю.М., (2017). Соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців-учасників антитерористичної операції: монографія.

17. Dolha H. V. (2018). Psykholohichni aspekty upravlinnya personalom: problemy teorii ta praktyky. [Psychological aspects of personnel management: problems of theory and practice]. *Naukovyy zhurnal "Intelekt XXI"*. [Scientific journal "Intellect XXI"] Vyp. 2, S. 72.
18. Komarova V. (2010). Osnovni pryntsyipy y metody efektyvnoho upravlinnya personalom. [Basic principles and methods of effective personnel management] *Efektyvnist' derzhavnoho upravlinnya : zbirnyk naukovykh prats'*. [Efficiency of public administration: a collection of scientific works] Vyp. 24. S. 188–195.

References

1. Blinov, O. A., (2020). Psykholohiya boyovoho stresu. [avtoref.dys.dokt.psykh. nauk]. [Psychology of combat stress. [PhD thesis] Kyiv. 45 s. (in Ukrainian)
2. Vasylenko, S. (2020). Osoblyvosti vplyvu stresohennykh umov profesiynoyi diyal'nosti na psykhyku viys'kovosluzhbovtziv Zbroynykh Syl Ukrainy. *Visnyk Natsional'noho universytetu oborony Ukrainy* [Peculiarities of influence of stressful conditions of professional activity on the psyche of the military personnel of the Armed Forces of Ukraine. *Bulletin of the National Defence University of Ukraine*], 45-50. (in Ukrainian).
3. Gritsenko V., Belov V., Kotova A., Pustovoit O. Human health is a multifaceted problem. *Bulletin of the National Academy of Sciences*. 2006, no. 6. pp. 51-56.
4. Zhyhaylo, N. & Mateyuk, O. (2022). Psykholohichnyy suprovid viys'kovosluzhbovtziv u zoni vedennya boyovykh diy. *Perspektyvy ta innovatsiyi nauky* [Psychological support of military personnel in the combat zone. *Prospects and innovations in science*], 9 (14). (in Ukrainian)
5. Ivanenko, I. V., & Mednikova, H. I., (2021, 26-28 hrudnya). Psykholohichni aspekty adaptatsiyi kombatantiv do umov myrnoho zhyttya. [Psychological aspects of combatants' adaptation to civilian life] *In The 6 th International scientific and practical conference - Topical issues of modern science, society and education.*, 2019, Kharkiv, Ukraine. 1889 p. (p. 904-909). (in Ukrainian)
6. Kokun, O.M., Ahayev, N.A., Pishko, I.O. & Lozins'ka, N.S., (2015). Osnovy psykholohichnoyi dopomohy viys'kovosluzhbovtziv v umovakh boyovykh diy: *Metodychnyy posibnyk*. [Fundamentals of psychological assistance to military personnel in combat conditions: *A methodological guide*] Kyiv: NDTs HP ZSU (in Ukrainian)
7. Lyhun, N.V., (2022, 13 travnya). Psykholohichni proyavy boyovoho stresu. Aktual'ni problemy menedzhmentu ta bezpekovoyi diyal'nosti v umovakh hlobalizatsiynykh vyklykiv suchasnosti [Psychological manifestations of combat stress. *Current issues of management and security activities in the context of globalisation challenges*]: mater. nauk.-prakt. inter.-konf., 2022, L'viv, S. 234-238. (in Ukrainian)
8. Mohilevs'kyi, L.V., (2022, 25 bereznya). Psykholohiya boyovoho stresu pratsivnykiv Natsional'noyi politysiyi. Psykholohichni ta pedahohichni problemy profesiynoyi osvity ta patriotychnoho vykhovannya personalu systemy MVS Ukrainy: [Psychology of combat stress of the National Police officers. *Psychological and Pedagogical Problems of Professional Education and Patriotic Education of the Personnel of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine*] tezy dop. Vseukr. nauk.-prakt. konf., 2022, Kharkiv, KHNUVS, S. 109-111. (in Ukrainian)
9. Muzychko, L.T., (2023, 20-22 lystopada). Psykholohichni chynnyky Perezhyvannya stresu viys'kovosluzhbovtziv. [Psychological factors in the experience of stress by military personnel] *In The X International Scientific and Practical Conference" Trends and prospects for the development of modern education"*, 2023, Munich, Germany. 422 p. (p. 346). (in Ukrainian)
10. Pidlisnyy, Y.U., (2023). Psykholohichni osoblyvosti Perezhyvannya boyovoyi psykhotravmy kombatantamy. [Psychological peculiarities of combatants' experiencing combat trauma. *Legal psychology*] *Yurydychna psykholohiya*, 33(2), 113-119. (in Ukrainian)
11. Potapchuk E. M., Mateyuk O. A. Actual aspects of the problem of preserving and valuing the mental health of military servicemen // *Psychology. Collection of scientific works. NPU named after M. P. Drahomanov*, Issue 11, 2000. P. 435-438
12. Prykhod'ko, I., (2022). Pokazannya ta protypokazannya do provedennya psykholohichnoyi reabilitatsiyi viys'kovosluzhbovtziv pislya vykonannya zavdan' v ekstremal'nykh (boyovykh) umovakh. Problemy ekstremal'noyi ta kryzovoyi psykholohiyi, [Indications and contraindications for psychological rehabilitation of military personnel after performing tasks in extreme (combat) conditions. *Problems of extreme and crisis psychology*] (2), 4. (in Ukrainian)
13. Prudka, L.M., & Pas'ko, O.M., (2024). Psykholohichni aspekty adaptatsiyi viys'kovykh, yaki vzyaly uchast' u boyovykh diyakh. *Pravnychyy chasopys*, [Psychological aspects of adaptation of military personnel experienced combat operations. *The legal journal*] 86. (in Ukrainian)

14. Puzyr'ov, YE. V., Izvyekov, V. V., (2023). Boyovyy stres ta yoho naslidky dlya viys'kovosluzhbovtziv. Vcheni zapysky Tavriys'koho natsional'noho universytetu imeni VI Vernads'koho, [Combat stress and its consequences for military personnel. *Scientific Notes of V.Vernadsky Tavriia National University*] 34(73), 203-209. (in Ukrainian)

15. Skrypkin, O.H., (2021, 11 lystopada). Sotsial'no-psykholohichni aspekty reintehratsiyi kombatantiv do vitchyznyanoho myrnoho sotsiumu: zapyty y ochikuvannya. Psykholoho-pedahohichni problemy pidhotovky viys'kovoho profesionala u hlobalizovanomu sviti [Social and psychological aspects of reintegration of combatants into the domestic peaceful society: demands and expectations. *Psychological and pedagogical problems of training a military professional in a globalised world*] : mater. nauk.-prakt. konf., 2021, Kyiv, s. 240-242. (in Ukrainian)

16. Tymchenko, O.V., Kravchenko, K.O., & Shyrobokov, Y.M., (2017). Sotsial'no-psykholohichni determinanty vynyknennya boyovoho stresu u viys'kovosluzhbovtziv–uchasnykiv antyterorystychnoyi operatsiyi: monohrafiya [Socio-psychological determinants of combat stress in military personnel participating in the anti-terrorist operation: a monograph]. (in Ukrainian)

17. Dolha H. V. (2018). Psykholohichni aspekty upravlinnya personalom: problemy teorii ta praktyky. [Psychological aspects of personnel management: problems of theory and practice]. *Naukovyy zhurnal "Intelekt XXI"*. [Scientific journal "Intellect XXI"] Vyp. 2, S. 72.

18. Komarova V. (2010). Osnovni pryntsyipy y metody efektyvnoho upravlinnya personalom. [Basic principles and methods of effective personnel management] *Efektivnist' derzhavnoho upravlinnya : zbirnyk naukovykh prats'*. [Efficiency of public administration: a collection of scientific works] Vyp. 24. S. 188–195.

Summary

MORAL AND PSYCHOLOGICAL STATE AS A COMPONENT OF MAINTAINING THE PSYCHOLOGICAL HEALTH OF MILITARY PERSONNEL

Katynskiy V. M. Student at the National Defense University of Ukraine

Stasiuk V. V. doctor of psychological sciences, professor, professor of the Internal Communications Department of National Defense University of Ukraine

Introduction. Military personnel who are constantly in the combat zone are prone to acute stressful situations that go beyond the scope of usual human experience and are dangerous for life, reduce the level of morale and psychological state and have a negative impact on mental health. In most cases, a person is in a state of temporary stress, that is, in situations that caused it. Psychotraumatic factors, combat actions and reactions to stress, often leave behind mental disorders, in addition, cause tension and maladaptive forms of behavior, which are manifested in the growth of conflicts or limitations of the sphere of contacts. depression and PTSD - all this has a negative effect on the mental health of military personnel, but the personal characteristics of a person help to overcome stress or reduce its impact. Therefore, the mental health and psychosocial well-being of our servicemen are among the most important problems today.

Purpose. The purpose of studying aspects of the moral and psychological state of military personnel is to understand the impact of stress factors during combat operations on the mental and physical health of military personnel, and the ability to prevent them.

Methods. Carrying out measures of moral and psychological support, formation and maintenance of the high morale of the army, moral and psychological state, discipline of personnel.

Originality. This scientific article is a review, summarizing and analyzing the results of contemporary scientific research on the moral and psychological state.

Conclusion. The study of morale and psychological state is a key aspect that determines the level, forecasting of the most combat-capable and least combat-capable units. Combat stress and its consequences for servicemen indicate the presence of personal deviations and low moral and psychological preparedness as factors that significantly increase the likelihood of developing a stress disorder in servicemen. This is the result of prolonged stress and inner vigilance. As a result, there is marked change in mood with expressive expression of feelings, as well as outbursts of irritation and switching to the stereotypical performance of usual actions in a combat environment. The moral and psychological state plays a key role in maintaining the psychological health of military personnel. It covers emotional, cognitive and social aspects of life. Positive emotions and the ability to cope with negative experiences help maintain balance in the mental state. The ability to express one's emotions and seek support from loved ones are important factors.

Support from family and siblings, as well as participation in psychological rehabilitation measures, contribute to the improvement of the moral and psychological state. Interaction with other servicemen helps

Питання психології

reduce feelings of loneliness and stress. The ability to cope with stress through relaxation techniques, physical activity helps to maintain a moral and psychological state at a stable level.

It is important to ensure that military personnel have access to psychological support, including counseling, support groups, and rehabilitation programs. Implementing regular drills and simulations can prepare soldiers for stressful situations, reducing their fear and anxiety. Effective management of morale and psychological state significantly affects the combat readiness and general well-being of servicemen.

It should also be considered that reintegration into civilian life after war is a complex process that can increase the risk of depression and suicidal behavior. Combat trauma and adjustment difficulties can significantly affect veterans' ability to return to normal life.

Therefore, approaches to improving the moral and psychological state should take into account the complexity, individualized approach, and the system of creating support programs for the military.

Key words: *moral and psychological state; moral and ethical factors; psychological factors; military team; unit; discipline.*

Концептуалізація – Стасюк В. В.

Методика – Катинський В. М.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 08.12.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 11.01.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ПРО ФЕНОМЕНОЛОГІЧНІ ВАРІАНТИ ІНДИВІДУАЛЬНОГО ІМІДЖУ:
ПСИХОЛОГІЧНИЙ ДИСКУРС**

Кучерявий А. О. доктор педагогічних наук, професор,
професор кафедри військової психології та педагогіки,
Військовий інститут Київського національного
університету імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0000-0003-0510-4864>

У статті здійснено аналіз формування системи дій і понять, що забезпечує формування іміджу як соціального феномену, що представляє особливий вид орієнтування людини у собі, у власному особистісному просторі, у культурному оточенні за допомогою різноманітних зовнішніх і внутрішніх засобів соціальної перцепції і соціального пізнання. Зокрема, зазначається, що трактування особистості з погляду психології розвитку дозволяє розглядати індивідуальний імідж як момент соціальної ситуації розвитку, створений самою особистістю відповідно до власних можливостей. У цьому разі процес формування індивідуального іміджу стає перехідним моментом в особистісному розвитку, важливим для розв'язання найближчих і віддалених особистісних завдань.

Ключові слова: імідж; особистість; формування іміджу; соціальний феномен; соціальна перцепція і соціальне пізнання.

Вступ. В процесі онтогенезу людина привласнює широкий спектр людинознавчих знань. Одні з них допомагають їй освоїти основні засоби спілкування з оточуючими людьми, виокремити основні види і типи взаємодії із навколишнім середовищем, інші спрямовані на пізнання себе як суспільного індивіда, створення адекватного уявлення власного тіла, зовнішності, індивідуального образу тощо. Саме тут образ себе стикається із культурною нормою і втілюється не лише у зовнішніх атрибутах іміджу, а й у внутрішній позиції, манерах тощо. Нас цікавить, яким чином в процесі онтогенезу у людини складається орієнтування у царині власного індивідуального образу, власного тіла і зовнішнього вигляду, як і де набуваються такі знання, за допомогою яких засобів, а також основні психологічні закономірності становлення індивідуального іміджу. Такі узагальнення спеціально не виокремлені у культурі (або якщо виокремлені, то вкрай рідко у доступній причинно-наслідковій формі), а являють собою синкретичне know how, своєрідне неявне знання (за М.Полані), розрізнені закономірності, часткові артефакти або випадкові рекомендації. Аналізуючи розвиток індивіда, можна дійти висновку, що у сучасній культурі людина стихійно і самотійно набуває знання такого роду. Найчастіше вона залишається сам на сам із проблемою формування уявлення про себе, і розв'язується ця проблема проходженням

тривалого емпіричного шляху, методом проб і помилок. Цілеспрямовано жоден із суспільних інститутів (сім'я, школа, виш, професійна спільнота тощо) не займається цією проблемою. Людина майже завжди самотійно створює засоби отримання такого роду знань, які дозволяють вибудовувати власний образ у світі.

Виразні засоби створення зовнішнього вигляду, будучи одним з основних «зовнішньо-внутрішніх» знаків у культурі, слабко використовуються (сприймаються, розуміються і відтворюються) нерідко навіть представниками однієї субкультури. Їхній семіотичний бік виявляється заданим об'єктивним ходом розвитку сучасної культури, але непоміченим і тому неусвідомленим людиною. Саме від знання та вміння використовувати такі зовнішні засоби багато у чому залежить, як вона сприйматиме себе та інших, наскільки успішно складеться її професійне та особисте життя. Іншими словами, найважливіша ланка людської культури залишається незатребуваною цілими поколіннями, а отже, загальний знаковий простір кожної особистості є неабияк звуженим.

У зв'язку з цим актуальність проблеми іміджу можна обґрунтувати таким чином: по-перше, теоретико-психологічний аспект полягає у тому, що поняття імідж прагне активно завоювати поняттєвий простір психології та при цьому, незважаючи на

зусилля дослідників, особливо останнього десятиліття, продовжує багато у чому залишатися у межах повсякденного розуміння. Водночас, зважаючи на обширність накопиченої фактології, очевидно, що імідж є моментом особистості, тому для побудови загальної теорії розвитку особистості необхідна обґрунтована і детальна асиміляція цього поняття у категоріальний апарат психології. По-друге, аналіз сучасної практики оцінювання та побудови іміджу особистості (професіонала, чоловіка чи жінки, підлітка чи дорослого тощо) показує, що знайдені форми поверхневої чи глибокої психологічної роботи можуть бути продуктивними, психологічно насиченими та справді проблемними вузлами перетворення особистісної структури. Відстеження цього досвіду і переведення його у царину систематичного психологічного вивчення дозволяють кваліфіковано осмислити наявні результати. По-третє, навіть миттєвий погляд на сучасну культуру відзначає надзвичайну загребуваність особистості в усіх суспільних, професійних та інтимних моментах буття, фіксує граничну загостреність проблеми зовнішнього та внутрішнього в особистості та її побуті, констатує необхідність розроблення етичних, естетичних і психологічних нормативів зрілого індивідуального іміджу. По-четверте, обмеженість наукових досліджень іміджмейкерів і психологів розглядом іміджу з позиції результату сприйняття, отриманого в процесі інтерсуб'єктної взаємодії, зводить складну дійсність становлення індивідуального іміджу до віднайдення найпродуктивніших технологій, що забезпечують створення позитивного іміджу-образу, думки, і не дозволяє розкрити істинну природу і генезу індивідуального іміджу.

Теоретичне підґрунтя. Створення, оцінка та розуміння сутності індивідуального іміджу постає як послідовна низка практичних і теоретичних завдань лише впродовж останнього півстоліття. До цього низку століть європейська культура здебільшого керується ідеями тотожності образу і сутності феноменів культури та мистецтва. Етикет, архітектура, живопис, декори та орнаменти, форми спілкування і

влади, одяг і хода, інтер'єри й антуражі тощо. - усі ці моменти культури активно включаються в особистісне «звільнення», починаючи виконувати дедалі складніші знаково-символічні функції. Показати щось іншим, заявити про себе, позначити статус, висвітити наміри, посилити враження тощо. - усіх функцій і не перелічити, чи стосується наш розгляд раблезіанської епохи, іспанського двору за Д.Веласкеса, англійського суспільства Р.Гейнсборо, імперії Фрідріха Великого або італійських звичаїв часів комедії дель-арте. Одночасно напрацьовуються канони і правила, стереотипи і шаблони оригінальності, норми і характерологічні межі, відшліфовуються стилі і моди, зміст освіти і критерії морального обличчя. Перший етап психологічного освоєння іміджу можна охарактеризувати як такий, що підпорядковується законам емпіричного узагальнення. Об'єктом дослідження стає професійний імідж, імідж державних і політичних діячів, бізнесменів, діячів культури та мистецтва, імідж компаній, громадських, державних або комерційних акцій тощо. Сьогодні можна спостерігати особливий стан психології, що ґрунтується на майже фізичному відчутті необхідності розроблення проблеми особистості відповідно до її іміджу, який вона набуває, який вона ігнорує або який важко вибудовує. Ціла низка досліджень, проведених останнім часом, також наполегливо переконує у тому, що люди живуть у просторі Особистості, що множинно оформлюється, для якої зовнішній імідж і внутрішній його зміст є певними координатами розвитку.

Мета статті – аналіз формування системи дій і понять, що забезпечує створення індивідуального іміджу як особливого виду орієнтування людини у собі, у власному особистісному просторі, у культурному оточенні за допомогою різноманітних зовнішніх і внутрішніх засобів.

Методи дослідження – контент-аналіз, порівняння, систематизація, класифікація.

Результати та обговорення. Об'єктивний аналіз свідомості людини в її «вершинних» проявах, людини, способом

існування якої є її особистісний розвиток, людини, яка шукає шляхи для власного духовного звільнення став основою культурно-історичної концепції (Frauenglass, M. & Diaz, R., 1985). Якщо гуманістична психологія намагалася мати справу хоч і з винятковими, але усе ж таки вже наявними випадками, то психологія мистецтва у розумінні її засновника дозволяє побачити людину, яка ще лише настає, яка взагалі ніде не реалізована, якої ще немає серед людей, але яка може бути. Психологічна і духовна організація людини, до якої приводить дослідника культурно-історична психологія мистецтва, - це психічна і духовна організація людини обдарованої, яка невпинно працює над власним розвитком. Орієнтація на таку людину і установка на оволодіння процесами розвитку людини - одна з центральних цінностей. Особистість є поняттям соціальним, воно охоплює надприродне, історичне у людині. Вона не народжена, але виникає як результат культурного розвитку, тому особистість є поняттям історичним. Особистість розвивається як ціле. Лише тоді, коли особистість опановує ту чи іншу форму поведінки, лише тоді вона піднімає її на вищий щабель. Сутність культурного розвитку полягає у тому, що людина оволодіває процесами власної поведінки, але необхідною передумовою для цього оволодіння є утворення особистості, і тому розвиток тієї чи іншої функції є завжди похідним і зумовленим розвитком особистості у цілому (Siraj-Blatchford, I., 2009).

Особистість є соціальне у кожному із нас. Ототожнюється культурний розвиток дитини і становлення її особистості. Поняття «особистість» як культурне, соціальне утворення виявляється тотожним самосвідомості. В процесі формування особистості дитина переходить від неусвідомленої світодіяльності до усвідомлення свого «Я», власного внутрішнього світу і до формування свідомого ставлення до навколишнього, інших людей. Розвиток особистості визначає середовище через переживання дитиною його впливів. Для пояснення умов розвитку особистості було уведено поняття «соціальна

ситуація розвитку» як система стосунків, у яку дитина вступає у суспільстві, за допомогою якої вона орієнтується у системі суспільних стосунків, входить у нові сфери суспільного життя (Crawford, K., 1996).

Для процесу формування особистості основним принципом є принцип діяльнісного опосередкування. Сутність його полягає у похідності особистісних утворень від реального буття суб'єкта, у необхідності під час дослідження особистості виходу за межі самих цих утворень у світ реального життя, у світ діяльностей, що їх опосередковують. Саме через сукупність діяльностей, через буття людини відбувається привласнення культури, відбувається подвоєння значень, яке й породжує особистісні смисли людського існування. Поза цілеспрямованою активністю, не будучи освоєною діяльністю, культура є для людини лише розрізненим і відчуженим набором значень, правил, норм тощо. Світ людської культури передує особистості та являє собою невичерпне джерело можливостей, смисловираження. Однак, перш ніж стати смисловою внутрішньоособистісною реальністю, значення мають бути опосередковані діяльністю, пройти через життя, буття людини. У контексті подібного трактування особистості програма передбачала насамперед радикальний перегляд меж психологічного: психологія мала зайнятися аналізом того, що із традиційної т.з. психічним не було: мнемотехнічні знакові системи, системи письма та числення, схеми, твори мистецтва, костюм тощо. Навіть система т.з. «мушок», які європейські модниці у 18-19 ст. наносили на обличчя, щоб відповідним чином зорганізувати увагу співрозмовника, мала тепер увійти до кола явищ, що підлягають психологічному аналізу. Інтерпретуючи імідж у межах цього підходу, необхідно зазначити, що він як символічний образ є одним із засобів довільної організації поведінки людини та поведінки інших людей.

Розвиток культурно-історичної концепції у психології встановлював проєкцію особистості на діяльнісну, буттєву площину, коли особистість розглядали як суб'єкт діяльності (Berk, L. E., 1994). У цьому разі виокремлювався важливий аспект, що підкреслює активну природу людини,

значення продуктивної діяльності для формування і прояву особистості. Дослідження процесу породження і трансформацій особистості людини в її діяльності, що відбувається у конкретних соціальних умовах, на думку О.Кокуна (Кокун, О. М., 2013) і М.Казанжи (Казанжи, М. Й., 2020), було ключем до її справжнього розуміння. Вони розглядають особистість як внутрішній момент діяльності, неповторну єдність, що виконує роль вищої інтегративної інстанції, яка керує психічними процесами, цілісне психологічне новоутворення, що формується у життєвих відносинах індивіда як результат перетворення його діяльності. Особистість - це те, що людина створює із себе, утверджуючи свою неповторну траєкторію життя.

Таким чином, під час розвитку особистості необхідно, щоб об'єктивні і спочатку поза людиною існуючі значення та ідеали, насамперед, значення та ідеали моральні, набували особистісного сенсу, ставали власним, пережитим, активним ставленням людини до світу. Роль дорослого при цьому є надзвичайною, оскільки він позиціонується як живе уособлення тих смислових рівнів, якими поки що не володіє і найчастіше навіть не передбачає дитина. На ці рівні, через спільні переживання, через спільну діяльність, вона може з часом піднятися. Такий вплив, щоб бути дієвим, засвоєним, вимагає як необхідну умову відповідного зусилля, активності у відповідь, прийняття і привласнення.

Сучасні дослідження особистості у межах культурно-історичної теорії розглядають її як орган формування і самобудівництва у собі людини, яка постійно координує і спрямовує (Wertsch, J. V., Sohmer, R., (1995). Особистість у вузькому розумінні - це сама позиція людини у цьому складному світі, яка задається системою загальних смислових утворень. У ширшому розумінні - це динамічна система смислових утворень, що опосередковують її головні мотиви і способи їхньої реалізації. Будучи особистістю, людина реалізується як автономний носій і суб'єкт суспільно вироблених форм діяльнісного ставлення до світу. Ця якість позиціонується як здатність

оволодіння власною поведінкою, яка є породженням соціального за своїм характером способу життя людини. Особистість - вища психологічна інстанція організації та управління власною поведінкою, що полягає у подоланні самого себе.

Присвоєння, використання знаків і символів людиною, знайомство та опанування культурних еталонів, побудова на їхній основі та за їхньою допомогою власного ідеального образу (та іміджу, зокрема) є одним із найважливіших моментів в особистісному розвитку. Мова і є системою орієнтирів, необхідною для діяльності у цьому речовому і соціальному, одним словом - предметному світі. Чи використовують люди цю систему для власного орієнтування, чи забезпечують за її допомогою орієнтування інших людей - це питання є не настільки принциповим. Засвоєння нової мови є переходом на новий образ світу, необхідний для порозуміння і співпраці із носіями цієї іншої мови та іншої культури. Щоб мова могла слугувати засобом спілкування, за нею має бути єдине або подібне розуміння реальності, та єдність та узгодженість дій у ній мають своєю передумовою можливість адекватного спілкування.

У культурно-історичній концепції (Wertsch, J. V., Tulviste, P., 1992) заведено розглядати людину як таку, що виробляє, будує знаряддя та інструменти власного розвитку. Знаряддя можуть бути як зовнішніми, речовими, так і внутрішніми, психологічними. Це спосіб мислення, спеціальні прийоми запам'ятовування, уява, побудова образу, використання знака тощо. Таким чином, правомірно вести мову про процес створення індивідуального іміджу як експлікації особистості за допомогою символічних зовнішніх елементів іміджу, які створені у культурі та інтеріоризовані людиною, а як результат дають їй можливість опанувати власну поведінку і тим самим розвивати власну особистість.

Сучасні психологи, розглядаючи особистість, прагнуть представити її як цілісну систему. Як зазначають українські дослідники (Балл, Г. О., Медінцев, В. О., 2011; Максименко, С. Д., (2016),

особистісний смисл об'єктів, явищ і подій, що відображаються у свідомості суб'єкта, презентується йому за посередництвом емоційного забарвлення образів, або їхньої структурної трансформації. Цим, однак, свідомість лише виокремлює і підкреслює те, що є значущим для суб'єкта, і ставить перед ним завдання на смисл, на усвідомлення того, яке конкретне місце в його житті посідають відповідні об'єкти чи події, з якими мотивами, потребами та цінностями суб'єкта вони пов'язані і як саме. Використовуючи схему Дж. Б'юдженталя для класифікації рівнів глибини спілкування, вони розрізняють їх за ступенем залученості трьох основних компонентів спілкування: уваги до іміджу, уваги до змісту та вираження внутрішніх переживань.

Імідж постає як засіб досягнення певних політичних, професійних, комерційних та ін. цілей за рахунок маніпулювання громадською думкою. Напевно, найважливіше завдання полягає у тому, щоб розрізнити маніпулятивний і психологічно адекватний підходи до індивідуального іміджу. Очевидно, що у першому індивідуальний імідж позиціонується як прагматичний засіб, у другому - як мета особистісного розвитку. Ця телеологічна відмінність робить вельми вразливою структуру особистості за тієї чи іншої спрямованості: чи то людина орієнтована на повноцінне вдосконалення, чи то на створення вигляду, імітацію. Маніпулятивний підхід, націлений на створення привабливого вигляду людини, визначає індивідуальний імідж як штучно сформований образ, з метою щось приховати, змінити, виглядати так, щоб сподобатися.

Тракування особистості з погляду психології розвитку дозволяє розглядати індивідуальний імідж як момент соціальної ситуації розвитку, створюваний самою особистістю відповідно до власних можливостей. У цьому разі процес формування індивідуального іміджу стає перехідним моментом в особистісному розвитку, важливим для розв'язання найближчих і віддалених особистісних завдань. Поєднання настільки багатьох підстав індивідуального іміджу призводить до того, що сучасне дослідження ставить

більше завдань, ніж може вирішити. Проблема особистості, зрозуміло, є набагато складнішою за проблему індивідуального іміджу, але водночас індивідуальний імідж, який видається актуальним, поширеним, значущим сучасним особистісним завданням, вимагає від психолога аналізу, що, як і чому відбувається, коли особистість починає шукати і віднаходити власний індивідуальний імідж.

Вибудовуючи генезис спонтанного становлення індивідуального іміджу, людина привласнює знання у царині іміджу та опановує дії з його створення самостійно. Особливо необхідно зазначити, що можливі випадки «випередження» описаних вікових меж, коли у дитини або підлітка спостерігається якісно складніші іміджі, порівнюючи з однолітками та окремими зрілими людьми. Такі приклади процесу становлення індивідуального іміджу можна спостерігати випадках, коли дитина починає освоювати діяльність, пов'язану із необхідністю публічних виступів («музикант», «танцюрист», «артист» тощо).

Дослідження спонтанного становлення індивідуального іміджу дозволило визначити його основні стадії. Процес становлення індивідуального іміджу в онтогенезі постає таким чином. В процесі культурного розвитку людини, привласнюючи суспільні норми, правила, значення, ідеали, образи та зразки поведінки, відбувається формування особистості та становлення її індивідуального іміджу. Так, на ранніх етапах онтогенезу імідж людини складається незалежно від її волі, формується її найближчим оточенням, а сама людина лише починає опановувати великий пласт культурних образів - певну систему іміджів, які існують для неї поки що розрізнено, у неявній формі. Соціальні та психологічні інститути (сім'я, дитячий садочок, школа, секція, гурток, референтна група тощо), допомагають зорганізувати це неявне знання у певну систему структурованих образів і зразків поведінки. Тут має місце перше виокремлення дійсності індивідуального іміджу, а також здійснюється перехід на новий етап становлення індивідуального іміджу, коли дитина (підліток) починає співвідносити власну поведінку, власну

зовнішність із цими соціальними вимогами, які ставлять щодо неї та її групи. Але поки що цей імідж не можна повноправно назвати індивідуальним, оскільки стосовно самого підлітка він ще залишається чимось зовні заданим. Згодом через цілу сукупність діяльностей, до яких долучається підліток, розгортається інтенсивне привласнення культури «дозволеного Я», інтеріоризації різноманітних символічних образів, відбувається подвоєння значень, що й породжує особистісні смисли. Людина активно починає використовувати привласнені знання для створення власного індивідуального іміджу відповідно до соціальних і суспільних вимог. На цьому етапі уявлення про систему іміджів, власний індивідуальний імідж, про особистісні особливості залишаються різною мірою розрізненими, нецілісними, синкретичними і колекційними. Продуктивність створення індивідуального іміджу на цьому етапі, в окремих випадках (залежно від активності людини, її затребуваності - якраз у випадках залучення до сцени, спорту, громадської роботи), може бути високою, але сам імідж залишається стосовно людини зовнішньою системою вимог.

Висновки. Таким чином, усі етапи розвитку іміджу характеризують процес спонтанного становлення індивідуального іміджу. Спеціальна організація соціальної ситуації розвитку у межах проєктної форми навчання, представлення орієнтування у культурних ідеалах, що історично складаються, символіки зовнішніх елементів індивідуального іміджу, організація умов, що забезпечують означування та рефлексію особистісних особливостей, організація та забезпечення референтом групи у межах цієї діяльності та активність самої людини, призводять до якісної зміни природи самого іміджу. Створений у такий спосіб індивідуальний імідж є тотожним особистості, свідомість, довільність процесу його побудови дозволяє людині не просто використовувати його як засіб досягнення певних цілей, а й стає результатом її орієнтування, яке відображає певний етап розвитку особистості. Активність людини у подальшому опануванні нових знань у цій царині, розширенні орієнтування і довільності моделювання, аналізі та рефлексії індивідуального іміджу, сприяє постановці нових життєвих цілей і появи нового сенсу буття.

Список використаних джерел

1. Балл, Г. О., Медінцев, В. О. (2011). Особистість як індивідуальний модус культури і як інтегративна якість особи. *Горизонти освіти*, 3, 7-14.
2. Кокун, О. М. (2013). Життєве та професійне сомоздійснення як предмет дослідження сучасної психології. *Практична психологія та соціальна робота*, 9, 1-5.
3. Казанжи, М. Й. (2020). Самоздійснення особистості: сутність і специфічні характеристики. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. Вип. 1, 27-33.
4. Максименко, С. Д. (2016). Поняття особистості у психології. *Психологія і особистість*, 1, 11-17. - Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Psios_2016_1_3
5. Berk, L. E. (1994). Vygotsky's theory: The importance of make-believe play. *Young Children*, 50(1), 30-39.
6. Crawford, K. (1996). Vygotskian approaches to human development in the information era. *Educational Studies in Mathematics*, (31),43-62.
7. Frauenglass, M. & Diaz, R. (1985). Self-regulatory functions of children's private speech: A critical analysis of recent challenges to Vygotsky's theory. *Developmental Psychology*, 21(2), 357-364.
8. Siraj-Blatchford, I. (2009). Conceptualising progression in the pedagogy of play and sustained shared thinking in early childhood education: A Vygotskian perspective. *Educational and Child Psychology*, 26(2), 77-89.
9. Wertsch, J. V., & Tulviste, P. (1992). L.S. Vygotsky and contemporary developmental psychology. *Developmental Psychology*, 28(4), 548-557.
10. Wertsch, J. V., Sohmer, R. (1995). Vygotsky on learning and development. *Human Development*, (38), 332-37.

References

1. Ball, G. O., Mjedincev, V. O. (2011). Osobystist' jak indyvidual'nyj modus kull'tury i jak integratyvna jakist' osoby [Personality as an individual modus operandi of culture and as an integrative quality of a person]. *Goryzonty osvity*, 3, 7-14 (in Ukrainian)

2. Kokun, O. M. (2013). Zhyttjeve ta profesijne somozdijsnennja jak predmet doslidzhennja suchasnoi' psihologii' [Life and professional self-fulfilment as a subject of research in modern psychology]. *Praktychna psihologija ta social'na robota*, 9, 1-5 (in Ukrainian)
3. Kazanzhy, M. J. (2020). Samozdijsnennja osobystosti: sutnist' i specyfichni harakterystyky [Self-fulfilment of the individual: essence and specific characteristics]. *Naukovyj visnyk Hersons'kogo derzhavnogo universytetu. Serija «Psihologichni nauky»*. Vyp. 1, 27-33 (in Ukrainian)
4. Maksymenko, S. D. (2016). Ponjattja osobystosti u psihologii' [The concept of personality in psychology]. *Psihologija i osobystist'*, 1, 11-17. - Rezhym dostupu: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Psios_2016_1_3 (in Ukrainian)
5. Berk, L. E. (1994). Vygotsky's theory: The importance of make-believe play. *Young Children*, 50(1), 30-39.
6. Crawford, K. (1996). Vygotskian approaches to human development in the information era. *Educational Studies in Mathematics*, (31), 43-62.
7. Frauenglass, M. & Diaz, R. (1985). Self-regulatory functions of children's private speech: A critical analysis of recent challenges to Vygotsky's theory. *Developmental Psychology*, 21(2), 357-364.
8. Siraj-Blatchford, I. (2009). Conceptualising progression in the pedagogy of play and sustained shared thinking in early childhood education: A Vygotskian perspective. *Educational and Child Psychology*, 26(2), 77-89.
9. Wertsch, J. V., & Tulviste, P. (1992). L.S. Vygotsky and contemporary developmental psychology. *Developmental Psychology*, 28(4), 548-557.
10. Wertsch, J. V., & Sohmer, R. (1995). Vygotsky on learning and development. *Human Development*, (38), 332-37.

Summary

ON PHENOMENOLOGICAL VARIANTS OF INDIVIDUAL IMAGE: PSYCHOLOGICAL DISCOURSE

Kucheriavyi A. Doctor of Pedagogical Sciences,
Full Professor, Professor of the Department of
Military Psychology and Pedagogy, Military
Institute of Taras Shevchenko National University

Introduction. *In the process of ontogenesis, a person appropriates a wide range of human knowledge. Some of them help a person to master the basic means of communication with other people, to identify the main types of interaction with the environment, while others are aimed at cognition of oneself as a social individual, creating an adequate representation of one's own body, appearance, individual image, etc. It is here that the self-image collides with the cultural norm and is embodied not only in the external attributes of the image, but also in the internal attitude, manners, etc. We are interested in how, in the process of ontogenesis, a person develops an orientation in the sphere of his or her own individual image, body and appearance, how and where such knowledge is acquired, by what means, as well as the main psychological patterns of individual image formation. Such generalisations are not specifically identified in culture (or if they are, they are rarely in an accessible causal form), but are syncretic know how, a kind of tacit knowledge (according to M. Polanyi), scattered patterns, partial artefacts or random recommendations.*

The purpose is analysis of the formation of a system of actions and concepts that ensures the creation of an individual image as a special type of orientation of a person in himself, in his own personal space, in the cultural environment with the help of various external and internal means.

Methods – content analysis, comparison, systematisation, classification.

Originality. *Today, we can observe a special state of psychology based on an almost physical feeling of the need to develop the problem of personality in accordance with the image it acquires, ignores or builds with difficulty. A number of recent studies also strongly suggest that people live in the space of a personality that is being formed in multiple ways, for which the external image and its internal content are certain coordinates of development.*

Conclusion. *The article analyses the formation of a system of actions and concepts that ensures the formation of an image as a social phenomenon representing a special type of orientation of a person in himself, in his own personal space, in the cultural environment with the help of various external and internal means of social perception and social cognition. In particular, it is noted that the interpretation of personality from the point of view of developmental psychology allows us to consider an individual image as a moment of a social situation of development created by the individual himself or herself in accordance with his or her own capabilities. In this case, the process of forming an individual image becomes a transitional moment in personal development, important for solving immediate and long-term personal tasks.*

Keywords: *image; personality; image formation; social phenomenon; social perception and social cognition.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 04.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 18.12.24

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ОСОБИСТІСНІ РЕСУРСИ ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

Макаров О. В. здобувач PhD,

Уманський державний педагогічний

університет імені Павла Тичини

<https://orcid.org/0009-0001-9578-341X>

Стрілець В. В. викладач кафедри

внутрішніх комунікацій

інституту стратегічних комунікацій

Національного університету оборони України

<https://orcid.org/0009-0006-9409-3341>

Як показує огляд літератури, у психології описано широке коло перемінних, які можна віднести до особистісних ресурсів. Однак навіть поверхневий аналіз наявних досліджень особистісних ресурсів дозволяє виявити низку теоретичних труднощів і суперечностей, що призводять до неоднорідності поняття особистісних ресурсів у сучасній психології. Різні підходи постулюють різні об'єкти «докладання» особистісних ресурсів як ключові (суб'єктивне благополуччя, подолання стресу, ефективність діяльності, особливості її саморегуляції тощо); при цьому очевидно, що як сам список ресурсів, так і те, які з них розглядаються як основні, залежить від того, які залежні перемінні поставлено «на чільне місце». До теперішнього моменту зіставлення особистісних ресурсів відбувається, як правило, за двома напрямками. По-перше, це виокремлення умовно найбільш «важливого» конструкту. По-друге, існує тенденція до інтегрального розуміння особистісних ресурсів і важливим емпіричним завданням є обґрунтування такої інтеграції.

Ключові слова: особистісні ресурси; суб'єктивне благополуччя; подолання стресу; ефективність діяльності; саморегуляція.

Вступ. Останнім часом дослідники активно вивчають психологічні механізми впливу індивідуально-психологічних особливостей на процеси виходу людини із складних життєвих ситуацій, а також на регуляцію її повсякденної діяльності. При цьому різні автори дедалі частіше використовують такі дефініції, як «ресурси» і «потенціал», «особистісні стилі», маючи на увазі, зокрема, ту особливу роль, яку відіграють особистісні чинники в організації діяльності людини та підтримці її психологічного благополуччя.

Теоретичне підґрунтя. Сама дефініція «ресурси особистості» доволі нещодавно з'явилась у психологічній науці, запозичена вона була з теорії управління та економічної науки, а останні 20 років починає зовйовувати у психології дедалі більш важливе місце. Проблема ресурсів розглядалась у наукових розвідках як українських, (І.Ващенко, Г.Дубчак, Б.Іваненко, В.Казібекова, Н.Каргіна, О.Корнієнко, С.Кузікова, Г.Павленко, О.Сашуріна, Т.Щербак та ін.), так і зарубіжних (П.Балтес, Е.Дінер, Р.Лазарус,

С.Фолкман, С.Мадді, С.Гобфол, Р.Баумейстер та ін.) психологів.

Дефініція «ресурси» вважається міждисциплінарною. Існуючі концепції ресурсів піддіють аналізу широкий спектр усіляких ресурсів, при цьому виокремлюються зовнішні, внутрішні, матеріальні, економічні, фінансові, трудові, адаптаційні, природні, психологічні, когнітивні, віртуальні, інформаційні, соціальні, фізіологічні, а також особистісні. У широкому розумінні ресурсами (ressource (фр.) - допоміжний засіб) можна вважати те, що може задіяти людина з метою забезпечення якості життя та ефективного існування. Таким чином, ресурсами можна вважати матеріальні об'єкти, майно, можливості, запаси, соціальні зв'язки, грошові кошти, а також здібності, які належать окремому індивіду, групі чи певній спільноті. За таких умов ресурси розглядаються не в об'єктно-суб'єктній площині, а в якості процесів, що актуалізують внутрішні і зовнішні умови, які можуть сприяти залученню нових компонентів до суб'єктної активності,

інсталюванню зв'язків між попередніми і новими компонентами і які ініціюють виникнення нових станів і структур. Виокремлюють інтерсуб'єктні ресурси, під якими розуміють процеси взаємодії людей, позасуб'єктні ресурси, під якими розуміють умови середовища, а також інрасуб'єктні ресурси, під якими розуміють індивідуально-психологічні особливості суб'єкта.

Переважає більшість дослідників наголошують на системній організації і динамічній взаємодії ресурсів. З одного боку, системна організація, усілякі ресурси не функціонують ізольовано один від одного, вони є системою, яка є загальним ресурсним запасом, що може постійно поповнюватись, акумулюватись чи виснажуватись. З іншого боку, існує динамічна взаємодія, коли людина демонструє здатність набувати, використовувати, обмінювати, втрачати, зберігати ресурси протягом своєї життєдіяльності. На кшталт кругообігу природних ресурсів, С.Гобфолл (Hobfoll S.E., 2011) запропонував таку метафору - «ресурсоворот». У межах його концепції однією із складових ресурсної системи є особистісні ресурси.

Мета статті – теоретичний аналіз проблеми особистісних ресурсів у психологічній науковій думці.

Методи дослідження – контент-аналіз, порівняння, систематизація, класифікація.

Результати та обговорення. У широкому розумінні особистісні ресурси - це індивідуально-психологічні особливості, які пов'язують з успішним виконанням різних видів діяльності та які допомагають досягти вищого рівня психологічного благополуччя. Різні автори під ними розуміють риси, установки, атрибутивні схеми, цінності, стратегії поведінки та стратегії подолання негативних наслідків стресс-чинників та ін. При цьому під особистісними ресурсами пропонується розглядати такі конструкти, як базисні переконання, надія, чесноти та сили характеру, суб'єктивна вігальність, оптимізм, життєстійкість, толерантність до невизначеності, локус контролю, резильєнтність, почуття зв'язності, майстерність, самоефективність і багато ін.

У підходах А.Бандури, С.Гобфола, Ф.Лютанса, С.Мадді особистісні ресурси

розглядають як флексибільні особистісні властивості (state-like), яким притаманна прижиттєва генеза і які можуть бути розвинутими чи відкорегованими. Цим такі підходи відрізняються від теорії рис, у якій наголошується на стійкому (trait-like) характері індивідуально-психологічних особливостей, що становлять ядро особистості x78і. Підтвердженням цьому є роботи експериментального характеру із формування відповідних особистісних особливостей - психологічного капіталу, життєстійкості, навченого оптимізму та інших ресурсних параметрів.

При тому, що дефініція «особистісні ресурси» стала вельми популярною та знайшла активне застосування у дослідженнях психологічного напрямку, підходи до їхнього визначення, розуміння їхніх функцій і структури, класифікації є неоднорідними. Можна зустріти як дослідників, які обґрунтовують принципову нетотожність цих характеристик, так і таких, які закликають до застосування моделі «єдиного чинника». Через це на сьогодні актуалізується проблема теоретично систематизувати наявні особистісні ресурси і зіставити результати виконаних емпіричних досліджень з проблеми особистісних ресурсів у різноманітних ситуаціях життєдіяльності.

Із результатів емпіричних досліджень стає очевидним, що різним видам діяльності відповідає різний набір якостей особистості. Саме ці якості обумовлюють успішність і освоєння, і виконання певних видів діяльності, саме вони виконують роль регуляторів рівня психофізіологічної активації і психічної напруженості. Питома вага різноманітних ресурсів особистості щодо успішного подолання стресу і підтримки психологічного благополуччя також є різною з огляду на ситуаційні і середовищні чинники, особливості вибірки. Між тим аналіз наукових джерел із зазначеної проблеми дозволяє виокремити ключові особистісні властивості, які є детермінантами успішного подолання стресів, якості життя, психологічного благополуччя та ефективної самої діяльності.

Проаналізуємо найбільш розповсюджені у науковій психології особистісні якості

(ресурси), визначальний вплив яких на психологічне благополуччя доведено у численних дослідженнях.

Життєстійкість. С.Мадді (Maddi S., 2004) та С.Кобейса (Kobasa S.C., 1979) у контексті подолання важких життєвих ситуацій і стресів розроблено конструкт життєстійкості, який позиціонується як загальна життєва диспозиція, змістом якої є система переконань про світ і стосунки з ним, про себе. Зазначений теоретичний конструкт було валідизовано на великій вибірці обстежуваних, рівень життєстійкості яких давав можливість прогнозувати ступінь стресу, погіршення фізичного здоров'я і психосоматичні захворювання у ситуації загрози потенційного звільнення. Життєстійкість складається із трьох базових переконань, за допомогою яких відображається залученість особистості в процес життя (залученість). Ці залученості є притаманним наявністю зв'язків зі світом, низький рівень відчуження, прийняття «викликів» життя (прийняття ризику), внутрішній локус контролю (контроль), що дозволяє людині давати позитивну оцінку тій ситуації, з якими вона стикається (це може бути, приміром, знаходження вигоди у важких життєвих ситуаціях, а також можливостей, щоб упоратись із труднощами). Численними дослідженнями було доведено, що життєстійкість є детермінантою зниження вірогідності розвитку як психічних, так і соматичних симптомів у ситуації стресу, підтримання суб'єктивного добробуту та якості життя в умовах, коли можливості здоров'я є обмеженими, продуктивності та успішності фахівців. Її можна вважати центральним особистісним конструктом. Саму життєстійкість можна зміцнювати і розвивати в процесі спеціально розроблених тренінгів (Maddi S.R., 1987; Кузікова С.Б., Щербак Т.І., 2023).

Резильєнтність (resilience). Її нерідко розглядають як конструкт, синонімічний життєстійкості. Між тим при певній схожості визначення цих обох конструктів, існує принципова відмінність між ними. Це здатність до психічної регенерації, відновлення після стресових ситуацій, і наступного посттравматичного зростання. Її більшою мірою пов'язують зі здатністю

підвищити рівень функціонування, із посттравматичним зростанням. Резильєнтність на відміну від життєстійкості слід розглядати не як особистісну диспозицію (рису), а стан, якому притаманна здатність до розумного розподілу і застосування власних ресурсів у складних ситуаціях, цей стан має сприяти підтримці психологічного благополуччя. У свою чергу життєстійкість, якщо розглядати контекст успішного подолання стресів, може розглядатись тим ресурсом, що сприяє зберіганню наявного рівня функціонування. По-друге, у контексті особливостей розвитку поняття життєстійкості позначає конкретну групу переконань, що сприяють подоланню стресу (вони складають необхідний, але, можливо, не достатній перелік). А поняття резильєнтності застосовують для позначення будь-яких особливостей, що сприяють подоланню стресу тобто воно має менш чітку структуру, цей конструкт є більш широким.

А.Антоновскі (Antonovsky A., 1984) запропонував термін «почуття зв'язності» (sense of coherence). Ним пояснюють здатність людини когнітивно, узгоджено та емоційно сприймати події, що відбуваються, як такі, що контролюються нею. До складу цього конструкту входять такі складові, як керованість, збагненість та осмисленість. На думку А.Антоновскі ця умова є засадничою в аспекті мобілізації ресурсів, щоб подолати наявні труднощі і зберегти фізичне здоров'я. Керованість характеризує ступінь сприйняття людиною тих ресурсів, якими вона володіє, як таких, що є достатніми, щоб сформувати адекватну відповідь на ті вимоги, які навколишнє середовище висуває перед нею. Під збагненістю розуміється ступінь сприйняття інформації, яка надходить до людини, як ясної, впорядкованої, структурованої або, навпаки, непередбачуваної, заотичної, тривожної, через що стресова подія сприймається не як випадкова, а як ланка у ланцюжку життєвих подій. Осмисленість – ця складова визначається тим, який смисл надається складності події; це осмислене ставлення до розвитку цієї події.

Дослідження засвідчують, що високо розвинене відчуття зв'язності є

детермінантою як психічного благополуччя, так і фізичного здоров'я (у довгостроковій і короткостроковій перспективах), зокрема і на робочому місці. Як зазначає А. Антоновскі (Antonovsky A., 1985), існують три можливих напрямки впливу на здоров'я почуття зв'язності. По-перше, наслідком впливу почуття зв'язності можуть бути фізіологічні змін в організмі - нормалізації роботи імунної та ендокринної систем (тобто його вплив є зворотнім на протидію фізіологічним наслідкам стресового впливу). По-друге, люди, які мають високе почуття зв'язності, є схильними до уникнення ризикованої поведінки і практикують поведінку, спрямовану на зміцнення і підтримання власного здоров'я. По-третє, почуття зв'язності чинить вплив на когнітивну оцінку актуальних подій: вони сприймаються як більш керовані і тому менш загрозливі. Зафіксовано негативний кореляційний зв'язок почуття зв'язності із депресивністю, тривожністю, стресом, нейротизмом і професійним вигоранням. Позитивну кореляцію зафіксовано - із показниками соматичного і психічного здоров'я.

Оптимізм. Під ним традиційно прийнято розуміти позитивну рису особистості, яка пов'язується із радістю, успіхом, задоволеністю і благополуччям. На цей час у психології знайшли найбільше поширення дві концепції, у них оптимізм має різні функції і значення. Концепція диспозиційного оптимізму (Carver C.S., Scheier M.F., 2002), у ній оптимізм розглядається як позитивна настанова щодо майбутнього. Вона сприяє ефективній діяльності суб'єкта та його активності і вважається за результатами досліджень як один із важливих чинників та умов подолання стресів, які спричинені хронічними хворобами. Між тим, у випадку, коли оптимізм є занадто високим, позитивне переосмислення майбутнього може також мати і негативні наслідки: можуть не справдитись певні ілюзорні очікування, при цьому її носій може себе наражати ризик, який може бути невиправданим.

M. Seligman (Seligman M., 2002) пропонує альтернативний підхід до розуміння природи оптимізму, він розглядає

його саме як атрибутивний стиль. Такий стиль передбачає пояснення подій позитивного характеру через посилення на причини, стійкі у часі за характером, вони можуть стосуватись усіх сфер життя і бути пов'язаними із самим суб'єктом. У свою чергу негативні події, навпаки, можуть бути пов'язаними із зовнішніми, тимчасовими та частковими причинами. Його дослідження, як і деяких інших дослідників переконують у тому, що успішність у різноманітних видах діяльності частіше за все може бути пов'язана з атрибутивним стилем, що має оптимістичний модус і який позиціонується як ресурс підтримки мотивації. А в окремих видах діяльності (до яких, наприклад, можна віднести юриспруденцію) найбільш продуктивним може бути атрибутивний стиль з песимістичним модусом.

До важливих ресурсів слід також віднести і самооцінку. Вона є характеристикою самоствалення, це ставлення людини до самої себе (негативне чи позитивне). На відміну від розуміння самооцінки в українській психології, зарубіжні дослідники застосовують більш вужчий конструкт «self-esteem», це особливий тип самоствалення, що характеризується відчуттям потреби іншим людям і цінності власної особистості (Coopersmith S., 1968). В україномовному дискурсі цьому поняттю скоріше за все відповідає термін «самоцінність», більш ширшим поняттям є self-evaluation (оцінка себе). Між тим не усі вчені є солідарними щодо загального позитивного забарвлення цього теоретичного конструкту. Деякими з них виявлено прямий зв'язок нарцисизму і високої самоцінності, саме останнє вважається предиктором розвитку нарцисизму. Загалом, ці дані узгоджуються із результатами дослідження в українській патопсихології пограничних особистісних розладів і самосвідомості. Таким чином, як і у випадку оптимізму, ресурсна роль самооцінки детермінується рівнем її розвиненості.

Самоефективність. Цей теоретичний конструкт, розроблений (Bandura A., 1977) і переважно асоціюється із когнітивною оцінкою спроможності себе ефективно здійснювати діяльність та долати складні

ситуації. Саме цим він відрізняється від життєстійкості, яка представляє собою особистісну диспозицію, резильєнтності, під якою розуміється стан, а також оптимізму у вигляді установки. За даними досліджень, упевненість у власній ефективності обумовлює не лише успішність діяльності, а й фізичне здоров'я та психологічне благополуччя. Окремими авторами одержано емпіричні дані на користь того, що самоефективність є скоріше за все вторинною перемінною як похідна оптимізму. Приміром, дослідження симптоматики посттравматичних стресових розладів у постраждалих внаслідок землетрусу підтвердило захисну буферну функцію як самоефективності, так і оптимізму у випадку, якщо такі симптоми, як депресія і тривога, не усвідомлюються (Sumer N., Karanci A.N., Verument S.K., Gunes H., 2005). Між тим модераційний регресійний аналіз підтвердив, що лише оптимізм був чинником та умовою відсутності також і таких неусвідомлюваних посттравматичних симптомів, як нічні кошмари. Саме тому, визначальний характер самоефективності є більш значущою у ситуаціях гострого стресу, тоді як у ситуації хронічних стресів основними детермінантами є самооцінка та оптимізм. С.Хобфолл (Hobfoll S.E., 2002) також вважає, що самоефективність, яку можна розглядати як віру у власну спроможність ефективно виконувати діяльність, розв'язувати проблеми і долати стреси, є наслідком оптимізму і високої самооцінки. Він поділив ресурси за критерієм ролі, яка їм відводиться в процесі самодетермінації та саморегуляції, і відніс самоефективність до ресурсів стійкості, а життєдіяльність та оптимізм розглядав як ресурси саморегуляції, тим самим підкреслюючи різну природу цих теоретичних конструктів.

Толерантність до невизначеності – позитивне або нейтральне ставлення людини до ситуацій невизначеності (складних, незнайомих, неоднозначних, мінливих). На перших порах толерантність до невизначеності досліджували як характеристику особистості, що пов'язана із передчасним виходом із розв'язання завдання, опором до зміни нестійких

стимулів, «біло-чорним» поглядом на світ. У сучасних операціоналізаціях толерантність до невизначеності розглядається вже як стійка диспозиція особистості. Дослідники встановили зв'язки толерантності до невизначеності із задоволеністю роботою і психологічним благополуччям. Суб'єкти із низьким рівнем толерантності до невизначеності піддаються стресовому впливу більше, вони схильні уникати ризику і є більш чутливими до негативного зворотного зв'язку від своїх колег (Funham A., Ribchester T., 1995).

Самоконтроль. Здатність до контролю власної поведінки вважають такою характеристикою особистості, що обумовлює благополуччя та успішність діяльності, у т. ч. і у довгостроковій перспективі. Під час експерименту було доведено, що діти з вищим рівнем самоконтролю і які характеризуються здатністю відкладати задоволення заради відтермінованої винагороди, є більш благополучними у майбутньому, вони досягають успіхів у кар'єрі і володіють вищими статками. Деякі дослідники вважають, що контроль відіграє в процесі саморегуляції ключову роль.

За аналогією із виокремленням спільного генерального чинника інтелекту G у деяких ресурсних концепціях припускається існування інтегральної системної характеристики особистості, яка відповідає за контроль та організацію «ресурсовороту» (інвестиції, розподіл, набуття, втрата) (Hobfoll S., 2011), як такий чинник вищого порядку, роль якого полягає в опосередковуванні регулятивних процесів, який стає потенціалом самодетермінації та саморегуляції. У деяких наукових працях ведеться мова про наявність особистісного «стрижня», «ядра», «мотора», завдяки яким люди демонструють у важких життєвих ситуаціях стійкість, вони детермінують суб'єктивний добробут, задоволеності життям та якості життя людини. Дослідники не залишають спроб створити діагностичні інструменти, які б допомогли вимірювати системну організацію особистісних ресурсів і виявити інтегральний показник.

Проаналізуємо найвідоміших концепції «єдиного чинника», який детермінує

особистісні ресурси психологічного благополуччя.

Базове самооцінювання. Концепцію базового самооцінювання «Core self-evaluation» можна вважати однією із перших спроб виокремлення інтегрального показника, вона розглядається як фундаментальна оцінка власних здібностей, власної особистості, власної цінності. Така базова самооцінка складається із чотирьох базових особистісних характеристик: самооцінка, локус контролю, самоефективність емоційна стабільність. Самооцінку розглядають ключовою складовою, оскільки саме сприйняття себе як потрібного іншим, цінного, є ключовим чинником для наявності високої базової самооцінки (core self-evaluation). Цей конструкт розроблено в організаційній психології задля діагностики персоналу. Дослідження засвідчили, що висока базова самооцінка має предиктивну значущість для адаптації до організаційних змін, запобігання вигорянню на роботі, задоволеності роботою та продуктивності, а також загальної задоволеності життям. Більше того, встановлено пролонгований ефект високої базової самооцінки на благополуччя. У лонгітудному дослідженні залежності розміру доходів від базової самооцінки (Judge T.A., Hurst C, 2007.) доведено, що ті підлітки, які мали високу базову самооцінку, домоглися більших успіхів у професійній діяльності та мають вищий дохід.

Здатність до саморегуляції. Під час клінічних досліджень стресостійкості, спричиненої важкими хронічними захворюваннями, К.Шродер (Schroder K.E.E., 1997) розробив конструкт Self-regulation competence, який складається із трьох чинників: воля, віра у себе, емоційна стабільність. Подальші дослідження підтвердили, що наявність високих показників цих ресурсів детермінують збереження психологічного благополуччя навіть у складних життєвих обставинах, спричинених нездоров'ям, а також успішне подолання стресу, спричиненого проблемами зі здоров'ям. Було виявлено непрямі і прямі пролонговані ефекти особистісних ресурсів. Зокрема, було встановлено, що не лише власні особистісні ресурси людини є

чинникам и та умовами підтримання якості життя у разі хронічної хвороби, успішного одужання, а також і особистісні ресурси партнера (дружини/ чоловіка) можуть відігравати суттєву роль у подоланні труднощів, особливо у довгостроковій перспективі, під час якої їхня значущість стає ще більшою, ніж власні ресурси хворої людини. Також важливою є комбінація особистісних ресурсів партнерів, яку слід визнати унікальною, така комбінація надає їм можливість до створення спільних саморегуляційних патернів.

Психологічний капітал. Концепція психологічного капіталу (Luthans F., Youssef S.M., Avolio B.J., 2006) (PsyCap) базується на виокремленні єдиного чинника. Він складається із чотирьох особистісних властивостей: резильєнтність, оптимізм, самоефективність (self-efficacy), як віра у власну здатність до ефективної діяльності та ефективного подолання стресову на роботі, та надія (hope). Ця теорія широко застосовується на практиці в організаційному контексті, де психологічний капітал розглядається як чинник та умова продуктивності та ефективності діяльності співробітника, психологічного благополуччя на його робочому місці, задоволеності ним своєю трудовою діяльністю, низької плинності кадрів. Високий показник психологічного капіталу є також імперативною умовою успішного лідерства. Під час емпіричних досліджень доведено можливість розвитку позитивних характеристик особистості, які позиціонуються як компоненти психологічного капіталу. Крім того, розроблено методи впливу з метою підвищення рівня резильєнтності, оптимізму, самоефективності.

Особистісний потенціал. На відміну від психологічного капіталу, який, на думку його прибічників, хоча і можна збільшити шляхом розвитку позитивних особистісних рис, що входять до його складу, але який відображає лише поточний психологічний стан, особистісний потенціал розглядається як особистісний базис саморегуляції, який не зводиться лише до наявних особистісних ресурсів і потенційно може робити впливати на різні види діяльності. Він вважається

інтегральною системною характеристикою індивідуально-психологічних особливостей особистості, що є в основі її здатності зберігати ефективність діяльності і стабільність смислових орієнтацій на тлі мінливих зовнішніх умов і тисків, виходити зі стійких внутрішніх критеріїв у власній життєдіяльності. Це інтегральна характеристика зрілості особистості, маркерами якої є самодетермінація та ефективна саморегуляція у різних умовах та на різних етапах діяльності.

Деякі автори застосовують цей термін, щоб позначити характеристики, що складають основу можливості успішної адаптації до широкого репертуару чинників зовнішнього середовища. Між тим його розуміння лише як адаптаційного механізму суттєво звужує бачення проблеми. Зазначене поняття змістовно розкриває ідею особистості, що змінюється, у мінливому світі, і тому воно виходить за межі адаптації і приходить на зміну поняттю адаптації, маючи на увазі складні механізми подолання мінливої дійсності - не лише пристосування до заданих умов, а й готовність до їхньої зміни, і здатність до самостійного створення необхідних умов. Тобто особистісний потенціал може визначати, наскільки якість життя та психологічне благополуччя особистості залежать не від сприятливого збігу обставин, а від неї самої. Маються на увазі не стільки базові риси особистості чи настанови, а особливості системної особистісної організації у цілому, її прижиттєво сформована архітектоніка, що базується на складній схемі опосередкування і саморегуляції.

Високий показник особистісного потенціалу свідчить на користь особистісної здатності формувати гнучкі патерни саморегуляційних процесів для досягнення цілей, які є ефективними. Особистісний потенціал проявляє себе по-різному у ситуаціях: тиску та загрози із боку довкілля, коли на перший план виходять завдання подолати труднощі і зберегти ресурси; невизначеності, коли первинним завданням є самовизначення; досягнення вже визначених цілей.

Концепція особистісного потенціалу розглядає особистісні ресурси як відносно

стабільні особистісні якості (поведінкові та когнітивні, риси, атрибутивні схеми), завдяки яким стає можливим розв'язання завдань, що є актуальними для особистості, у т. ч. і у складних умовах діяльності. Вченими виокремлено декілька види таких ресурсів: психологічні ресурси саморегуляції, психологічні ресурси стійкості, інструментальні та мотиваційні ресурси, кожен з яких по-різному функціонує залежно від конкретного етапу саморегуляції. Дослідження, проведені на різних вибірках (підприємці, студенти, ті, хто постраждав від економічної нестабільності, люди з обмеженими можливостями здоров'я та ін.) засвідчили, що базові особистісні властивості є пов'язаними між собою, вони є складовими єдиного чинника, високий показник цього чинника є детермінантою якості життя та психологічного благополуччя особистості. До іншої особливості концепції особистісного потенціалу можна віднести підхід до виокремлення його складових: структура особистісного потенціалу не є попередньо заданною самою теоретичною концепцією, її підґрунтям є серія емпіричних досліджень, саме вони і демонструють важливість та унікальний внесок тих чи інших складових в процеси самодетермінації та саморегуляції у різноманітних ситуаціях. При цьому слід підкреслити динамічну складову особистісного потенціалу: елементи, що входять до складу особистісного потенціалу, формуються і модифікуються під впливом контекстів діяльності і тих життєвих завдань, у виконання яких включається індивід. Таким чином, особистісний потенціал задає потенціал можливостей реагування, які у конкретній ситуації можуть актуалізуватися.

Концепція особистісного потенціалу має системно-динамічний характер, який пояснює вплив ситуації діяльності на внесок різних особистісних характеристик у його структуру, показники психологічного благополуччя та успішності. Між тим низка характеристик особистості розглядається у контексті їхнього потенційного внеску у структуру потенціалу особистості (як особистісні ресурси): часова перспектива, життєстійкість, особистісний динамізм, толерантність до невизначеності, оптимізм, вітальність, самоефективність,

рефлексійність, особистісні чесноти та сили характеру, особистісна автономія і багато інших, відбулась розробка методів їхньої діагностики, досліджено їхній предиктивний потенціал з врахуванням різних етапів саморегуляції діяльності.

Висновки. Як свідчить огляд літератури, у психології описано широке коло перемінних, які можна віднести до особистісних ресурсів. Однак навіть поверхневий аналіз наявних досліджень особистісних ресурсів дозволяє виявити низку теоретичних труднощів і суперечностей, що призводять до неоднорідності поняття особистісних ресурсів у сучасній психології. Різні підходи постулюють різні об'єкти «докладання» особистісних ресурсів як ключові (суб'єктивне благополуччя, подолання стресу, ефективність діяльності, особливості її саморегуляції тощо); при цьому очевидно, що як сам список ресурсів, так і те, які з них розглядаються як основні, залежить від того, які залежні перемінні поставлено «на чільне місце». «Список» особистісних ресурсів залежить від того, який ступінь їхньої стабільності/мінливості автори вважають припустимим: від цього залежить, наприклад, чи можуть вважатися «ресурсами» такі різні перемінні, як характеристики поточного емоційного стану або коефіцієнт інтелекту. Хоча до теперішнього моменту можливість розвитку особистісних ресурсів (зокрема внаслідок експериментальних впливів) вважається ключовою їхньою характеристикою, переважна більшість ресурсних перемінних розглядаються при цьому як відносно стабільні диспозиції. Питання про співвідношення стабільності та мінливості ресурсів у межах різних їхніх визначень залишаються при цьому відкритими. Виокремлення конструктів різних рівнів забезпечує можливість їхньої систематизації, але самої проблеми не знімає: такої класифікації стає недостатньо, якщо постулюють одночасну стабільність і змінюваність конструктів (оптимізм, життєстійкість тощо) або їхню спадкоємність (наприклад, загальна самоефективність, самоефективність у конкретній ситуації, самоефективність на різних етапах діяльності). У цих випадках потрібне чітке

виокремлення того, за яких умов конструкт характеризується мінливістю, а за яких - стабільністю (або за якими законами відбувається «конкретизація» загального ресурсу в рамках тих чи інших специфічних ситуацій).

До теперішнього моменту зіставлення особистісних ресурсів відбувається, як правило, за двома напрямками. По-перше, це виокремлення умовно найбільш «важливого» конструкту.

Наприклад, найуніверсальнішими і найзначущішими предикторами упорання зі стресами та психологічного благополуччя визнано оптимізм і життєстійкість, які можна розглядати як диспозиційні особистісні конструкти, а самоефективність у деяких випадках пропонують вважати похідною від них перемінною. Умовність у цьому випадку спричинена як згадуваним широким списком залежних перемінних, так і неоднозначністю у розумінні самої «важливості», що переважно операціоналізується у дослідженнях як передбачувальна здатність. Тим часом передбачувальна здатність може характеризувати перемінну, яка є лише індикатором процесу, але помилково розглядається як механізм або пояснювальний конструкт. По-друге, існує тенденція до інтегрального розуміння особистісних ресурсів і важливим емпіричним завданням є обґрунтування такої інтеграції. Як показує аналіз літератури, активно розробляються емпіричні моделі єдиного чинника, що є спробою заповнити брак теоретичного аналізу та обґрунтування системного характеру особистісних ресурсів. Необхідно також зазначити розбіжність між теоретичним та емпіричним рівнями її розв'язання на сьогодні: обґрунтування системної будови неможливе ані за результатами факторного аналізу, ані через аналіз узгодженості конструктів, оскільки самі по собі ці дані вказують не на наявність системи, а на відмінності або схожості у змісті вимірюваних конструктів та у методах їхнього вимірювання. Першим кроком на цьому шляху має стати теоретичний опис системних взаємодій між різними ресурсами.

Важливим рухом у цьому напрямку є концепція особистісного потенціалу, що пропонує системно-діяльнісний підхід до вивчення ресурсів особистості. У межах цієї

концепції ресурсний характер властивостей особистості розглядають не як їхню стійку та універсальну властивість, а як такий, що виникає у конкретній ситуації певної діяльності завдяки здатності особистості гнучко та ефективно задіяти і використовувати наявні ресурси для досягнення цілей. Це дозволяє зняти низку суперечностей, пов'язаних, наприклад, із таким конструктом, як оптимізм, що може бути як корисним, так і шкідливим з погляду успішності діяльності, залежно від її поточних умов. На відміну від інших інтегральних концепцій особистісних ресурсів, у концепції особистісного потенціалу оптимізм не є ресурсом «за замовчуванням» (в усіх ситуаціях), але стає ним, коли його залучає особистість за тих умов, де він необхідний. У цьому сенсі він є складовою «потенціалу», з якого особистість може черпати ресурси для досягнення цілей. Ключову роль у цьому процесі відіграють не самі ресурси, а здатність особистості гнучко та ефективно задіяти їх: важливий не сам оптимізм, а вміння вчасно задіяти його, гнучко і реалістично дивитися на життєві ситуації. Роль когнітивної гнучкості останніми роками визнають і у західних теоріях, хоча ця ідея досі як слід не операционалізована, зокрема й у концепції особистісного потенціалу. Операціоналізація особистісного потенціалу як здатності до гнучкого та ефективного використання особистісних ресурсів у контексті завдань, що виникають, і вимог конкретної ситуації потребує розгорнутих досліджень і додаткової теоретичної роботи. Це дозволить

ставити проблему системної організації особистісних ресурсів і у ширшому контексті: з погляду особливостей їхньої взаємодії з іншими чинниками та ресурсами, взаємної причинності.

Особистісні ресурси не можуть вивчатися у відриві від контексту ситуації та конкретної діяльності, в якій вони діють, тобто, у відриві від того, що їх актуалізує. Тому функції особистісних ресурсів можна аналізувати лише у конкретному контексті діяльності. Сам контекст може бути заданий як життєві труднощі (у т.ч. повсякденні), стресогенні події або повсякденні вимоги, пов'язані із контекстом виконання певного виду діяльності. Лонгітудні дослідження свідчать, що взаємозв'язки між показниками психологічного благополуччя та особистісними характеристиками часто мають нелінійний характер. Тому виникає потреба у розробленні методів вивчення особистісних перемінних як таких, що заломлюють вплив об'єктивних середовищних чинників на психологічне благополуччя у різних контекстах діяльності. Перспективою подальших досліджень є побудова теоретичних моделей взаємодії чинників середовища, особистісних ресурсів і психологічного благополуччя та їхня емпірична валідація на різних вибірках і у різного роду ситуаціях, а також багатоступеневий системний аналіз організації особистісних ресурсів, вивчення специфічного внеску окремих особистісних ресурсів у конкретні наслідки у різних ситуаціях.

Список використаних джерел

1. Каргіна Н.В. Ресурси та чинники психологічного благополуччя особистості: дис. канд. психол. наук. Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К.Д. Ушинського», Одеса, 2018. 207 с.
2. Корнієнко І.О. Генеза опанувальної поведінки у життєвому просторі особистості: дис. ... д-ра психол. наук. Інститут психології ім. Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2018. 323 с.
3. Кузікова С.Б., Щербак Т.І. Життєстійкість як адаптаційний ресурс особистості у реальності невизначеності життя. *Слобожанський науковий вісник. Серія Психологія*. 2023. №2. С. 24-29. <https://journals.spu.sumy.ua/index.php/psy/issue/view/8/8>
4. Antonovsky A. (1984). The Sense of Coherence as a Determinant of Health // *Behavioral Health: a Handbook of Health Enhancement and Disease Prevention* / ed. by J.D. Matarazzo, N.Miller. New York, 194-202.
5. Antonovsky A. (1985). The Life Cycle, Mental Health and the Sense of Coherence. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*. Vol. 22, 4, 273-280.
6. Bandura A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
7. Carver C.S., Scheier M.F. (2002). Optimism. *Handbook of Positive Psychology* / ed. by C.R. Snyder, S.J. Lopez. Oxford University Press, 221-244.

8. Coopersmith S. (1968). The antecedents of self-esteem. San Francisco: W.H. Freeman. 283 p.
9. Funham A., Ribchester T. (1995). Tolerance of ambiguity: A review of the concept, its measurement and applications. *Current psychology*, 14, 179-199
10. Hobfoll S.E. (2011). Conservation of resource caravans and engaged settings. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84, 116–122.
11. Hobfoll S.E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of General psychology*, 6, 4, 307-324
12. Hobfoll S. (2011). Conservation of resources theory: its implication for stress, health, and resilience. *The Oxford handbook of stress, health, and coping* / ed. by S. Folkman. New York: Oxford University Press, 127-147
13. Judge T.A., Hurst C. (2007). Capitalizing on one's advantages: Role of core self-evaluations. *Journal of Applied Psychology*, 92, 5, 1212-1227
14. Kobasa S.C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11; 42, 168-177.
15. Luthans F., Youssef C.M., Avolio B.J. Psychological capital. Oxford, UK: Oxford University Press, 2006. 256 p.
16. Maddi S. (2004). Hardiness: An Operationalization of existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44, 3, 279-298.
17. Maddi S.R. (1987). Hardiness training at Illinois Bell Telephone. *Health promotion evaluation*, 101-115.
18. Personal resources, coping self-efficacy, and quake exposure as predictors of psychological distress following the earthquake in Turkey // Sumer N., Karanci A.N., Berument S.K., Gunes H. // *Journal of Traumatic Stress*. 2005, 18, 4, 331-342
19. Seligman M. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. *Handbook of positive psychology* / ed. by C.R. Snyder, S. Lopez, 2, 3-12.
20. Schroder K.E.E. (1997). Self-regulation competence in coping with chronic disease. Berlin: Waxman. 280 p.

References

1. Kargina, N.V. (2018). Resursy ta chynnyky psykologichnogo blagopoluchchja osobystosti [Resources and factors of psychological well-being]: dys. kand. psihol. nauk. Derzhavnyj zaklad «Pivdenoukrai'ns'kyj nacional'nyj pedagogichnyj universytet imeni K.D. Ushyn's'kogo», Odesa. (in Ukrainian)
2. Kornijenko, I.O. (2018). G'eneza opanuval'noi' povedinky u zhyttjevomu prostori osobystosti [Genesis of coping behaviour in the life space of a personality]: dys. ... d-ra psihol. nauk. Instytut psykologii' im. G.S. Kostjuka NAPN Ukrai'ny. Kyi'v (in Ukrainian)
3. Kuzikova, S.B., Shherbak, T.I. (2023). Zhyttjestistik' jak adaptacijnyj resurs osobystosti u real'nosti nevyznachenosti zhyttja [Resilience as an adaptive resource of a personality in the reality of life's uncertainty]. *Slobozhans'kyj naukovyj visnyk. Serija Psihologija*, 2, 24-29. <https://journals.spu.sumy.ua/index.php/psy/issue/view/8/8> (in Ukrainian)
4. Antonovsky A. (1984). The Sense of Coherence as a Determinant of Health // Behavioral Health: a Handbook of Health Enhancement and Decease Prevention / ed. by J.D. Matarazzo, N.Miller. New York, 194-202.
5. Antonovsky A. (1985). The Life Cycle, Mental Health and the Sense of Coherence. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*. Vol. 22, 4, 273-280.
6. Bandura A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavior change. *Psychological Review*, 84, 191-215.
7. Carver C.S., Scheier M.F. (2002). Optimism. *Handbook of Positive Psychology* / ed. by C.R. Snyder, S.J. Lopez. Oxford University Press, 221-244.
8. Coopersmith S. (1968). The antecedents of self-esteem. San Francisco: W.H. Freeman.
9. Funham A., Ribchester T. (1995). Tolerance of ambiguity: A review of the concept, its measurement and applications. *Current psychology*, 14, 179-199.
10. Hobfoll S.E. (2011). Conservation of resource caravans and engaged settings. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84, 116–122.
11. Hobfoll S.E. (2002). Social and psychological resources and adaptation. *Review of General psychology*, 6, 4, 307-324.
12. Hobfoll S. (2011). Conservation of resources theory: its implication for stress, health, and resilience. *The Oxford handbook of stress, health, and coping* / ed. by S. Folkman. New York: Oxford University Press, 127-147.
13. Judge T.A., Hurst C. (2007). Capitalizing on one's advantages: Role of core self-evaluations. *Journal of Applied Psychology*, 92, 5, 1212-1227.
14. Kobasa S.C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37, 1-11; 42, 168-177.
15. Luthans F., Youssef C.M., Avolio B.J. (2006). Psychological capital. Oxford, UK: Oxford University Press.

16. Maddi S. (2004). Hardiness: An Operationalization of existential Courage. *Journal of Humanistic Psychology*, 44, 3, 279-298.
17. Maddi S.R. (1987). Hardiness training at Illinois Bell Telephone. *Health promotion evaluation*, 101-115.
18. Personal resources, coping self-efficacy, and quake exposure as predictors of psychological distress following the earthquake in Turkey // Sumer N., Karanci A.N., Berument S.K., Gunes H. // *Journal of Traumatic Stress*. 2005, 18, 4, 331-342
19. Seligman M. (2002). Positive psychology, positive prevention, and positive therapy. *Handbook of positive psychology* / ed. by C.R. Snyder, S. Lopez, 2, 3-12.

Summary

PERSONAL RESOURCES AS A SUBJECT OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH

Makarov O. PhD student at the Department of Psychology, Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University

Strilets V. Lecturer of the Department of Internal Communications of the Institute of Strategic Communications.

National Defence University of Ukraine

Introduction. The problem of psychological mechanisms of influence of personal characteristics on the processes of overcoming difficult life situations, as well as regulation of everyday activities, has traditionally attracted the attention of researchers. It should be noted that today, when addressing the issue of the contribution of personal characteristics to the processes of self-regulation and self-determination, as well as to human activity, various authors increasingly use the terms 'potential' and 'resources', 'personal styles', referring, in particular, to the specific role of personal factors in organising activity and maintaining psychological well-being.

The purpose is theoretical analysis of the problem of personal resources in psychological scientific thought.

Methods - content analysis, comparison, systematisation, classification.

Originality. The literature review shows that psychology describes a wide range of variables that can be attributed to personal resources. However, even a superficial analysis of the available research on personal resources reveals a number of theoretical difficulties and contradictions that lead to the heterogeneity of the concept of personal resources in modern psychology. Different approaches postulate different objects of personal resources as key (subjective well-being, overcoming stress, performance efficiency, peculiarities of self-regulation, etc.); it is obvious that both the list of resources and which of them are considered as the main ones depend on which dependent variables are put in the foreground. So far, the comparison of personal resources has been carried out, as a rule, in two directions. Firstly, it is the identification of the conditionally most 'important' construct. Secondly, there is a tendency towards an integral understanding of personal resources, and an important empirical task is to substantiate such integration.

Conclusion. Personal resources cannot be studied in isolation from the context of the situation and the specific activity in which they operate, that is, in isolation from what actualises them. Therefore, the functions of personal resources can be analysed only in a specific context of activity. The context itself can be defined as life difficulties (including everyday ones), stressful events, or everyday requirements related to the context of a particular type of activity. Longitudinal studies show that the relationships between indicators of psychological well-being and personal characteristics are often non-linear. Therefore, there is a need to develop methods for studying personality variables as those that refract the influence of objective environmental factors on psychological well-being in different contexts of activity.

Keywords: personal resources; subjective well-being; overcoming stress; performance efficiency; self-regulation.

Концептуалізація – Макаров О. В.

Формальний аналіз – Стрілець В. В.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 28.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 31.12.24.

СТРУКТУРНО-ФУНКЦІОНАЛЬНА МОДЕЛЬ АКТИВАЦІЇ ВІЙСЬКОВИМ КЕРІВНИКОМ ОСОБИСТІСНОГО РЕСУРСУ ПЕРСОНАЛУ

Немінський І. В. начальник відділу психологічної підготовки Управління психологічної підтримки персоналу Головного управління психологічної підтримки персоналу Збройних Сил України
<https://orcid.org/0009-0008-9155-1129>

У статті на основі принципів системного аналізу та суб'єктно-діяльного підходу, підходу з точки зору соціального опосередкування до дослідження можливостей цілеспрямованого впливу на особистісний ресурс персоналу, а також на основі узагальнення розрізнених чинників, що зумовлюють ефекти активації особистісного ресурсу персоналу в управлінському впливі та взаємодії, сформовано модель інституціоналізації процесу особистісно утворювального менеджменту як сталої соціально-управлінської системи, що ґрунтується на формалізації багатьох форм і технологій кадрової роботи та їхньому нормативному закріпленні.

Ключові слова: системний аналіз; суб'єктно-діяльний підхід; особистісний ресурс; персонал; управлінський вплив та взаємодія; особистісно утворювальний менеджмент.

Вступ. Виявлені раніше нами методологічні засади дозволили перейти до моделювання механізмів, спрямованих на управління розвитком особистісних ресурсів персоналу. Як відомо, ресурс - будь-які джерела і передумови отримання необхідних духовних благ, які можна реалізувати за наявних технологій і соціально-економічних відносин. Загальноприйнятої класифікації ресурсів не існує, проте у системі управління серед інших традиційно розглядаються, наприклад, людські ресурси. Наявність у військовослужбовців, і зокрема, військових керівників суб'єктності є найважливішим джерелом і передумовою ефективної реалізації ними сучасних психотехнологій, що мають стохастичний характер, а також їхньої участі у формуванні нових суспільних відносин за умов створення у військовому підрозділі «локального порядку» (під час визначення критеріїв оцінки якості виконання поставлених завдань, формування гнучкої системи мотивування тощо).

Теоретичне підґрунтя. Проблема особистісних (психологічних, суб'єктних) ресурсів останніми роками попала у фокус досліджень багатьох вчених. Так, В.Ф. Казібекова розглядає філософсько-психологічний зміст поняття «психологічні ресурси особистості», Н.Панасенко досліджував психологічні ресурси

особистості в подоланні кризи, Ю.О.Бохонкова вивчає психологічні особливості адаптаційних ресурсів особистості під впливом самооцінки, О.С. Штепа розглядає психологічні ресурси як медіатор внутрішнього та зовнішнього «Я» людини, А.І. Галян концентрує свою увагу на особистісних ресурсах як чиннику подолання напружених ситуацій у медичних працівників, М.Й. Казанжи – на особистісних ресурсах подолання психологічної кризи, Т.П. Рисинец – на особистісних ресурсах як факторі вибору копінг-стратегій майбутніми психологами, а Н.В. Юр'єва і В.І.Пасічник – на мотиваційних ресурсах стресостійкості військовослужбовців підрозділів Національної гвардії України з конвоювання, екстрадиції та охорони підсудних.

Мета статті – обґрунтування, розробка та презентація структурно-функціональної моделі активації військовим керівником особистісного ресурсу персоналу.

Методи дослідження – контент-аналіз, порівняння, систематизація, класифікація.

Результати та обговорення. Особистісний ресурс можна розглядати серед професійно-важливих якостей особистості військовослужбовця (під якими у загальному вигляді розуміють індивідуально-особистісні та соціально-психологічні особливості людини, які у

комплексі забезпечують успішність виконання ним поставлених завдань), позиціонуючись як такі внутрішні умови, через які заломлюються зовнішні впливи і вимоги діяльності. Однак аналіз підходів до визначення професійно важливих якостей дозволяє дійти висновку про те, що вони мало що дають у пошуку механізмів розвитку цього ресурсу. Важливо, наприклад, що у сучасній психології суб'єктність специфікують різні дослідники то як особистісні риси/властивості, то як процеси, то як здібності, тобто названо різні сторони, виміри, характеристики, рівні прояву феномена (Болтівець, 2010; Бродовська, Патрик, & Яблонько, 2005; Шапар, 2007; Штепа, 2016). Особистісний ресурс є системою. Опора на принцип метасистемної організації психіки дає можливість розкрити механізми синтезу та інтеграції психічних процесів, властивостей в особистісний ресурс. Доцільно розглядати особистісний ресурс особистості як такий, що має водночас різні аспекти, оскільки сукупність психічних процесів і здібностей особистості представлена у ній в онтологічній єдності, у нерозривному вигляді, і вони не лише органічно взаємопов'язані, а й взаємообумовлюють один одного, є різними модусами єдиного функціонування психічного.

Особистісний ресурс персоналу - інтегральне психічне утворення, основу формування і прояву якого становлять особливості самосвідомості (позитивне самоставлення, рефлексія) і визнання у себе діяльних, активно-перетворювальних можливостей у професійній сфері і досвіді, що забезпечує завдяки здатності до ініціації та регулювання професійної активності відповідно до внутрішніх критеріїв ефективності і доцільності професійної діяльності на основі психічного центрування, психічного інтегрування, а також на основі психічного інтегрування. Особистісно-утворювальний менеджмент - це управління системою через управління свідомістю суб'єкта, активацією суб'єктного ресурсу особистості.

Як відомо, термін «механізм» означає систему психічних явищ, що послідовно змінюють одне одного і слугують

передумовами формування та регуляції інших психічних процесів, властивостей і станів (Бродовська, Патрик, & Яблонько, 2005, с. 224).. Як механізми активації особистісного ресурсу персоналу є такі психічні феномени: наявність складноорганізованої, деталізованої, інтегрованої суб'єктивної моделі об'єктивного світу (що містить позитивне самоставлення, визнання у себе діяльних активно-перетворювальних можливостей у професійній сфері та досвіді); стійкість до цілеутворення; здатність до співорганізації смислів; активність із породження суб'єктивної моделі внутрішнього світу; здатність до ситуаційного синтезу внутрішніх ресурсів у межах неосвоєних ресурсів. Активації цих механізмів сприяють певні умови організаційного середовища. Насамперед ідеться про необхідність умов для пізнання і перетворення особистістю власного зовнішнього світу. Наявність широкого кола референтів, де значущим іншим є не якась одна людина, а безліч людей, наявність ситуації взаємодії з іншим смисловим світом, наділення діяльності та взаємодії потрібними характеристиками створюють умови для зустрічі особистості із категоріями, що описують побудову в організації смислового різноманіття, орієнтацію на рефлексивне прояснення різноманіття форм смислотворення, установлення партнерських стосунків, забезпечення монособ'єктності спільної діяльності, прояв феномену обміну особливостями.

Важливими є також умови для пізнання і розвитку військовослужбовцем себе як суб'єкта власного психічного життя і власного буття взагалі (Колосович, 2018, с. 232). Сюди належать умови: для суб'єктивного запам'ятовування професійно-значущих способів і нормативів діяльності, вироблення на цій основі власної системи дій, особистісних критеріїв і норм професійної діяльності; для виявлення працівником співвідношення вимог життєдіяльності та власних можливостей; для зорганізованості суб'єктивної моделі об'єктивного світу із вимогами професійного середовища; для визначення

міри суб'єктної залученості та міри власної творчості під час досягнення сформульованих для себе цілей. Надання особистості свободи вибору мети, надання динаміки значущим для його суб'єктивної моделі умовам діяльності («живий рух», «вправа без повторення», подолання

ситуації за наявності перешкод, значної складності діяльності тощо) забезпечують втілення цих умов у реальність.

Модель психологічних механізмів активації військовим керівником особистісного ресурсу персоналу подано на рис. 1.



Рис 1. Структурно-функціональна модель психологічних механізмів активації військовим керівником особистісного ресурсу персоналу.

Опис вихідних, узагальнених генералізованих механізмів активації особистісного ресурсу персоналу дозволяє перейти до дослідження механізмів, які здатні забезпечувати прояв суб'єктного ресурсу у ситуації управлінської взаємодії. Міркування про механізми активації керівником особистісного ресурсу персоналу потребують іншого рівня розгляду психічного. Активація особистісного ресурсу учасників спільної діяльності (управлінської взаємодії) - специфічне діяльнісне завдання, для

дослідження якого необхідно розглянути настільки ж специфічну організацію управлінської діяльності як органічної частини більш загальної системи - системи спільної діяльності ієрархічно організованого типу. При цьому доцільно спиратися на результати психологічного аналізу управлінської діяльності, у якому розкрито і деталізовано її метадіяльнісний статус (як провідний під час її здійснення), підкреслюється, що вона розгортається як інтеграція багатьох індивідуальних діяльностей. Керівник і кожен виконавець

позиціонуються як парціальні суб'єкти загальної спільної діяльності (Матеюк, 2006, с. 366). Забезпечення моносуб'єктності - головне завдання і найсуттєвіша прерогатива військового керівника. В управлінській діяльності як «діяльності з організації діяльності» об'єкт постає як двоїстий, що поєднує у собі два діаметрально протилежні начала - об'єктне і суб'єктне. Провідні механізми спільної діяльності - рефлексивні механізми організації спільної діяльності. Рефлексивні взаємодії як механізми управлінської діяльності формують в умовах управлінського впливу/взаємодії склад операційних механізмів прояву особистістю особистісного ресурсу, що є основою для формування в умовах управлінського впливу/взаємодії складу операційних механізмів прояву особистістю свого ресурсу.

Отже, психологічні механізми активації військовим керівником особистісного ресурсу персоналу - це рефлексивні механізми регуляції та реалізації управлінської діяльності, які задають середовищу існування суб'єкта в організації характеристики, що забезпечують активацію механізмів суб'єктогенезу. При цьому діяльність військового керівника з актуалізації особистісного ресурсу персоналу має два контури: зовнішній - функціональні ролі керівника (формування організаційної культури із заданими властивостями; формування рефлексивних структур об'єкта управління; психотехнологічний вплив на військовослужбовців), які в операційно-технологічному плані охоплюють мотиваційно-інформаційний, діагностичний, проектувальний і спрямовувальний процеси, та внутрішній - внутрішня діяльність військового керівника із формування управлінської концепції.

Характеристику діяльності військового керівника може бути представлено сформованим у науці способом вивчення управлінської діяльності, а саме - на засадах спільного конструювання та перевизначення культури організації; нагромаджувати її «соціальний капітал» через процеси об'єктивації: «інтерсуб'єктивність» (за умови

інтерактивного смисловиробництва кожен агент нагромаджує та структурує повторюваний досвід у «типи» та «види» сприйняття); «входження в ужиток»; «інституціоналізацію».

Формування рефлексивних структур об'єкта управління - це діяльність військового керівника зі створення таких форм соціальної практики, що є умовою опанування військовослужбовцями структурних, лінгвістичних і змістовних норм рефлексивного жанру комунікації; здійснення колективного конструювання професійних рефлексивних комунікацій; активізації елементів взаємодії у службових ситуаціях (різних видів обмінів), ефективної співпраці у спільній діяльності.

Обґрунтування включення до складу функціональної ролі f3. Евристичний потенціал суб'єкт-об'єктної парадигми може бути значно розширено за рахунок визнання існування у кожній людині як суб'єктних, так і об'єктних характеристик. Стосовно суб'єкта як індивіда об'єктом є будь-який предмет (зокрема й продукт духовного виробництва), на який спрямовано практичну або пізнавальну діяльність людини. Об'єктом для неї виявляються інші люди, об'єктом для себе є вона сама. Людина може позиціонуватись як об'єкт, зберігаючи при цьому потенційно дану їй родову здатність бути суб'єктом. Своєрідність цієї парадигми бачиться не в опозиції суб'єкта та об'єкта, а у розгорнутій, повній взаємодії усіх потенцій, якими володіє людина, і усіх потенцій, якими володіє світ. Таким чином, нині філософія визнає у людині можливість як суб'єктного, так і об'єктного буття (Коқун, 2013). Водночас розуміння суб'єкт-об'єктної природи людини знайшло відображення не в усіх концепціях навіть у межах суб'єктної парадигми. Так, принцип суб'єкта реалізується у суб'єктно-діяльнісному підході, але під час його реалізації часто не береться до уваги інша базова сутність людини - об'єктна. В.І. Осьодло у своїй концепції суб'єктності також вказує на притаманну людині об'єктність, наголошуючи на тому, що людина як частина буття містить усередині себе об'єктну і суб'єктну природу і стосовно себе може бути одночасно суб'єктом і об'єктом

перетворень (Психолого-педагогічні аспекти, 2014, с. 364). Важливо, що суб'єктна та об'єктна сутність людини є саме потенціями людини як виду, і можуть бути виявлені кожною конкретною людиною тією чи іншою мірою в тій чи іншій ситуації. У зв'язку із цим він вказує на два типи суб'єктних позицій: коли людина повною мірою позиціонується як суб'єкт, самореалізуючись і долаючи зовнішні перешкоди у вигляді різноманітних впливів; і коли вона залишається суб'єктом більшою мірою номінально, мінімально проявляючи себе у взаєминах. Він підкреслює, що прояв людини у континуумі простору між полюсами «суб'єкт - об'єкт» дозволяє їй досягати за законом переходу кількості в якість домінування суб'єктної позиції або ставати об'єктом, тобто проявляти переважно суб'єктні або об'єктні можливості. Таким чином, у дослідженні суб'єктної сутності людини ним сформульовано висновок про те, що застосування принципу двоякої онтології людини збільшує пояснювальний потенціал суб'єктної парадигми у психології, оскільки стає можливим пояснення, здавалося б, суперечливих феноменів людської поведінки. З одного боку, людина (суб'єкт) проявляє себе як господар своєї активності, як така, що домінує над світом (собою та іншими людьми), впливає на світ, керує світом, підпорядковує собі, вільно існує самовизначення тощо. З іншого боку, людина (об'єкт) виявляє себе як залежна, підвладна впливу, підвладна, ведена, керована, безпомічна, така, що зазнає насильства чужої волі тощо. Врахування об'єктної природи людини дозволяє, по-перше, уникнути абсолютизації людини як суб'єкта, по-друге, збільшити евристичність суб'єктного підходу щодо розгляду розвитку людини як суб'єкта.

Дослідження показують велике значення психологічної підтримки особистості у здійсненні рефлексії та самоорганізації власної активності без втрати самостійності. Розвиток особистості розглядають як процес, що має подвійну детермінацію: суб'єкта (внутрішня детермінація), з одного боку, і певного наставника та реалізованих ним засобів

підтримки особистості (зовнішня детермінація), з іншого боку. Сутність проблеми полягає у гармонізації цих детермінант, їхньому узгодженні. Це стає ключовим чинником, що впливає на ефективність особистісно-професійного розвитку. Останні дослідження також переконують у можливості розвитку професійної суб'єктності за організації цілеспрямованого психотехнологічно вивіреного впливу ззовні (Матеюк, 2006, с. 366).

Психотехнологічна функція військового керівника - це система його впливів на персонал для забезпечення цілеспрямованої зміни особистісного ресурсу за допомогою застосування психотехнологій. Психотехнологія - це опосередкована (застосуванням різноманітних процедур, методів і технік, головним чином, діалогічного типу) передача конкретного соціального досвіду, який виражається у відтворенні певних дій, поведінки, спрямованих на: відпрацювання навичок особистості у сприйнятті, розумінні та оцінці себе, інших людей (соціально-перцептивні); розвиток навичок взаємодії та організації діяльності групи у певних соціальних умовах (організаційно-комунікативні); розширення пізнавальної сфери людини (когнітивні); розвиток навичок взаємодії та організації діяльності групи у визначених соціальних умовах (організаційно-комунікативні); розширення пізнавальної сфери людини (когнітивні); розвиток навичок взаємодії та організації діяльності групи у визначених соціальних умовах. Відповідно до цього важлива підстава моделювання полягає у тому, що задіюються зовнішні відносно суб'єкта праці та внутрішні механізми, які зумовлюють зусилля військового керівника щодо актуалізації особистісного ресурсу персоналу. Таким чином, модель діяльності військового керівника має два контури: зовнішній - функціональні ролі військового керівника, що презентуються персоналу у вигляді комунікацій, інституційних впливів, і внутрішній - внутрішня діяльність військового керівника із формування управлінської концепції.

Активізація особистісного ресурсу

персоналу - діяльнісне завдання, що передбачає необхідність свого власного процесуального забезпечення. Оскільки управлінська діяльність розгортається як інтеграція багатьох індивідуальних діяльностей, синтезує у собі риси індивідуальної та спільної діяльності, військовий керівник і кожен його підлеглий як виконавець позиціонуються як парціальні суб'єкти спільної діяльності, то в описі змісту діяльності у зв'язку із необхідністю активації особистісного ресурсу персоналу доцільно звернутися до інтеграції двох традиційних для аналізу управлінської діяльності підходів - функціонального і рольового.

Під функцією розуміють відносно відокремлені напрямки управлінської діяльності, які дозволяють здійснити управлінський вплив. Серед інших виокремлюють і групу кадрових функцій військового керівника. Рольовий аналіз проводять із позицій місії або ролі військового керівника. Ролі - це способи, правила поведінки військовослужбовців, що відповідають прийнятим нормам і здійснюються відповідно до становища у військовому колективі. Рольові засади реалізуються і проявляються у зв'язку з іншим військовослужбовцем, у ставленні до нього. Функціональні ролі - це види робіт «першого» керівника (як суб'єкта інтеграційної діяльності, спрямованої на координацію членів групи у перебігу їхнього спільного функціонування), що визначають зміст управлінської діяльності із виконання цим керівником у своїй індивідуальній діяльності системи спеціальних завдань зі створення умов для активації особистісного ресурсу персоналу.

До моделі включено виконання військовим керівником трьох функціональних ролей, які у сукупності забезпечують реалізацію усіх заявлених умов, а саме: формування організаційної культури із заданими властивостями (f1), формування рефлексивних структур об'єкта управління (f2), психотехнологічний вплив на персонал (f3).

Обґрунтування включення до складу моделі функціональної ролі f1. Важливість побудови організаційної культури із

заданими властивостями є похідним положення про те, що особистісний ресурс суб'єкта професійної діяльності - психологічна система, яка онтологічно взаємодіє із метасистемами «професійна діяльність», «професійна комунікація», «Інший», «поодинокі суб'єкти», «складні соціальні суб'єкти» тощо, завдяки чому він (ресурс) набуває своєї багатоякісності, багатовимірності. Це, з одного боку, підкреслює важливість характеристик метасистеми для активації особистісного ресурсу персоналу, з іншого боку, вказує на те, що чим більшою мірою особистісний ресурс персоналу зорганізований із метасистемою, тим він досконаліший як система, розвинутіший, складно організованіший.

Формування організаційної культури із заданими властивостями - це діяльність військового керівника зі створення, фіксації у різних кодових системах майбутнього привабливого образу підрозділу, яким він керує, що містить соціальні уявлення про її місію, мету, принципи діяльності, норми трудової поведінки, які загалом зводяться до побудови в організації смислового різноманіття, орієнтації на рефлексивне прояснення різноманіття форм смислотворення, до встановлення партнерських стосунків, до утвердження цінностей самореалізації і самовираження. Характеристикою ідеологами військового керівника є її визначальний, але не вирішальний характер.

Обґрунтування включення до складу моделі функціональної ролі f2. Важливість включення другої функціональної ролі пов'язуємо із затребуваністю соціальних практик для розвитку особистісного ресурсу; із необхідністю доповнення традиційних для управлінської взаємодії у військовому підрозділі жанрів соціальної практики (вказівки, доповіді, оцінки, рішення, перемовини) рефлексивним жанром; із можливістю через щоденні інтеракції забезпечувати індивіда та групи (рефлексивні), смислоутворення.

Зазначені функціональні ролі являють собою відносно відокремлені напрямки управлінської діяльності, що відображають певні форми і способи управлінського

впливу на керований об'єкт; зумовлені становищем керівника у системі спільної з іншими учасниками військово-професійної діяльності та спрямовані на умови організаційного середовища із метою створення передумов для активації у персоналу позитивного самоставлення, рефлексії та визнання у себе діяльнісних, активно-перетворювальних можливостей у професії. Уособлюючи форму і спосіб управлінського впливу, зазначені функціональні ролі взаємопов'язані між собою, взаємопроникаючи і взаємопідсилюючи одна одну, як це умовно показано на рис. 2.

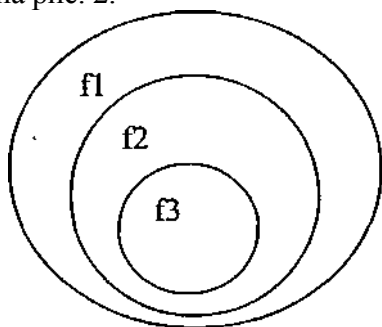


Рис. 2. Співвідношення функціональних ролей військового керівника щодо активації особистісного ресурсу персоналу

Психологічні передумови зусиль військового керівника щодо активації особистісного ресурсу персоналу пов'язані із високим рівнем розвитку змістовного, функціонального, структурного компонентів його світогляду (динамічної смислової системи). Самосвідомість військового керівника, націленого на реалізацію суб'єктно-утворювального менеджменту, характеризується складністю Я-концепції, що забезпечує більшу флексибільність його поведінки та широкі можливості пізнання світу, порівняння себе із ним, і, як наслідок, розширення власних уявлень про самого себе; припускає не лише наявну «об'єктивну» констатацію складності Я-концепції, а й розуміння та переживання ним як людиною цієї складності та принципової незавершеності; присутність великої розмаїтості та домінування в Я-концепції характеристик, що її зумовлюють.

У змістовному аспекті смислова підсистема військового керівника, що регулює реалізацію суб'єктно-утворювального менеджменту, охоплює його уявлення про себе у професії, а також світоглядні уявлення,

які стосуються різних сфер дійсності, які співвідносяться із професійно-управлінською діяльністю із суб'єктно-утворювальною спрямованістю, зокрема уявлення, які відображають сучасні концепції смислоутворювальної діяльності та відповідні до них сутнісні характеристики керівної системи.

Висновки. Отже, на основі принципів системного аналізу та суб'єктно-діяльнісного підходу, підходу з т. з. соціального опосередкування до дослідження можливостей цілеспрямованого впливу на особистісний ресурс персоналу, а також на основі узагальнення розрізних чинників, що зумовлюють ефекти активації особистісного ресурсу персоналу в управлінському впливі та взаємодії, сформовано модель інституціоналізації процесу особистісно-утворювального менеджменту як сталої соціально-управлінської системи, що ґрунтується на формалізації багатьох форм і технологій кадрової роботи та їхньому нормативному закріпленні.

Особистісно-утворювальний менеджмент - це теорія і практика вирішення завдань розвитку ресурсів персоналу на основі: реалізації функціональних ролей, які слугують механізмами актуалізації суб'єктного ресурсу персоналу і розуміються як продукт взаємодії системи індивідуальної управлінської діяльності з іншими управлінськими діяльностями багатьох інших суб'єктів у структурі спільної діяльності, внаслідок реалізації яких (функціональних ролей) традиційна управлінська програма збагачується інноваційними складовими; прояв суб'єктності в учасників військово-професійної діяльності як стратегічний орієнтир системи управління; уточнення з позицій механізмів активації особистісного ресурсу складу функціональних ролей військового керівника з інституціоналізації (упорядкування) взаємної соціальної діяльності персоналу); співвіднесеність управлінських практик із механізмами активації особистісного ресурсу та ін.); наявності у ціннісно-смисловій сфері військового керівника особливостей, що є психологічними передумовами зусиль з активації ним особистісного ресурсу персоналу.

Список використаних джерел

1. Болтівець, С. І. (2010). Українська психологічна термінологія: словник-довідник / укл. С. І. Болтівець, Н. В. Слободяник, М.-Л. А. Чеп, Н. В. Чепелева. К.: ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 302.
2. Бродовська, В. Й., Патрик, І. П., Яблонько, В. Я. (2005). Тлумачний словник психологічних термінів в українській мові: словник. 2-е видання. К.: Професіонал, 224.
3. Казібекова, В. Ф. (2017). Психологічні ресурси особистості: філософсько-психологічний зміст. *Науковий вісник ХДУ Серія Психологічні науки*, 1, 2, 120-127.
4. Кокун, О. М. (2013). Життєве та професійне самоздійснення як предмет дослідження сучасної психології. *Практична психологія та соціальна робота*, 9, 1-5.
5. Колосович, О. С. (2018). Психологія взаємодії у військово-професійному середовищі: монографія. Львів: ЛьвДУВС, 232.
6. Матеюк, О. А. (2006). Психологічний вплив командира на підлеглих у військово-професійній діяльності: дис. д-ра психол. наук. Хмельницький, НА ДПСУ ім. Б.Хмельницького, 366.
7. Психолого-педагогічні аспекти діяльності військового керівника: підруч. для слухачів вищ. військ. навч. закл. / [В. І. Осюдло та ін.]; Нац. ун-т оборони України ім. Івана Черняхівського, каф. суспіл. наук. Київ: НУОУ ім. І. Черняхівського, 2014, 364.
8. Шапар, В. Б. (2007). Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків: Прапор, 640.
9. Штепа, О. С. (2016). Психологічні ресурси як медіатор внутрішнього та зовнішнього «Я» людини. *Проблеми сучасної психології*, 31, 559-568.

References

1. Boltivec', S. I. (2010). Ukraïnc'ka psyhologichna terminologija: slovnyk-dovidnyk [Ukrainian psychological terminology: Dictionary-guide] / ukl. S.I. Boltivec', N.V. Clobodjanyk, M.-L.A.Chepa, N.V.Chepeljeva. K.: DP «Informacijno-analitychne agentctvo», 302. (in Ukrainian)
2. Brodovc'ka, V. J., Patryk, I. P., Jablon'ko, V. Ja. (2005). Tlumachnyj slovnyk psyhologichnyx terminiv v ukrai'nc'kij movi: slovnyk [A glossary of psychological terms in the Ukrainian language: dictionary]. 2-e vydannja. K.: Profecional, 224. (in Ukrainian)
3. Kazibekova, V. F. (2017). Psyhologichni resursy osobystosti: filosof's'ko-psyhologichnyj zmist [Psychological resources of personality: philosophical and psychological content]. *Naukovyj visnyk HDU Serija Psyhologichni nauky*, 1, 2, 120-127. (in Ukrainian)
4. Kokun, O. M. (2013). Zhyttjeve ta profesijne samozdijsnennja jak predmet doslidzhennja suchasnoi' psyhologii' [Life and professional self-realisation as a subject of research in modern psychology]. *Praktychna psyhologija ta social'na robota*, 9, 1-5. (in Ukrainian)
5. Kolosovych, O. S. (2018). Psyhologija vzajemodii' u vijs'kovo-profesijnomu seredovyshhi [Psychology of interaction in the military-professional environment]: monografija. L'viv: L'vDUVS, 232. (in Ukrainian)
6. Matejuk, O. A. (2006). Psyhologichnyj vplyv komandyra na pidleglyh u vijs'kovo-profesijnij dijal'nosti [Psychological influence of the commander on subordinates in military and professional activities]: dys. d-ra psyh. nauk. Hmel'nyc'kyj, NA DPSU im. B.Hmel'nyc'kogo, 366. (in Ukrainian)
7. Psyhologo-pedagogichni aspekty dijal'nosti vijs'kovogo kerivnyka [Psychological and Pedagogical Aspects of the Military Leader's Activity]: pidruch. dlja sluhachiv vyssh. vijs'k. navch. zakl. / [V. I. Os'odlo ta in.]; Nac. un-t obrony Ukrai'ny im. Ivana Chernjahov's'kogo, kaf. suspil. nauk. Kyi'v: NUOU im. I. Chernjahov's'kogo, 2014, 364. (in Ukrainian)
8. Shapar, V. B. (2007). Suchasnyj tlumachnyj psyhologichnyj slovnyk [A modern explanatory psychological dictionary]. Harkiv: Prapor, 640. (in Ukrainian)
9. Shtepa, O. S. (2016). Psyhologichni resursy jak mediator vnutrishn'ogo ta zovnishn'ogo «Ja» ljudyny [Psychological resources as a mediator of the inner and outer self]. *Problemy suchasnoi' psyhologii'*, 31, 559-568. (in Ukrainian)

Summary

STRUCTURAL-FUNCTIONAL MODEL OF ACTIVATION OF PERSONNEL RESOURCES BY A MILITARY LEADER

*Neminsky I. Head of the Psychological Training
Department of the Psychological Support
Directorate of the Main Directorate of Psychological
Support of the Armed Forces of Ukraine*

Introduction. *The presence of subjectivity in military personnel, and military leaders in particular, is the most important source and prerequisite for the effective implementation of modern psychotechnologies that are stochastic in nature, as well as their participation in the formation of new social relations in the context of*

the creation of a 'local order' in a military unit (when determining the criteria for assessing the quality of performance of tasks, forming a flexible motivation system, etc.)

The purpose is substantiation, development and presentation of a structural and functional model of activation of personnel's personal resource by a military leader

Methods - content analysis, comparison, systematisation, classification.

Originality. Activation of the personal resource of participants in joint activity (managerial interaction) is a specific activity task, for the study of which it is necessary to consider the equally specific organisation of managerial activity as an organic part of a more general system - a system of joint activity of a hierarchically organised type. In this case, it is advisable to rely on the results of a psychological analysis of managerial activity, which reveals and details its meta-activity status (as the leading one in its implementation), emphasising that it unfolds as an integration of many individual activities. The manager and each performer are positioned as partial subjects of the overall joint activity. Ensuring mono-subjectivity is the main task and the most significant prerogative of a military leader. In managerial activity as 'activity of organising activities', the object appears as a dual one, combining two diametrically opposed principles - object and subject. The leading mechanisms of joint activity are reflexive mechanisms of organising joint activity. Reflective interactions as mechanisms of managerial activity form, in the conditions of managerial influence/interaction, the composition of operational mechanisms for the manifestation of personal resource by an individual, which is the basis for the formation of the composition of operational mechanisms for the manifestation of personal resource by an individual in the conditions of managerial influence/interaction. Activation of the personal resource of personnel is an activity task that requires its own procedural support. Since managerial activity unfolds as an integration of many individual activities, synthesises the features of individual and joint activities, the military leader and each of his subordinates as an executor are positioned as partial subjects of joint activities, it is advisable to refer to the integration of two traditional approaches to the analysis of managerial activity - functional and role-based - in describing the content of the activity in connection with the need to activate the personal resource of personnel.

Conclusion. In the article, based on the principles of system analysis and the subject-activity approach, the approach from the point of view of social mediation to the study of the possibilities of targeted influence on the personal resource of staff, as well as on the basis of generalisation of the disparate factors that determine the effects of activation of the personal resource of staff in managerial influence and interaction, a model of institutionalisation of the process of personality-forming management as a sustainable socio-managerial system based on the formalisation of many forms and techniques is formed.

Keywords: system analysis; subjective-activity approach; personal resource; personnel; managerial influence and interaction; personality-forming management.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 23.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 30.12.24.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**ФЕНОМЕНОЛОГІЯ ГРУП ПІДТРИМКИ В УМОВАХ
СУЧАСНИХ СОЦІАЛЬНИХ ВИКЛИКІВ УКРАЇНИ**

Ніколаєв Л. О. кандидат психологічних наук,
доцент, доцент кафедри психології, завідувач
навчально-методичної лабораторії
психології групової роботи
Університет Григорія Сковороди в Переяславі
<https://orcid.org/0000-0001-6506-4871>

У статті досліджено феноменологію груп підтримки в контексті сучасних соціальних викликів в Україні. Проаналізовано їх сутність, основні характеристики та функції. Розглянуто історичний розвиток та адаптацію груп підтримки до українських реалій. Систематизовано типологію груп за різними критеріями. Визначено роль груп підтримки у подоланні психологічних наслідків війни та соціальної нестабільності. Окреслено перспективи розвитку груп підтримки як інструменту соціальної адаптації та психологічної реабілітації.

Ключові слова: взаємодопомога; групи підтримки; психологічна реабілітація; самодопомога; соціальна адаптація; соціальні виклики; типологія груп; феноменологія.

Вступ. У сучасному світі, де соціальні зв'язки та психологічне благополуччя стають важливими, феномен груп підтримки набуває актуальності. Вивчення таких груп зосереджується на взаємній підтримці для емоційних і соціальних потреб. Через технологічні зміни і соціальні трансформації все більше людей відчувають ізоляцію, попри розширені можливості комунікації. Збільшення випадків депресії й тривожних розладів свідчить, що традиційні форми підтримки не завжди ефективні. Групи підтримки стають важливим інструментом для емоційної допомоги та розвитку соціальних навичок. Люди, які приєднуються до таких груп, зазвичай переживають схожі труднощі або проблеми, що допомагає їм будувати сильні зв'язки на основі взаєморозуміння. Дослідження феноменології цих груп дозволяє краще зрозуміти, як такі колективи функціонують, як вони допомагають індивідам, які нові можливості пропонують для вирішення особистісних та соціальних проблем, яке місце вони займають у сучасній соціальній системі тощо.

Російсько-українська війна, що триває з 2014 року, а з 2022 року загострилася, змінила соціальне середовище України і підкреслила важливість груп підтримки. Воєнний стан у країні спричинив масові психологічні травми, втрату близьких, житла, вимушене переміщення людей в

межах країни та виїзд за кордон, зростання рівня тривоги і депресії тощо. Групи підтримки сьогодні стали критично важливими для реабілітації військових, переселенців, родин загиблих і постраждалих. Вони допомагають ветеранам адаптуватися до мирного життя, підтримують жінок та дітей, які постраждали від війни, а також волонтерів і медиків, що працюють під постійним стресом.

Дослідження сутності та функцій груп підтримки сприятиме вдосконаленню поточних практик допомоги та розробці нових підходів щодо підтримки тих, хто постраждали від війни.

Мета статті полягає у всебічному дослідженні феноменології груп підтримки через аналіз їх основних характеристик, виявлення ключових функцій та систематизацію типології, що дозволить глибше зрозуміти їх роль у сучасному суспільстві та механізми їх впливу на учасників.

Завдання статті:

1. Провести теоретико-методологічний аналіз феноменології груп підтримки, їх сутності, основних характеристик та функцій в контексті сучасних соціальних викликів в Україні.

2. Дослідити історичний розвиток та адаптацію груп підтримки до українських

реалій, зокрема в умовах війни та соціальної нестабільності.

3. Систематизувати та розкрити типологію груп підтримки за різними критеріями (мета, формат, тип учасників, тривалість, тематика тощо), висвітлити їхній потенціал як інструменту соціальної адаптації та психологічної реабілітації.

4. Проаналізувати роль груп підтримки у подоланні психологічних наслідків війни та соціальної нестабільності, зокрема їх вплив на розвиток комунікативних навичок, подолання стресу, формування навичок самодопомоги та зміцнення резильєнтності.

Теоретичне підґрунтя. Огляд науково-дослідницьких джерел, психологічної літератури, інтернет-видань та соціальних мереж показує, що в ХХІ ст. питання діяльності груп підтримки та різні аспекти проблеми активно досліджуються в багатьох країнах світу та в Україні. Так, А. Гіттерман та Л. Шульман, відомі дослідники груп взаємодопомоги, зокрема у США, досліджують практики соціальної роботи, комунікації та групової підтримки. Л. Шульман розробив концепцію «методу взаємодії» для соціальної роботи, А. Гіттерман спеціалізується на груповій динаміці та підтримці вразливих груп населення. Їхні роботи широко застосовуються в різних країнах для покращення соціальної інтеграції та психоемоційної підтримки. Дж. Каплан, США, вивчає соціальні аспекти підтримки; Т. Кальвот і Г. Пегон, розглядаючи групи підтримки психічного здоров'я, аналізують, як спільноти підтримки допомагають учасникам не тільки краще розуміти себе, але й створювати нові соціальні зв'язки для зміцнення психічного здоров'я (Навчальна програма загальної групи підтримки, n.d.). Ф. Сільверман у своїх дослідженнях груп підтримки та взаємодопомоги підкреслює важливість соціальної підтримки для індивідів, які проходять через складні життєві ситуації. Він зазначає, що такі групи можуть забезпечити емоційний комфорт, обмін досвідом та надання практичних порад (Романовська, 2022). Т. Спрангер, Німеччина, працює над дослідженнями груп самодопомоги для людей із психічними розладами; П. Фонагі, Велика Британія,

вивчає роль груп підтримки в психоаналітичних і терапевтичних процесах; Л. Хікокс, Канада, вивчає вплив груп підтримки на реабілітацію ветеранів та ін. (Мітченко, 2023; Навчальна програма загальної групи підтримки, n.d.; Руднева & Мальована, 2024).

Вітчизняні науковці Л. Гриценко, Н. Лещук, Т. Титаренко та ін. займаються вивченням теоретичних засад організації та діяльності груп підтримки для різних категорій населення (Гриценко, 2018; Лещук, 2007; Титаренко, 2019). А. Мартинюк, З. Нагачевська, І. Трубавіна та ін. розглядають методичні аспекти організації роботи груп підтримки осіб, які перебувають у складних життєвих обставинах. Ю. Гундертайло, М. Дворник, В. Климчук, Б. Лазоренко, К. Мирончак, В. Савінов, Т. Ларіна та ін. займаються питаннями інтенсивних комунікативних практик взаємодії та підтримки, фасилітації само- і взаємодопомоги (Титаренко, 2019). Крім того, М. Дворник досліджує адаптацію українських воєнних мігранток в групах підтримки (Дворник, 2023); Б. Лазоренко – групи профілактики ВІЛ. Ю. Гундертайло вивчає проблему психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб (ВПО). Дослідниця зазначає, що важливо, «щоб система підтримки була клієнтоорієнтованою, міждисциплінарною і координованою» (Гундертайло, 2019, с. 172). Г. Бевз, Н. Бондаренко, У. Бутриновська, В. Кузьмінський, О. Нескучаєва, І. Пеша, Г. Пілягіна та ін. вивчають питання супроводу груп самодопомоги та груп зустрічей для замісних батьків (Бевз, 2005; Бондаренко, 2015; Бутриновська, 2017). Е. Бергхауер-Олас здійснено аналіз запуску та впровадження програми з охорони психічного здоров'я «Ментальне гніздо» для закритої групи підтримки на базі Закарпатського угорського інституту імені Ференца Ракоці II. Результати дослідження показали, що участь у групі підтримки сприяла психологічному розвитку студентів, підтвердили ефективність ініціативи у підтримці психічного здоров'я та взаємодопомоги для тих, хто стикається зі схожими проблемами (Бергхауер-Олас, 2022, с. 48).

Варто зазначити, що термін «група підтримки» в різних контекстах має інші назви, які можуть використовуватися в залежності від аспекту та специфіки дослідження. Отже, групи підтримки (Е. Бергхауер-Олас, М. Дворник, А. Мартинюк, З. Нагачевська, І. Трубавіна та ін.) та близькі їм: групи самопомоги (Дж. Уілсон, Н. Бондаренко, У. Бутриновська, Г. Лещук та ін.), групи взаємодопомоги (Л. Гринецьок, Н. Заверико, В. Петрович та ін.); групи «рівний-рівному» (Л. Гриценко, Н. Лещук та ін.); групи соціально-психологічної підтримки (Ю. Мальована, А. Руднева та ін.); групи зустрічей (Ю. Джендлінд, К. Роджерс, В. Шутц, Г. Бевз); групи психологічної підтримки (О. Зінько, К. Мігченко та ін.); групи емоційної підтримки (В. Кендивар, О. Луценко, Д. Романовська, Ю. Фарафонова та ін.) та ін. при різниці у назві групи мають спільну мету – надання психологічної, емоційної та соціальної допомоги учасникам, подолання спільних проблем, зміцнення емоційної стійкості, розвиток самосвідомості та пошук ефективних стратегій для вирішення труднощів/проблем.

Методи дослідження. У даному дослідженні було застосовано комплекс методів, спрямованих на всебічне вивчення феноменології груп підтримки.

Проведено системний аналіз наукових публікацій з теми груп підтримки в українських та зарубіжних наукових виданнях за останні 20 років, що дозволило виявити основні теоретичні підходи до розуміння феномену груп підтримки, їх функцій та особливостей організації.

Використано історичний метод для аналізу розвитку груп підтримки від їх зародження у США в 1930-х роках до сучасного стану в різних країнах світу, включаючи Україну.

Застосовано феноменологічний аналіз для вивчення сутнісних характеристик груп підтримки, їх структури та динаміки задля розкриття суб'єктивного досвіду учасників груп та виявити ключові аспекти їх функціонування. Зокрема, було проаналізовано описи особистого досвіду учасників різних груп підтримки,

представлені в наукових публікаціях та звітах організацій.

Використано типологічний аналіз для класифікації груп підтримки за різними критеріями (мета, формат, тип учасників, тривалість тощо), що допомогло систематизувати різноманітні форми груп підтримки та виявити їх специфічні характеристики. Було розроблено класифікаційну схему, яка включала різні типи груп підтримки, що функціонують в Україні та за кордоном.

Проаналізовано описи та звіти за допомогою контент-аналізу про діяльність різних груп підтримки в Україні, що дозволило виявити їх основні функції та особливості організації в сучасних умовах. Зокрема, було розглянуто матеріали таких організацій як Veteran Hub, «Фонд Маша», ГО «Опіка Ангела», Help24 та інших.

Здійснено порівняння підходів до організації груп підтримки в різних країнах та в різні історичні періоди, що допомогло виявити загальні тенденції розвитку цього феномену. Особлива увага була приділена порівнянню досвіду організації груп підтримки в США, європейських країнах та Україні.

Застосовано системний підхід для розгляду груп підтримки як цілісної системи, що включає взаємопов'язані елементи (учасники, цілі, методи роботи, результати), що дозволило виявити взаємозв'язки між різними аспектами функціонування груп підтримки та їх впливом на учасників.

Результати і обговорення. Поняття «група підтримки» є багатогранним і розглядається дослідниками в різних аспектах, що дозволяє глибше зрозуміти його значення та роль у житті людей. Психологічний аспект груп підтримки є одним із найважливіших. Учасники діляться переживаннями, отримують емоційну підтримку та розвивають навички подолання труднощів. Психологи можуть використовувати ці групи для роботи над травмою, стресом та конфліктами. У медичному контексті групи підтримки часто створюються для пацієнтів із хронічними захворюваннями (рак, діабет або ВІЛ/СНІД), вони забезпечують емоційну підтримку,

обмін інформацією та поради щодо управління симптомами, що допомагає знизити рівень тривожності та депресії у пацієнтів. Із соціальної точки зору групи підтримки допомагають створювати спільноти та соціальні зв'язки, що сприяє зменшенню ізоляції і розвитку почуття належності серед людей, які переживають схожі труднощі. Це особливо важливо для тих, хто стикається зі стигматизацією чи дискримінацією. В юридичному контексті групи підтримки здатні допомагати тим, хто опинився в складних правових ситуаціях, через інформування про їхні права та можливості, що може бути корисно для жертв насильства, людей, які проходять через судові процеси або мають справи з державними установами. Політичний аспект груп підтримки може включати організації, які борються за права певних груп населення (ЛГБТ-спільнота, люди з інвалідністю), й виступають за зміни в законодавстві шляхом підвищення обізнаності щодо проблем, з якими стикаються їхні члени, та мобілізувати ресурси для досягнення соціальної справедливості.

В контексті даного дослідження ми дотримуємося терміну «група/групи підтримки». Поняття «група підтримки» визначається як спільнота осіб, які зустрічаються для обміну досвідом, емоційною підтримкою та інформацією щодо певних проблем або захворювань, але незалежно від контексту, ці групи відіграють важливу роль у покращенні якості життя їхніх учасників, надаючи емоційну, соціальну та інформаційну підтримку. Вони можуть бути формальними, організованими професіоналами, або неформальними, виникаючи з потреб самих учасників. Тобто, сутність груп підтримки полягає в створенні безпечного простору, де учасники можуть відкрито ділитися своїми переживаннями без страху осуду.

Феноменологічний підхід дозволяє акцентувати увагу на значеннях, які учасники надають своїм переживанням у групі, підкреслює важливість соціального та культурного контексту, в якому існують групи підтримки. Як відомо, групи підтримки зародилися у США в 1930-х

роках. Однією з перших і найвідоміших стала організація Анонімних Алкоголіків (АА), заснована 1935 року Б. Вілсоном і Б. Смітом у м. Акрон, штат Огайо. Вілсон, який сам боровся з алкогольною залежністю, разом із Смітом розробив систему, що базувалася на принципі взаємної підтримки серед рівних, тобто людей зі схожим досвідом. Це, власне, і стало основою для створення груп самодопомоги, мета яких – сприяти людям у подоланні залежності. Програма АА швидко поширилася в інші міста і країни завдяки ефективності системи підтримки і відомій програмі «12 кроків», яка згодом стала взірцем для інших груп підтримки. Групи надавали можливість людям, які страждали від різних залежностей, об'єднуватися, обмінюватися досвідом і надавати один одному моральну підтримку. Згодом аналогічні групи почали створюватися для боротьби з наркоманією, азартними іграми та іншими проблемами. Найвідомішими серед таких стали Анонімні Наркомани (АН), засновані на подібних засадах, що й АА (Бондаренко, 2015; Гриценко, 2018; Групи підтримки для біженців з інвалідністю, 2023; Заверико, 2011).

Досвід США почав поширюватися в різні країни світу. Так, у Канаді перші групи з'явилися в 1943 році. В європейських країнах першою започаткувала групи АА в 1947 році Велика Британія. До Австралії досвід груп підтримки дійшов 1945 року: в Сідней почали використовували методіку «12 кроків», що стала значимою частиною системи самодопомоги. У післявоєнний період, у 1950-ті роки, перші групи АА з'явилися в Німеччині, пізніше, 1960 року, у Франції. Їх засновниками були американські емігранти та дипломати, які принесли досвід груп підтримки із США. В Скандинавських країнах (Швеція, Норвегія, Данія) групи АА також були створені в 1950-х роках, що свідчить про швидке поширення ідеї через Європу. 1975 року перша група АА з'явилася і в Японії. Її заснували японці, які познайомилися з рухом під час поїздок у США. Загалом, у більшості країн основними ініціаторами створення груп були самі учасники, які або безпосередньо контактували з американськими

засновниками АА, або мали досвід участі в подібних групах під час перебування в США. Іноді це були американські емігранти або військові, які допомагали адаптувати програму «12 кроків» до місцевих умов (Бондаренко, 2015; Бутриновська, 2017; Група підтримки, 2023; Лещук, 2007; Петрович, 2021; Трубавіна та ін., 2020). Деякі дослідники феномену груп підтримки (Л. Гриценко, М. Дворник, Н. Лещук, Т. Титаренко та ін.) вважають, що на роботу груп підтримки вплинули основні ідеї К. Роджерса: безумовне позитивне прийняття – в групах підтримки учасники отримують емоційну підтримку без осуду, що сприяє відкритості та довірі; емпатія – розуміння почуттів інших є основою для ефективності роботи групи підтримки, де учасники можуть ділитися своїми переживаннями; саморозкриття – відкритість у спілкуванні допомагає людям краще зрозуміти себе і свої проблеми, а в групах підтримки учасники діляться своїм досвідом, що сприяє колективному зростанню; автентичність – Роджерс наголошував на важливості щирості у стосунках, що також є ключовим елементом у групах підтримки.

В Україні групи підтримки за американським зразком почали створюватися в 1990-х роках, після здобуття незалежності. Наприкінці 1980-х – початку 1990-х років в Україні з'явилися громадські організації (ГО) залежних від хімічних речовин та їхніх родичів. Із демократичними змінами відійшли обов'язкове лікування, диспансеризація та витверезники. Наркологія втратила репресивний характер, а споживачі почали активно вирішувати свої проблеми. 1989 року в Луцьку створена перша група АА, а 1990 року в Києві пройшов вже перший з'їзд АА України. Групи АН з'явилися в Одесі (1992), Києві (1993), Чернігові та Полтаві (1998) (Гриценко, 2018, pp. 139-140). Варто зазначити, що важливу роль у розвитку руху відіграли західні благодійні та релігійні організації, які підтримували обмін досвідом та надавали матеріальну допомогу. Особливо значущою була підтримка американських та європейських учасників АА, які надавали методичну літературу і

допомагали в адаптації програми «12 кроків».

За останнє десятиліття через окупацію Криму, війну на Донбасі з 2014 року, повномасштабне вторгнення РФ в Україну 2022 року, з'явилися громадські ГО/ВГО, фонди, сайти та багато різних інституцій, які в межах реалізації проектів/програм і т.п. створюють групи підтримки, що відіграють важливу роль у сучасному суспільстві. Такі платформи дозволяють людям, які зіткнулися з подібними труднощами, – від стресу, депресії до більш серйозних психологічних розладів, – знайти спільноту, яка розуміє їхній стан. Організація цих груп відбувається оф-лайн чи он-лайн через вебсайти, волонтерські організації, міжнародні фонди. Важливим аспектом успішної діяльності таких інституцій є створення безпечного та конфіденційного середовища, де люди можуть відкрито ділитися своїми почуттями та отримувати допомогу (Дворник, 2023; Кендивар, 2024; Луценко & Фарафонова, 2022; Петрович, 2021; Романовська, 2022; Руднева & Мальована, 2024).

Розглянемо основні характеристики таких груп та їхню роль у психологічному та соціальному контекстах. Зона відповідальності за захист дітей (CP AoR), створена 2007 року, є частиною міжнародної системи гуманітарної допомоги, яка координує зусилля щодо захисту дітей у кризових ситуаціях (збройні конфлікти, природні катастрофи, гуманітарні кризи). Співробітники CP AoR працюють з польовими агенціями в країнах, які стикаються з серйозними викликами в сфері захисту дітей (Афганістан, Колумбія, Сирія та Україна). У випадку України робота агенції стала особливо актуальною після повномасштабного вторгнення РФ в Україну, коли зросла кількість випадків загибелі та поранень дітей, вимушених переселень та зруйнованої інфраструктури. Співпраця міжнародних організацій та польових агенцій забезпечує підтримку дітей, включаючи їхню безпеку, доступ до освіти та реабілітацію жертв війни, що покращує координацію в кризових регіонах і створює можливості для швидкої допомоги дітям. Агенція розробила «Навчальну програму

загальної групи підтримки» для дітей, підлітків та їхніх сімей, які потребують емоційної та практичної допомоги в гуманітарних умовах. В Україні СР AoR реалізує програми психосоціальної підтримки, гарячі лінії, допомогу дітям без супроводу та підтримку дітей з інвалідністю. Вони координують зусилля із захисту дітей у співпраці з ЮНІСЕФ та «Save the Children» (Врятуйте дітей) (Петрович, 2021).

Проект «Провідники Змін» від ГО «Фонд Маша» (створений 2020 року для допомоги жінкам та дітям, постраждалим від різних проявів насильства) – реалізується за підтримки USAID через програму «Зміцнення громадської довіри», основна мета якої – навчити українців саморегуляції та допомоги іншим під час стресу. В період війни програма дозволяє підвищувати емоційну стійкість у громадах, залучаючи випускниць проектів «Фонду Маша»: жінки вчаться модерувати групи підтримки та отримують стипендії для створення таких груп у своїх населених пунктах, що сприяє допомозі більшій кількості людей (<https://mashafund.org.ua/>).

ГО «Опіка Ангела» (м. Івано-Франківськ) з липня 2021 року організовує групи підтримки для тих, хто зіткнувся з втратою дитини під час вагітності, пологів або за короткий час після них. Працюють групи за принципом рівний-рівному, де батьки, які пережили втрату дитини та вже впорались з горем, підтримують тих, хто проходить найважчі миті свого життя (angelscare.org.ua).

В рамках проекту «Трансформація відповіді на ВІЛ та пов'язані інфекції під час війни» за технічної підтримки МБФ «Альянс громадського здоров'я» та фінансової підтримки L'Initiative і Expertise France на сайті Help24 організовано декілька груп: група підтримки для людей, які живуть з ВІЛ; група підтримки жінок, які живуть з ВІЛ; група для підтримки ЧСЧ (чоловіки, які мають секс з чоловіками); група «Все дістало!» для соціальних працівників, в якій вони мають можливість отримати корисні навички та обмінятися досвідом з колегами, психологічно розвантажитися, засвоїти методи щодо профілактики вигорання, управління стресом та покращення

психологічної обізнаності (<https://help24.org.ua>).

Батьківська мережа WNY – некомерційна організація, фінансована департаментом освіти США, співпрацює з різними країнами, в т.ч. й з Україною. Надає освіти і ресурси професіоналам та сім'ям людей з особливими потребами. Завдяки ресурсам, семінарам і групам підтримки мережа допомагає зрозуміти інвалідність та орієнтуватися в системі підтримки. Більшість її співробітників є батьками дітей з обмеженими можливостями, що додає організації унікального особистого досвіду та співчуття сім'ям, яких вони охоплюють (parentnetworkwny.org).

3 травня 2022 року команда ГО «InSource» організовує групи самопідтримки для ВПО, які через війну тимчасово проживають на Тернопільщині та Хмельниччині, волонтерів та всіх, хто цього потребує. (<https://insource.com.ua>). Фахівці ГО пройшли навчання в межах курсу «Самодопомога для відновлення та підтримки спроможності громад» та здійснюють менторську підтримку груп самопідтримки з елементами арттерапії.

У 2023 році створена польська Асоціація ««Mudita» (діє у Варшава і Кракові), яка допомагає знайти прихисток людям з інвалідністю, які виїхали з України через війну. Українською, англійською та польською мовами «Mudita» спільно з Mercy Corps підготовлено та викладено у доступі «Порадник ведення групи підтримки для біженців з інвалідністю та біженців з інвалідністю членів родини», в якому розкривається сутність діяльності груп підтримки, виклики, з якими стикаються люди з інвалідністю, покрокова інструкція, як проводити зустрічі в рамках групи підтримки та запропоновано конкретні вправи. Серед основних функцій груп підтримки: обмін досвідом у подоланні труднощів; відновлення почуття сили, надії та самоповаги та ін. (Групи підтримки для біженців з інвалідністю, 2023).

Всеукраїнський проект підтримки «Плюс-Плюс» (стартував 2023 року) від освітньо-культурної мережі Гончаренко центр надає безоплатну юридичну допомогу, послуги психолога, освітні лекції та

арттерапію дружинам, сестрам, матерям та донькам захисників (<https://goncharenkocentre.com.ua>).

Створені 2022 року О. Луценко та Ю. Фарафоною, арттерапевтками, головами відокремлених підрозділів ВГО «Арт-терапевтична асоціація» (Київ, Миколаїв) відкриті групи емоційної підтримки працюють за авторськими програмами з урахуванням наявної ситуації в Україні (Луценко & Фарафонова, 2022).

Таким чином, наукові розвідки щодо організації та діяльності груп підтримки дозволяють нам зробити висновки, що базовий (класичний) підхід ґрунтується на принципах взаємодії людей, які мають спільні проблеми або переживання, з метою надання емоційної та психологічної підтримки один одному, допомоги учасникам у вирішенні їхніх проблем через обмін досвідом, підтримку, саморефлексію та зменшення почуття ізоляції. Основні принципи класичного підходу: спільна проблема або досвід – учасники групи мають схожі проблеми або переживання (залежність, психічні захворювання, втрати, переживання травми), що дозволяє їм краще розуміти один одного та встановлювати глибокий емоційний зв'язок; безпечне середовище – можливість відкрито говорити про свої проблеми, емоції без страху осуду; фасилітація – групи веде фасилітатор чи модератор, який може бути психологом або просто учасником з досвідом, – він підтримує структуру зустрічі, заохочує до відкритого обміну та контролює дотримання правил; взаємна підтримка – допомога через обмін досвідом, поради, заохочення та емоційну підтримку; довіра та конфіденційність – учасники довіряють один одному і впевнені, що їхні розмови залишаються конфіденційними, що важливо для створення атмосфери відкритості; регулярність зустрічей дозволяє учасникам поступово долати свої проблеми, підтримуючи тісний зв'язок із групою; саморефлексія – учасники діляться досвідом та аналізують власну поведінку/почуття, що дозволяє їм краще розуміти себе та свої проблеми; програма зустрічей – у деяких групах існує чітка програма (наприклад, програма «12 кроків» у групах АА), яка

допомагає учасникам слідувати певному плану дій для вирішення проблем (Бондаренко, 2015; Групи підтримки для біженців з інвалідністю, 2023; Петрович, 2021; Трубавіна та ін., 2020).

Групи підтримки виконують низку важливих функцій, які мають як особистісне, так і соціальне значення. Розкриємо основні функції груп підтримки. З феноменологічної точки зору функція емоційної підтримки в групах виникає на основі міжособистісної взаємодії та взаєморозуміння. Учасники груп підтримки об'єднані спільним досвідом, що дозволяє їм виражати емоції в безпечному просторі, сприяє обміну стратегіями подолання труднощів та формуванню відчуття контролю. Емоційна підтримка часто поєднується з соціальною допомогою, що включає практичні поради. Регулярне спілкування у групах допомагає справлятися зі стресом, тривожними розладами, знижує психологічну напругу, відчуття самотності та покращує загальний емоційний стан. В умовах війни емоційна підтримка стає особливо важливою. Військові та цивільні, які зазнали втрат, пережили насильство чи вимушене переміщення, знаходять у групах підтримки безпечне місце для вираження емоцій та відновлення, що допомагає учасникам пережити кризу, знайти ресурси для адаптації, відновити віру в себе й оточуючих, формуючи нові соціальні зв'язки.

Освітньо-інформаційна функція груп підтримки забезпечує учасникам доступ до знань, важливої інформації та ресурсів. У контексті феноменології ця функція розглядається не лише як простий обмін даними, а як глибокий процес взаємодії, що впливає на досвід учасників. Групи підтримки створюють простір для обміну досвідом, де учасники можуть ділитися своїми історіями, що дозволяє іншим отримувати знання про різні аспекти проблеми, з якою вони стикаються, про зовнішні ресурси (наприклад, учасники можуть рекомендувати перевірених фахівців або клініки), література та матеріали (інформація про книги, статті, онлайн-ресурси), які можуть бути корисними для самоусвідомлення та лікування. Участь у

групах підтримки сприяє розвитку критичного мислення, адже при обговоренні різних точок зору та досвіду учасники вчаться оцінювати джерела інформації та відрізнити корисну інформацію від дезінформації. Крім того, при отриманні нових знань чи обміні інформації відбувається розширення кола знайомств, що призводить до залучення нових учасників і може призвести до нових ідей та ресурсів.

Функція соціальної інтеграції полягає у сприянні відновленню людини як соціальної одиниці після періодів ізоляції, викликаній залежністю чи іншими проблемами. Групи підтримки створюють середовище, де учасники можуть відкрито говорити про свої труднощі, знаходити розуміння від людей зі схожим досвідом. Соціальна інтеграція відбувається через поступове відновлення почуття приналежності до спільноти. Учасники, ділячись своїм досвідом і отримуючи зворотний зв'язок, вчаться вибудовувати нові, здорові взаємини, які ґрунтуються на довірі, взаємопідтримці та взаєморозумінні. Групи допомагають їм відновити здатність до соціальної взаємодії та можливість приймати участь у житті громади, повертають людину до активної участі в житті суспільства, сприяють подоланню соціальної ізоляції та відновленню почуття власної цінності та значимості.

Функція формування нових ідентичностей у групах підтримки полягає в переосмисленні учасниками свого «Я». Люди, які переживають залежності або інші труднощі, можуть втрачати уявлення про себе. В групах підтримки вони отримують можливість змінити поведінкові моделі, прийняти нові, конструктивні ролі. Такі програми, як «12 кроків», сприяють саморефлексії, допомагають формувати позитивні ідентичності, як-то «людина, що відновлюється». Взаємодія з іншими учасниками зміцнює ці нові образи і підтримує особистісну трансформацію. Загалом, функція формування нових ідентичностей у групах підтримки допомагає людині подолати кризу, прийняти свою нову роль у суспільстві та знайти нові

сенси, які ведуть до повноцінного і свідомого життя.

Функція психологічного зростання (або психологічної стабілізації) полягає в тому, що такі групи сприяють особистісному розвитку та емоційному зціленню учасників. Люди, які стикаються з залежностями або іншими кризами, часто переживають втрату внутрішньої рівноваги, впевненості в собі та здатності конструктивно вирішувати життєві проблеми. У групах підтримки учасники знаходять безпечну атмосферу для відкритого діалогу, що дозволяє їм краще зрозуміти себе, свої переживання та поведінкові моделі. Через обмін досвідом і підтримку інших, учасники отримують можливість переосмислити свої проблеми, що сприяє глибшому самопізнанню. Групи також надають інструменти для розвитку емоційної стійкості та навичок саморегуляції, як-то управління емоціями, усвідомлення тригерів і формування нових поведінкових стратегій. Це дає змогу людині поступово змінювати свої мислення і поведінку, що сприяє її психологічному зростанню (Бутриновська, 2017; Дворник, 2023; Заверико, 2011; Кендивар, 2024; Лещук, 2007; Романовська, 2022; Руднева & Мальована, 2024; Титаренко & Дворник, 2022).

Узагальнюючи наукові пошуки щодо типології груп підтримки (Бевз, 2005; Бутриновська, 2017; Групи підтримки для біженців з інвалідністю, 2023; Дворник, 2023; Заверико, 2011; Руднева & Мальована, 2024; Трубавіна та ін., 2020; Титаренко & Дворник, 2022), доцільно означити наступні.

За метою та функціями виокремлюємо групи для надання емоційної підтримки та розуміння (для людей, які пережили втрату і т.п.); групи для інформування про конкретні проблеми (для людей з певними захворюваннями); групи для допомоги в організації ресурсів або дій або групи практичної допомоги (волонтерські групи, групи для батьків дітей з особливими потребами тощо). За даним критерієм типології такі групи в науковій літературі ще називають групи професійної фасилітації. Сьогодні все більше груп підтримки залучають до своєї діяльності професійних психологів або психотерапевтів, які

допомагають учасникам глибше зрозуміти свої проблеми та надають науково обґрунтовані методи роботи. Так, групи психологічної підтримки в рамках проекту «Простір Відновлення» реалізують молоді вчені Інституту соціальної та політичної психології НАПН України. Проект присвячено психологічній підтримці та відновленню психічного здоров'я українців (<https://human.org.ua>). Ще одним прикладом можуть слугувати, на наш погляд, «Тихі зустрічі» від громадської організації «ТИША», підтримувані німецьким благодійним фондом OneUkraine gGmbH, – це безкоштовні офлайн-групи підтримки для жінок різного віку, статусу та віросповідання. Програма складається з шести занять, які веде фасилітатор-психолог. Групи підтримки працюють із: внутрішньо переміщеними особами; жінками з інвалідністю; опікунами ветеранів, які втратили кінцівки; з родинами військовослужбовців, які перебувають у полоні, загинули або зникли безвісти; соціальними працівниками, волонтерами, психологами і медиками (<https://novy.tv/ua/g-space/layfhaki/2024/03/27/grupy-pidtrymky-shho-cze-take-i-chomu-vony-korysni-rozprovidaye-psychologynya>).

За форматом (структурою) – це формальні групи, в яких є структури з чіткими правилами та керівництвом (терапевтичні та ін.); неформальні (групи друзів або сусідів); офлайн-групи (зустрічаються в певних місцях); онлайн-групи (забезпечують підтримку через інтернет). Яскравим прикладом онлайн-групи є проект «Мое Коло», що реалізується разом із партнером MedAid International-Ukraine (британська неприбуткова організація). У групах підтримки досвідчені психологи допомагають українцям пережити досвід, дбати про ментальне здоров'я, вчитися застосовувати практичні інструменти для покращення психоемоційного стану. Зазначимо, що з розвитком технологій багато груп підтримки перейшли в онлайн-формат, що дає можливість людям з різних регіонів або тим, хто не може особисто відвідувати зустрічі, приєднуватися до груп. Онлайн-платформи, такі як Zoom, Skype або спеціальні форуми,

дозволяють учасникам спілкуватися в безпечному просторі, незалежно від їхнього місця перебування. Цей формат став особливо важливим ще під час пандемії COVID-19, а тепер і в умовах війни.

Так, на платформі Zoom групи працюють онлайн у двох форматах (закритому та відкритому) для різних категорій: родин загиблих; волонтерів; тих, хто почувався виснажено; батьків; родин військових; тих, хто відчуває пригнічений настрій і втрату сенсу; тих, хто відчуває тривалий стрес; українців за кордоном (<https://moekolo.com>). Таке поєднання варіантів зустрічей дає можливість більш гнучкого підходу: учасники можуть обирати зручний для них формат, поєднувати їх у залежності від свого розкладу чи емоційного стану. Так працюють психологічної підтримки для підлітків, батьків та освітян у проекті «Поруч», започаткованим Міністерством освіти і науки України, Дитячим фондом ООН (ЮНІСЕФ), Українським інститутом когнітивно-поведінкової терапії та ГО «ВГЦ «Волонтер» (poruch.me). Багатий практичний досвід проведення груп підтримки для різної цільової аудиторії має Міжнародна ГО «Міжнародний центр розвитку і лідерства»: постраждалими від війни; жінкам, які вимушено переміщені з Донбасу; жінкам, які вимушено виїхали за кордон під час війни; жінкам, чиї чоловіки воюють; жінкам, чиї близькі знаходяться у полоні або вважаються безвісти зниклими; командам соціальних організацій; спеціалістам, які надають допомогу постраждалим від війни (<https://ildc.org.ua>).

За типом учасників (або за цільовою аудиторією) – гомогенні групи, коли учасники мають спільний досвід або проблему (групи для ветеранів); гетерогенні групи – учасники з різними проблемами або досвідом (загальні групи для людей із різними труднощами). У групах учасники обмінюються досвідом, отримують знання про свою проблему, дізнаються про психологічні техніки, що можуть допомогти, підвищують свою обізнаність щодо способів вирішення проблеми. Так, групи підтримки Veteran Hub працюють з наступною цільовою аудиторією: ветерани та

ветеранки; партнери та партнерки, які чекають на коханих з війни; матері, які чекають на дітей з війни; члени сімей, чії близькі зазнали поранень під час служби; сім'ї загиблих воїнів; сім'ї безвісти зниклих воїнів; сім'ї, чії близькі перебувають у полоні. Групи підтримки модерують тренери та котренери – психологи та психологині, які мають фахову кваліфікацію, а також самі чекають своїх близьких з війни або мають бойовий досвід (<https://veteranhub.com.ua>).

За тематикою – спеціалізовані та загальні. Так, спеціалізовані групи підтримки створюються для вирішення вузькоспеціалізованих потреб – для людей, які пережили певні травматичні події чи для тих, хто має конкретні захворювання та інші. Й прикладом може слугувати група підтримки для дівчат, які чекають свого партнера з війни, створена командою Veteran HUB. Така група працює оф-лайн локально (для тих, хто знаходиться у Києві та Вінниці. Групи працюють по принципу «рівний-рівному» (<https://veteranmedia.org>). Психологи проекту «Human Rights Clinic» щовівторка проводять онлайн-групу психологічної підтримки для українських біженців та внутрішньо переміщених осіб із числа вразливих соціальних груп, таких як ЛГБТК+ та люди, які живуть ВІЛ/СНІД. Під керівництвом професійних психологів відвідувачі групи обговорюють свої проблеми, обмінюються досвідом, отримують емоційну підтримку та пізнають себе у дружньому колі. Ще одна спільнота підтримки – «Безпечно для вагітних та мам України» в рамках діяльності Благодійного фонду «Ранкова зоря».

За тривалістю (або за типом взаємодії) – короткострокові (тимчасові групи для вирішення конкретної проблеми) та довгострокові (постійні групи). Прикладом можуть слугувати групи на основі телеграм-чатів та соцмереж. Так, чати в Telegram, WhatsApp, групи в Facebook стали популярним інструментом для створення підтримки у реальному часі. Допомога здійснюється завдяки зусиллям практикуючих психотерапевтів, консультації безкоштовні і можуть проходити як у відео-або телефонній розмові, так і (зважаючи на ситуацію) в текстовій переписці або навіть

завдяки переліку базових рекомендацій у групі. Учасники можуть швидко ділитися новинами, отримувати допомогу та підтримку, не чекаючи на офіційні зустрічі (<https://t.me/PsihologDopomogaWarInUa2022>).

Варто додати, що в науковій літературі щодо типології зустрічаємо також виокремлення груп в окрему категорію за такими ознаками: *для людей із захворюваннями* – об'єднуються люди, які страждають від однакових захворювань або пережили однакові медичні проблеми; такі групи виконують терапевтичну та інформаційну функції, допомагаючи учасникам обмінюватися порадами щодо лікування або покращення якості життя; *за інтересами* – об'єднують тих, хто має спільні інтереси/хобі/захоплення, й спільний інтерес стає основою для формування зв'язків, що дає можливість учасникам отримувати як емоційну, так і інформаційну підтримку; *кризові групи підтримки* – для людей, які переживають кризу (втрату близької людини, розлучення, фінансову кризу); функціонують як тимчасові структури, що допомагають впоратися з проблемою і знайти ресурси для подальшого життя; *групи самопомоги* – складаються з людей, які прагнуть підтримувати один одного у боротьбі з певними проблемами (алкогольна чи наркотична залежність); часто базуються на певних філософських чи релігійних принципах, що допомагає формувати спільні цінності та стратегії подолання залежності; *групи для соціальної реабілітації* – спрямовані на допомогу людям, які виходять із кризових/екстремальних ситуацій (війна, еміграція чи насильство), допомагають інтегруватися в суспільство та знаходити нові сенси життя.

Висновки. Таким чином, дослідження феноменології груп підтримки є надзвичайно актуальним і перспективним напрямом для психології, соціології та антропології. Розуміння сутності, функцій (емоційної підтримки, освітньо-інформаційної, соціальної інтеграції, психологічного зростання, формування нових ідентичностей та ін.) і типології таких груп (за метою та функціями, форматом,

типом, тривалістю, інтересами, тематикою, для людей із захворюваннями, кризові групи підтримки, групи самопомоги, групи для соціальної реабілітації) дозволяє глибше усвідомити, як сучасне суспільство може ефективніше підтримувати своїх членів у складні часи та створювати умови для їхнього розвитку. Феноменологія груп підтримки стає важливою не лише у контексті психологічної реабілітації, але й у

широкому соціальному значенні. В умовах сучасного світу, коли зростають виклики через глобалізацію, зміни клімату, пандемії та війни, групи підтримки відіграють критичну роль у підтримці стійкості суспільства. Вони стають тим середовищем, де люди можуть отримати потрібну допомогу, знайти нові соціальні зв'язки, що сприяють покращенню якості життя.

Список використаних джерел

1. Бевз, Г. (2005). Групи зустрічей як форма підтримки сімей заміщувальної опіки. Наукові студії із соціальної і політичної роботи, 11(14), 181-192.
2. Бергхауер-Олас, Е. Л. (2022). Досвід проведення занять в рамках групи підтримки психічного здоров'я, реалізованого на базі закладів вищої освіти. Психологічні науки, 1, 42-50. <http://10.32999/ksu2312-3206/2022-1-6>
3. Бондаренко, Н. Б. (2015). Супровід групи самопомоги осіб, які мають проблеми психічного здоров'я. Наукові записки НаУКМА. Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота, 175, 58-60.
4. Бутриновська, У. П. (2017). Групи самопомоги як ефективна форма соціальної роботи. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 11: Соціальна робота. Соціальна педагогіка, 23, 8-13.
5. Гриценко, Л. І. (2018). Метод «рівний-рівному» у взаємодії учасників груп підтримки та груп взаємодопомоги. In Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи. Навчальний посібник (Том 2.2, pp. 117-177). Київ.
6. Група підтримки. Як прийняти людей у коло «своїх». (2023). ТОВ «Український газетний синдикат».
7. Групи підтримки для біженців з інвалідністю або інвалідністю члена родини. (2023). Mudita-Mercy Corps.
8. Гундертайло, Ю. Д. (2019). Соціально-психологічні технології відновлення життєвої неперервності внутрішньо-переміщених осіб. In Т. М. Титаренко (Ed.), Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник (pp. 171-181). Імекс-ЛТД.
9. Дворник, М. С. (2019). Використання мобільних застосунків для подолання психотравматизації. In Т. М. Титаренко (Ed.), Соціально-психологічні технології відновлення особистості після травматичних подій: практичний посібник (pp. 113-139). Імекс-ЛТД.
10. Дворник, М. С. (2023). Групи підтримки й адаптація українських воєнних мігранток у Каталонії. Науковий вісник Херсонського державного університету, 2, 11-18. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2023-2-2>
11. Заверико, Н. В. (2011). Групи взаємодопомоги в системі соціально-педагогічної роботи з населенням. Вісник Запорізького національного університету: Педагогічні науки, 1(14), 125-129.
12. Кендивар, В. (2024). Деякі рекомендації з психологічної роботи в групі емоційної підтримки для членів сімей осіб, які перебувають в полоні. In Міжнародна та національна безпека: теоретичні і прикладні аспекти : матеріали VIII Міжнар. наук.- практ. конф. (Ч. II). Дніпроп. держ. ун-т внутр. справ. <https://doi.10.31733/15-03-2024/2/435-437>
13. Лешук, Н. О. (2007). Методика освіти «рівний-рівному»: навч. метод. посіб. Наш час.
14. Луценко, О., & Фарафонова, Ю. (2022). Арттерапевтична група емоційної підтримки (онлайн) у період війни: досвід проведення, спостереження, висновки. Простір арттерапії. Збірник наукових праць, 2(32), 68-81.
15. Мітченко, К. (2023). Вплив груп психологічної підтримки на формування особистісної зрілості учасників. In Проблеми формування громадянського суспільства в Україні: доба нестійкої інституційності. Матеріали Всеукр. наук.-прак. конф. (pp. 140-143).
16. Навчальна програма загальної групи підтримки. (n.d.). Retrieved August 28, 2024, from URL: [MHPSS_General_support_group_curriculum_UKR.pdf\(cpaor.net\)](http://MHPSS_General_support_group_curriculum_UKR.pdf(cpaor.net))

17. Петрович, В. (2021). Групи взаємодопомоги батьків дітей із інвалідністю як складова соціальної підтримки в громаді. *Humanitas*, 2, 36-43. <https://doi.org/10.32782/humanitas/2021.2.6>
18. Романовська, Д. Д. (2022). Психологічна допомога у закладах освіти в період війни: запити, методики, алгоритми дій. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Психологія»*, 1, 148-152. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.28>
19. Руднева, А. О., & Мальована, Ю. Г. (2024). Групи соціально-психологічної підтримки як ефективний інструмент соціальної роботи в умовах війни. *Психологія та соціальна робота*, 1(59), 252-263. <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2024.1.23>
20. Трубавіна, І. М., Нагачевська, З. І., & Мартинюк, А. Ю. (2020). Методика організації роботи груп підтримки осіб, які перебувають у складних життєвих обставинах. *Вісник ЛНУ імені Тараса Шевченка*, 2(333), Ч. II, 282-293. [https://10.12958/2227-2844-2020-2\(333\)-2-282-293](https://10.12958/2227-2844-2020-2(333)-2-282-293)
21. Титаренко, Т. М., & Дворник, М. С. (Eds.). (2022). Як допомогти особистості в період переходу від війни до миру: соціально-психологічний супровід: практичний посібник. Імекс-ЛТД.

References

1. Bevez, H. (2005). Hrupy zustrichei yak forma pidtrymky simej zamishchuvalnoi opiky [Support groups as a form of support for foster care families]. *Naukovi studii iz sotsialnoi i politychnoi roboty*, 11(14), 181-192. (in Ukrainian)
2. Berghauer-Olas, E. L. (2022). Dosvid provedennia zaniat v ramkakh hrupy pidtrymky psykhichnoho zdorovia, realizovanoho na bazi zakladiv vyshchoi osvity [Experience of conducting classes within the framework of a mental health support group implemented on the basis of higher education institutions]. *Psykholohichni nauky*, 1, 42-50. <http://10.32999/ksu2312-3206/2022-1-6> (in Ukrainian)
3. Bondarenko, N. B. (2015). Suprovid hrupy samodopomohy osib, yaki maiut problemy psykhichnoho zdorovia [Support of a self-help group for people with mental health problems]. *Naukovi zapysky NaUKMA. Pedahohichni, psykholohichni nauky ta sotsialna robota*, 175, 58-60. (in Ukrainian)
4. Butrynovska, U. P. (2017). Hrupy samodopomohy yak efektyvna forma sotsialnoi roboty [Self-help groups as an effective form of social work]. *Naukovyi chasopys Natsionalnogo pedahohichnogo universytetu imeni M. P. Drahomanova. Serii 11: Sotsialna robota. Sotsialna pedahohika*, 23, 8-13. (in Ukrainian)
5. Hrytsenok, L. I. (2018). Metod «rivnyi-rivnomu» u vzaiemodii uchasniv hrup pidtrymky ta hrup vzaiemodopomohy [The "peer-to-peer" method in the interaction of participants in support groups and mutual aid groups]. In *Osnovy reabilitatsiinoi psykholohii: podolannia naslidkiv kryzy. Navchalnyi posibnyk* (Vol. 2.2, pp. 117-177). Kyiv. (in Ukrainian)
6. Hrupa pidtrymky. Yak pryiniaty liudei u kolo «svoikh» [Support group. How to accept people into the circle of "your own"]. (2023). TOV «Ukrainskyi hazetnyi syndykat». (in Ukrainian)
7. Hrupy pidtrymky dlia bizhentsiv z invalidnistiu abo invalidnistiu chlena rodyny [Support groups for refugees with disabilities or family members with disabilities]. (2023). Mudita-Mercy Corps. (in Ukrainian)
8. Hundertailo, Yu. D. (2019). Sotsialno-psykholohichni tekhnolohii vidnovlennia zhyttievoi neperervnosti vnutrishno-peremishchenykh osib [Socio-psychological technologies for restoring the life continuity of internally displaced persons]. In T. M. Tytarenko (Ed.), *Sotsialno-psykholohichni tekhnolohii vidnovlennia osobystosti pislia travmatychnykh podii: praktychnyi posibnyk* (pp. 171-181). Imeks-LTD. (in Ukrainian)
9. Dvornyk, M. S. (2019). Vykorystannia mobilnykh zastosunkiv dlia podolannia psykotravmatyzatsii [Use of mobile applications to overcome psychotraumatization]. In T. M. Tytarenko (Ed.), *Sotsialno-psykholohichni tekhnolohii vidnovlennia osobystosti pislia travmatychnykh podii: praktychnyi posibnyk* (pp. 113-139). Imeks-LTD. (in Ukrainian)
10. Dvornyk, M. S. (2023). Hrupy pidtrymky y adaptatsiia ukraïnskykh voïennykh mihrantok u Katalonii [Support groups and adaptation of Ukrainian military migrant women in Catalonia]. *Naukovyi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu*, 2, 11-18. <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2023-2-2> (in Ukrainian)
11. Zaveryko, N. V. (2011). Hrupy vzaiemodopomohy v systemi sotsialno-pedahohichnoi roboty z naselenniam [Mutual aid groups in the system of socio-pedagogical work with the population]. *Visnyk Zaporizkoho natsionalnogo universytetu: Pedahohichni nauky*, 1(14), 125-129. (in Ukrainian)
12. Kendyvar, V. (2024). Deiaki rekomendatsii z psykholohichnoi roboty v hrupi emotsiinoi pidtrymky dlia chleniv simej osib, yaki перебувають в полоні [Some recommendations for psychological work in the emotional support group for family members of persons in captivity]. In *Mizhnarodna ta natsionalna bezpeka: teoretychni i prykladni aspekty : materialy VIII Mizhnar. nauk.- prakt. konf. (Part II)*. Dniprop. derzh. un-t vnutr. sprav. <https://doi.10.31733/15-03-2024/2/435-437> (in Ukrainian)

13. Leshchuk, N. O. (2007). *Metodyka osvity «rivnyi-rivnomu»: navch. metod. posib.* [Methodology of "peer-to-peer" education: teaching method. manual]. Nash chas. (in Ukrainian)
14. Lutsenko, O., & Farafonova, Yu. (2022). *Arterapevtychna hrupa emotsiinoi pidtrymky (onlain) u period viiny: dosvid provedennia, sposterezhennia, vysnovky* [Art therapy group of emotional support (online) during the war period: experience of conducting, observations, conclusions]. *Prostir arterapii. Zbirnyk naukovykh prats*, 2(32), 68-81. (in Ukrainian)
15. Mitchenko, K. (2023). *Vplyv hrup psykholohichnoi pidtrymky na formuvannia osobystisnoi zrilosti uchasyukiv* [The influence of psychological support groups on the formation of personal maturity of participants]. In *Problemy formuvannia hromadianskoho suspilstva v Ukraini: doba nestiikoi instytutitsiinosti. Materialy Vseukr. nauk.-prak. konf.* (pp. 140-143). (in Ukrainian)
16. *Navchalna prohrama zahalnoi hrupy pidtrymky* [Curriculum of the general support group]. (n.d.). Retrieved August 28, 2024, from URL: [MHPSS_General support group curriculum_UKR.pdf](https://mhpss.gov.ua/ua/curriculum-general-support-group) (cpaor.net) (in Ukrainian)
17. Petrovych, V. (2021). *Hrupy vzaiemodopomohy batkiv ditei iz invalidnistiu yak skladova sotsialnoi pidtrymky v hromadi* [Mutual aid groups for parents of children with disabilities as a component of social support in the community]. *Humanitas*, 2, 36-43. <https://doi.org/10.32782/humanitas/2021.2.6> (in Ukrainian)
18. Romanovska, D. D. (2022). *Psykholohichna dopomoha u zakladakh osvity v period viiny: zapyty, metodyky, alhorytmny dii* [Psychological assistance in educational institutions during the war period: requests, methods, action algorithms]. *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho natsionalnoho universytetu. Seriya «Psykholohiia»*, 1, 148-152. <https://doi.org/10.32782/psy-visnyk/2022.1.28> (in Ukrainian)
19. Rudnieva, A. O., & Malovana, Yu. H. (2024). *Hrupy sotsialno-psykholohichnoi pidtrymky yak efektyvnyi instrument sotsialnoi roboty v umovakh viiny* [Groups of socio-psychological support as an effective tool of social work in war conditions]. *Psykholohiia ta sotsialna robota*, 1(59), 252-263. <https://doi.org/10.32782/2707-0409.2024.1.23> (in Ukrainian)
20. Trubavina, I. M., Nahachevska, Z. I., & Martyniuk, A. Yu. (2020). *Metodyka orhanizatsii roboty hrup pidtrymky osib, yaki perebuvali u skladnykh zhyttievnykh obstavynakh* [Methodology of organizing the work of support groups for persons in difficult life circumstances]. *Visnyk LNU imeni Tarasa Shevchenka*, 2(333), Part II, 282-293. [https://10.12958/2227-2844-2020-2\(333\)-2-282-293](https://10.12958/2227-2844-2020-2(333)-2-282-293) (in Ukrainian)
21. Tytarenko, T. M., & Dvornyk, M. S. (Eds.). (2022). *Yak dopomohty osobystosti v period perekhodu vid viiny do myru: sotsialno-psykholohichni suprovod: praktychnyi posibnyk* [How to help a person in the transition period from war to peace: socio-psychological support: a practical guide]. Imeks-LTD. (in Ukrainian)

Summary

PHENOMENOLOGY OF SUPPORT GROUPS IN THE CONTEXT OF CONTEMPORARY SOCIAL CHALLENGES IN UKRAINE

Nikolaiev L. Candidate of Psychological Sciences, Associate professor, Head of the educational-methodological laboratory of group work psychology Hryhorii Skovoroda University in Pereiaslav

Introduction. *In the context of escalating challenges and risks facing Ukrainian society, particularly due to the ongoing war and social instability, the need for effective tools for psychological support and social adaptation has become increasingly urgent. Support groups, which are actively developing in various spheres of social practice, are considered a promising resource for overcoming the psychological consequences of war and social instability. Despite the existence of individual studies devoted to the use of support groups in various contexts, there is a lack of comprehensive scientific research that would allow for the conceptualization of the phenomenology of support groups in the conditions of contemporary social challenges in Ukraine and offer valid tools for measuring the effectiveness of their application.*

Purpose. *The purpose of this article is to conduct a thorough analysis and reveal the potential of support groups as an effective instrument for social adaptation and psychological rehabilitation in the face of current challenges in Ukraine. Additionally, it aims to develop valid criteria for measuring the success of implementing these groups in social work practice.*

Methods. *The research methods employed include a theoretical analysis of relevant scientific sources, which allows for the formation of a holistic vision of the research problem field. This is complemented by a method of generalizing the practical experience of the study's author, acquired during professional activity as*

a psychologist, which provided the opportunity to verify theoretical positions and formulate applied recommendations. The study also utilizes phenomenological analysis to explore the essence of support groups and their functioning in the Ukrainian context.

Originality. *The scientific novelty of the study lies in identifying and conceptualizing the phenomenology of support groups in the context of current social challenges in Ukraine. This is realized through the examination of these groups in areas such as the development of communication skills, optimization of stress coping, formation of self-help skills, improvement of emotional intelligence, promotion of social adaptation, strengthening of resilience, enhancement of stress management skills, and stimulation of mutual assistance in difficult life situations. The practical significance of the research is determined by the possibility of direct application of the analyzed characteristics of support groups by professionals to optimize social work and increase its effectiveness. The criteria proposed by the author create a methodological basis for monitoring and evaluating the effectiveness of support group utilization.*

Conclusion. *The conclusions emphasize that the fundamental idea of the support group approach is to assist participants in revealing their potential, focusing on achieving set goals, and developing socially significant skills and competencies. Therefore, support groups are positioned as a powerful tool for increasing the effectiveness of social adaptation and psychological rehabilitation in the face of current challenges in Ukraine. Prospects for further research are seen in organizing an experimental study on the impact of support groups on improving the effectiveness of social adaptation. This would involve a representative sample and the use of valid psychodiagnostic tools, allowing for the verification of the proposed theoretical assumptions and the formation of a reliable evidence base.*

Key words: *mutual aid; support groups; psychological rehabilitation; self-help; social adaptation; social challenges; group typology; phenomenology.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 04.10.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 07.12.24

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

МОТИВАЦІЯ УЧІННЯ СТУДЕНТІВ ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ

*Ременюк Я. А. здобувачка PhD, Уманський державний педагогічний університет імені Павла Тичини
<https://orcid.org/0009-0009-2909-8009>*

Статтю присвячено обґрунтуванню мотивації учіння як предмету психологічного дослідження. Зокрема, зазначається, що вивчення мотивації навчально-професійної діяльності студентів охоплює насамперед дві основні проблеми. Перша - це розуміння взаємозв'язку між потребами, мотивацією і конкретною діяльністю студента, спрямованою на досягнення навчальної мети або виконання певного навчального завдання. Друга - це необхідність розроблення типології або складання переліку мотивів, що складають структуру (ієрархію) професійної мотивації, зокрема, за певними спеціальностями (наприклад, студентів-психологів), для пояснення особливостей рушійних сил, що спричиняють і формують цю діяльність.

Ключові слова: мотивація учіння; навчально-професійна діяльність; студент; навчальна мета; навчальне завдання; професійна мотивація.

Вступ. Навчально-професійна діяльність у ЗВО - це діяльність щоденна, багаторічна, систематична, що передбачає активну самостійну роботу самого студента з оволодіння професійними знаннями, вміннями та навичками. Тому вона залишає глибокий слід в особистості студента. Навчально-професійна діяльність має характер провідної діяльності. Провідна діяльність має такі ознаки: від неї залежать основні психологічні новоутворення на кожній стадії становлення і розвитку особистості; у її формі виникають і розвиваються нові види діяльності; у ній виникають і формуються окремі психічні процеси. Навчально-професійна діяльність, що супроводжує студентський вік, має усі ці ознаки. Ця діяльність опосередковує формування психічних новоутворень особистості на етапі її навчання у ЗВО. Зокрема, навчально-професійна діяльність забезпечує переважний розвиток мотиваційно-потребової, а на наступному етапі професіоналізації й операційно-технічної сфер особистості. Навчально-професійна діяльність містить усі можливості для того, щоб, здійснюючи її, студент став високо освіченою людиною, справжнім професіоналом.

Теоретичне підґрунтя. С.Д. Максименко (2007) обґрунтував положення про провідну роль навчання у психічному розвитку особистості. Найбільшою мірою вимогам розвивального навчання

задовольняє особистісно-орієнтований підхід у навчанні. Це повною мірою стосується навчально-професійної діяльності, як діяльності, що передбачає більшу активність студента у ній як суб'єкта навчання, безпосередньо зацікавленого у своїй професійній підготовці. Цю потребу у повноцінному професійному розвитку може задовольнити навчально-професійна діяльність за умови високого рівня її організації, використання ефективних засобів навчання, гармонійного поєднання теорії та практики в процесі навчання і власної активності студента у цій діяльності.

Низка дослідників (Гульбс О.А., Кобець О.В., Тишаківа Л.Т., Діхтяренко С.Ю., 2023) зазначають, що ті молоді люди, які здобувають професійну підготовку на підприємствах, у фірмах та організаціях протягом короткого часу (до одного року), досягають приблизно такого самого рівня психічного розвитку, як і їхні однолітки, які навчаються у вищій школі впродовж 3-5 років. Звісно, професійна підготовленість випускників ЗВО є набагато вищою, але в інтелектуальній сфері, в емоційно-вольовій, особистісній сферах суттєвих відмінностей між цими двома групами студентів не спостерігається, а на рівні професійних вмінь і навичок перша група молодих фахівців дещо випереджає другу. Дослідження (Сафін О.Д., Столярова О.М., Діхтяренко С.Ю., Рабодзей Т.С., 2021) показали, що у цьому віці під впливом

провідної навчально-професійної діяльності у студентів відбувається підвищення рівня розвитку уваги, пам'яті та мислення (тобто інтелектуальних здібностей), причому саме їхніх змістовних (якісних), а не кількісних характеристик. Тому ті молоді люди, які безпосередньо включені у цю навчально-професійну діяльність, перш за усе, активно формують власний інтелектуальний (професійно опосередкований) потенціал, а ті, хто включений у безпосередню практичну діяльність, розвивають насамперед практичні вміння та навички майбутньої професії. Саме звідси виникає потреба розумно, об'єктивно зумовлено поєднувати теоретичну і практичну підготовку майбутніх фахівців у навчально-професійній діяльності. Лише при дотриманні цієї вимоги до провідної діяльності можна вести мову про повноцінну професійну підготовку висококваліфікованих кадрів і про те, що ця діяльність має перетворювальний, розвивальний характер.

Мета статті – обрuntuвання мотивації учіння як предмету психологічного дослідження.

Методи дослідження – контент-аналіз, порівняння, систематизація, класифікація.

Результати та обговорення. Навчально-професійна діяльність, з одного боку, забезпечує розвиток мотиваційно-потребової сфери студентів, а з іншого – сама опосередковується особистісно забарвленими мотивами навчання. У своєму дослідженні І.В. Жадан (1993) зазначає, що розвиток особистості стимулює перетворення навчально-професійної діяльності, своєю чергою, перетворення навчально-професійної діяльності призводить до подальшого особистісного зростання, причому не лише завдяки поступальним змінам операційного аспекту діяльності, а й через процес персоналізації. Це наповнює навчально-професійну діяльність надситуативним змістом, тобто особистісно опосередкованим смислом. На думку дослідника, наповнення навчально-професійної діяльності особистісним смислом може бути досягнуто через особистісно орієнтовану освіту. Вона ґрунтується на методологічному визнанні як

системоутворювального чинника особистості того, хто навчається.

Так, у дослідженні І.В. Зайцевої (2000) зазначено, що коли навчальна діяльність має суб'єкт-об'єктний характер, то взаємини студента із предметом освоєння здійснюються за допомогою навчальної діяльності. Коли відносини починають мати суб'єкт-суб'єктний характер, то взаємовідносини викладача і студента здійснюються безпосередньо в процесі навчання. На думку дослідниці, якщо об'єктні відносини становлять зміст предметної сторони навчання, то суб'єктні – це проблеми спілкування, взаєморозуміння, співпраці, сумісності тощо. Коли суб'єктом є група, взаємодія викладача із кожним студентом опосередковується соціально-психологічними процесами, що існують у даному колективі. Будь-яка навчальна ситуація інтегрована у контекст певних суспільних і соціально-економічних відносин, що існують у конкретному суспільстві, без врахування яких її аналіз буде неповним. Це положення цілком застосовне і до навчально-професійної діяльності студентів.

Навчання молодих людей здійснюється у групі однокурсників, і від того, як викладач ЗВО включає та активізує в процес взаємодії не лише окремих студентів, а й групу загалом, залежить формування навичок ефективної взаємодії у професійній групі за типом співробітництва. Це виявляється вельми актуальним для професій групи «людина – людина», зокрема, для психологів. Навчально-професійна діяльність як провідна діяльність студентів-психологів опосередковує формування та розвиток у них комунікативних навичок, навчає колективної творчості при виконанні різноманітних навчальних завдань (евристичних, творчих тощо), формує такі цінні якості, як «людина – людина», «людина – психолог», формує такі цінні якості, як вміння слухати, толерувати, сприймати іншого та його думку як цінність, вміти координувати власні дії із діями групи. Таким чином, особистісно-орієнтований підхід у навчанні дозволяє посилити особистісно-твірну та професійно

орієнтувальну функції навчально-професійної діяльності.

На думку О.І. Киричука (1986), особистісно орієнтований підхід у навчанні має містити такі аспекти: організацію суб'єкт-суб'єктної взаємодії, забезпечення безпеки особистісного прояву студента в усіх навчальних ситуаціях, формування готовності студента до навчання, до розв'язання проблемних завдань завдяки рівнопартнерським, довірчим суб'єкт-суб'єктним стосункам із педагогом; забезпечення єдності зовнішніх і внутрішніх умов навчання. Таким чином, суб'єкт-суб'єктні відносини припускають обопільну активність усіх суб'єктів навчальної діяльності, партнерські стосунки у ній, а отже, і спільну відповідальність за результати цієї діяльності. Це має ще більш виражений характер під час навчання у ЗВО, тому є достатньо важливим і цілком застосовним для нашого дослідження. Так, В.О. Климчуком (2015) зазначається, що процес професійного спілкування майбутнього фахівця є процесом цілісного і динамічного спілкування, що виявляється у діалогічному характері впливу суб'єктів педагогічного процесу, сутісно характеризується рефлексивним характером спілкування та спрямований на самозаглиблення, взаємне розуміння і прийняття іншого, на смислопородження та вираження себе.

Центральною ланкою особистісно орієнтованого підходу у навчально-професійній діяльності (як провідній діяльності) є розвиток особистості студента як професіонала у тій чи іншій галузі в процесі навчання. Дослідження В.І. Ключка (2012) засвідчило, що включення до контексту навчального матеріалу суб'єктивно значущих завдань, ситуацій із життєвого досвіду студентів підвищує у них мотивацію учіння, інтерес до навчально-професійної, а через неї і до майбутньої професійної діяльності. Мотивуюче значення ситуації або завдання, пропонованого студентам, залежить від таких чинників: знання (незнання) алгоритмів розв'язання конкретного завдання або класу подібних завдань (як повне знання, так і повне незнання

знижують інтерес); наявності загального, типового та індивідуального рівня знань, вмінь, навичок, що відображає суб'єктивний досвід кожного та усієї групи загалом; способів розв'язання і, відповідно, вмотивованості - ставлення до ситуації, завдання як до потрібних особисто, для справи, для інших. У дослідженні В.М. Клячка (1999) наголошується, що особистісна орієнтація процесу навчання означає, що вихідною точкою в процесі пізнання є особистісний суб'єктивний досвід того, хто навчається, на базі якого вибудовується система освоєних ним знань.

Таким чином, особистісно-орієнтоване та особистісно-опосередковане навчання наповнює навчально-професійну діяльність особистісним смислом, робить її більш усвідомленою, значущою для студента як суб'єкта цієї діяльності, діяльністю, що посправжньому веде за собою та опосередковує розвиток особистості студента. За такого підходу посилюється мотивація навчання, ефективність навчально-професійної діяльності, тому що її результати стають особистісно значущими не лише для викладача, а й для самого студента. Цей підхід допомагає не лише значно посилити мотивацію навчання майбутніх фахівців, вивести професійні мотиви на перше місце в ієрархії мотивів, а й впливає на розвиток самої навчально-професійної діяльності (зміст, організацію, способи реалізації тощо).

Професійне навчання - це особистісно-поведінкове долучення студента до майбутньої професії. Обравши собі спеціальність і ставши на шлях оволодіння нею, студент свідомо чи підсвідомо починає відчувати себе якоюсь мірою членом певної професійної групи. Цьому сприяє вивчення спеціальних дисциплін, психологічна атмосфера вишу, студентських груп, насичена професійна лексика, професійно опосередковані інтереси. Інші люди у ЗВО і за його межами починають ставитися до нього як до майбутнього професіонала у тій чи іншій царині, цікавляться його професійною думкою, оцінками, звертаються по пораду, допомогу. Особистісно-поведінкова ідентифікація студентів зростає у міру включення в

освітній процес практичних форм навчальної діяльності, спочатку у самому ЗВО (лабораторні, практичні заняття; тренінги тощо), а потім в організаціях професійного профілю (практики, стажування тощо).

Особистісна значущість та ефективність навчально-професійної діяльності значно збільшується для студентів у разі розвитку їхніх комунікативних можливостей: мотивації спілкування, техніки спілкування, ефективності взаємодії у групі. Розвиток цього боку навчально-професійної діяльності (як провідної діяльності) не лише сприяє особистісному розвитку студентів, призводить до позитивних змін у їхній емоційній сфері (зниження рівня тривожності, агресивності тощо), а й справляє значний вплив на мотивацію навчально-професійної діяльності, а також на зацікавленість студентів у результатах цієї діяльності. Так, за даними О.С. Кочаряна (2011), за певної роботи зі студентами спостерігається таке зрушення в їхніх мотивах: на молодших курсах студентів із мотивом афіліації (зі 160 обстежених) - 5%, із мотивом досягнення - 7%, із прагненням до лідерства - 4%; на старших курсах відповідно - 35%, 29%, 33%. Також автор вказує, що студенти, які володіють високою технікою спілкування, у ситуації традиційного іспиту показували значні відмінності за результатами (балами) його складання, як порівняти зі студентами, у яких техніка спілкування була набагато нижчою. Це дослідник пов'язує з вмінням студентів адекватно оцінювати ситуацію особистісної взаємодії з екзаменатором. Таким чином, підсумовує дослідник, існує статистично значуща залежність між складовими діяльності спілкування студентів і результатами їхньої навчальної діяльності: чим вищими є перші характеристики, тим значнішими другі.

У межах навчально-професійної діяльності розвиваються якісні характеристики іншої діяльності - спілкування, які, своєю чергою, впливають на саму навчально-професійну діяльність (вмотивованість, результативність, особистісну значущість та ін.), а також на процес особистісного та професійного

становлення студентів. Це виявляє додаткові можливості викладача вищої школи для опосередкованого впливу на навчально-професійну діяльність (мотивацію, ефективність, особистісну значущість та ін.), процес професійного становлення майбутнього фахівця через розвиток спілкування та його складових (комунікативні якості, техніку та ін.). Ця обставина є особливо важливою для студентів-психологів, чия діяльність безпосередньо буде пов'язана з широким і різноманітним спілкуванням.

Навчально-професійна діяльність студентів, як і будь-яка інша діяльність, спонукається не одним, а цілою системою різноманітних взаємообумовлених і взаємоопосередкованих мотивів, що перебувають у певній ієрархічній структурі. Як зазначає А.О. Поляков (2008), становлення особистості фахівця зумовлене, насамперед, формуванням системи його потреб і мотивів, ієрархія яких характеризує цілісну особистість в усіх сферах її діяльності, спонукає людину ставити проблеми, концентрувати зусилля на їх розв'язанні. Під час професіоналізації різні потреби особистості знаходять свій предмет у навчально-професійній діяльності, і так відбувається формування структури мотивів навчання та їхнє усвідомлення. У зв'язку з тим, що мотивація є однією з найважливіших ланок у процесі оволодіння професією, вирішального значення набуває проблема вивчення мотивації навчально-професійної діяльності студентів ЗВО. Це дозволяє виявити особливості та закономірності цього процесу з метою підвищення ефективності підготовки майбутніх фахівців на етапі їхнього навчання.

На думку С.Д. Максименка (2007), мотив (як упредметнена потреба), що породжує діяльність, сам є результатом, що передуює діяльності. Провідне місце в ієрархії мотивів, на його думку, належить тим із них, які, спонукаючи діяльність, водночас надають їй особистісного сенсу, навіть якщо суб'єкт цього не усвідомлює. Інші мотиви, виконуючи роль спонукальних чинників, позбавлені смислотворчої функції. Структурі мотивів у цій концепції

відводиться вирішальне місце у формуванні особистості. Рух мотивів веде до виникнення їхніх ієрархічних зв'язків, які утворюють вузли особистості. Структура особистості, - як зазначає він, являє собою відносно стійку конфігурацію головних, усередині себе ієрархізованих мотиваційних ліній.

Разом з іншими дослідниками він зазначає (Максименко С.Д., Макаренко О.М., Майстренко І.А., 2009), що мотиваційна сфера студента тісно пов'язана зі спрямованістю особистості. Автори вказують, що залежно від її специфіки можуть бути виокремлено три різні типи мотивів спрямованості особистості:

мотиваційна сфера студента відображає суто індивідуалістичну спрямованість особистості (лише на себе), тобто суспільний сенс продукту діяльності байдужий для особистості. Ця діяльність використовується нею лише як засіб задоволення індивідуальних потреб (ідеться про вузькоособистісні мотиви);

смыслотворчий мотив відображає спрямованість особистості на інших людей, тобто конкретна діяльність небайдужа для особистості лише тому, що вона становить цінність для інших: батьків, викладачів, друзів тощо. У цьому разі діяльність особистості є засобом задоволення потреби у схваленні інших, суспільства загалом (це, найімовірніше, широкі соціальні мотиви);

смыслотворчий мотив студента відображає спрямованість особистості на справу, на професію, тобто особистість насамперед цікавить сама діяльність, її зміст. Однак за своїм індивідуальним змістом вона може не збігатися з тим смыслом, що міститься у суспільному продукті (ідеться про професійні мотиви).

Розглянуті вище типи спрямованості особистості у діяльності відображають ту обставину, що людина, задовольняючи різні види потреб (індивідуальні, суспільні, професійні), від початку активізується різними мотивами діяльності, що визначає особистісно опосередкований зміст цієї діяльності для людини. Мотиви, опосередковані самою діяльністю, впливають на когнітивну сферу суб'єкта, допомагаючи йому долати труднощі, що

перешкоджають цілеспрямованому і систематичному її оволодінню. Мотиви, що визначають діяльність суб'єкта ззовні і впливають на його ціннісно-смыслову сферу, допомагають йому відстежувати адекватність власної поведінки у діяльності та дають певні орієнтири, зумовлені суспільними нормами і цінностями. Вузькоособистісні мотиви будуть, у цьому разі, позиціонуватись як супутні основній групі мотивів, тому що будь-яка діяльність має свій суспільний зміст і систему вимог до неї. Тому, обираючи та освоюючи ту чи іншу діяльність, людина однаково орієнтується на цей зміст і тільки потім заломлює його через вузькоособистісні потреби.

Мотиви навчально-професійної діяльності можуть бути визначені не лише за їхнім відношенням до навчальної діяльності, а й відповідно до тієї функції, яку вони виконують як спонукачі цієї діяльності. Одні з них, будучи достатньо важливими, наприклад, свідомість необхідності системи знань для майбутньої професійної діяльності, почуття обов'язку тощо, можуть бути недостатньо дієвими. Інші, супутні навчанню, наприклад, мотив особистого престижу, уникнення покарання тощо, можуть мати велику спонукальну силу. Перші, таким чином, належатимуть до групи «знаних», «смыслотворчих» мотивів; другі - до групи мотивів, що «безпосередньо спонукають», «реально діють». Нормальний перебіг навчально-професійної діяльності забезпечується динамічним поєднанням мотивів, їхньою особливою ієрархією, що характеризується наявністю провідного мотиву і системи супідрядних із ним.

Н.В. Альохіна на основі отриманих даних дійшла висновку, що соціальні мотиви у студентів на усіх курсах посідають чільне місце серед інших мотивів; питома вага пізнавальних мотивів зменшується до 4-го курсу від 90 до 78%; мотиви професійні на 2-5-му курсах набувають стійкості - 68-69%; значущість мотивів особистого благополуччя помітно збільшується на випускних курсах - з 30 до 45% (Альохіна Н.В., 2010).

На думку Л.В. Боднар (2017), мотивація навчальної діяльності у ЗВО містить професійний, пізнавальний, прагматичний,

соціально-громадський, особистісно-престижний компоненти, а розвиток кожного структурного компонента, своєю чергою, зумовлений змістом і динамікою розвитку загальної мотивації. Ж.П. Вірна (2003) серед мотивів навчання у ЗВО на підставі змісту, системи цілей і потреб виокремлює: професійні мотиви (визначаються потребою здобути професію, стати висококваліфікованим фахівцем, ці мотиви тісно пов'язані із професійною спрямованістю); пізнавальні мотиви (визначаються потребою набути нові знання та одержати задоволення від самого процесу пізнання); прагматичні мотиви (визначаються потребою добре засвоїти поточний навчальний матеріал, аби одержати професію з високим заробітком).

У низці інших досліджень відзначають такі зрушення в ієрархії мотивів учіння від 1-го до 4-го курсу у студентів-психологів. Мотив творчого досягнення і потреба досягнення збільшуються від 3-го до 4-го курсу, а мотив формально-академічного досягнення знижується від 2-го до 4-го курсів. При цьому мотив творчого досягнення на усіх курсах значно переважає над мотивом формально-академічного досягнення. Під мотивом творчого досягнення автори розуміють прагнення до розв'язання будь-якої наукової або технічної задачі та до успіху у науковій діяльності. Мотив формально-академічного досягнення вони розуміють як мотивацію на оцінку, хорошу успішність; потреба досягнення - означає яскраве вираження того чи іншого мотиву. Певні відмінності в отриманих даних пояснюються кількома причинами. По-перше, специфікою тієї чи іншої спеціальності, яка, вочевидь, від самого початку (вже під час вибору професії) визначається різними мотивами. По-друге, ці відмінності, безсумнівно, пов'язані із конкретними соціально-економічними змінами у суспільстві. Так, наприклад, у період економічної нестабільності на перше місце, вочевидь, виходять прагматичні мотиви і мотиви особистого престижу. По-третє, специфікою та особливостями конкретного ЗВО, в якому навчається студент (державний чи недержавний тощо), формою здобуття освіти (очна, заочна тощо).

Розглядаючи мотивацію навчальної діяльності студента, слід диференціювати мотиви вступу до вишу (здобуття освіти, вибору спеціальності), з одного боку, і власне навчання - з іншого. Так, О.М. Гріньова стверджує, що більшість людей обирає не стільки професію, скільки спосіб життя, де професія є одним із засобів досягнення привабливого способу життя (Гріньова О.М., 2018). Вона вказує, що людина, обираючи професію, ніби проектує власну мотиваційну структуру на структуру чинників професійної діяльності, які мають значення для задоволення потреб. С.А. Єрохін серед мотивів вибору професії виокремлює суспільний престиж, інтерес до професії. Він вказує, що професійна мотивація починає формуватися вже на стадії знайомства зі світом професій і стадії оптації. Автор зазначає, що соціальні умови суттєво впливають на мотиви вступу до ЗВО. Зокрема у складний перехідний період, який переживала Україна з моменту отримання незалежності, це добре простежувалося (Єрохін С.А., 2011).

Помічена авторами закономірність видається дуже важливою для розуміння механізмів розвитку мотивації навчально-професійної діяльності на етапі навчання у ЗВО. Це не формування чогось заново, а розвиток вже наявної мотивації, набуття мотиваційними структурами суб'єкта навчання нової якості. Отже, мотиви навчально-професійної діяльності починають формуватися ще у період навчання у школі та зазнають певних змін за період навчання у виші. С.Г. Москвічов (2004) зазначає, що у розвитку мотивації можна виокремити дві лінії: ситуативний розвиток та онтогенетичний розвиток. При цьому здатність ситуативних мотиваційних значень спричинити зміну стійких мотиваційних стосунків дозволяє розглядати ситуативний розвиток мотиваційних стосунків як першу фазу онтогенетичного розвитку або як необхідну, але недостатню його умову. В українській психології онтогенетичний розвиток мотивації пояснюється процесом опрідмечування потреб. С.С. Занюк (2001) вказує, що потреба збагачується набутим досвідом пізнавального характеру, який процесом

утілення вводиться у механізм потреби, формує його зміст і стає невід'ємним його компонентом. Говорячи про механізми розвитку мотивації, він обґрунтовує положення про мотиваційне зумовлення як головний механізм розвитку біологічної мотивації та мотиваційне опосередкування як механізм розвитку власне людської мотивації.

Г.В. Католик (2016) вказує на такі напрями розвитку мотивації: зміна складу мотивів і зміна якісних характеристик мотивів (епізодичне стає стійким, рядопокладене - ієрархічним, неусвідомлюване - усвідомлюваним, спостерігається перехід від результативних мотивів до процесуальних, від мотивів професійної діяльності до мотивів спілкування та професійного розвитку особистості). Вона вказує у зв'язку з цим, що критичними моментами у генезі мотивації навчально-професійної діяльності є прийняття професії та розкриття особистісного сенсу діяльності. На різних етапах професіоналізації провідними стають різні мотиви - відбувається дрейф мотивів. А далі зазначає, що провідним у цьому процесі є мотив професійного та особистісного самовдосконалення, як похідна потреби у самоактуалізації та професійній діяльності. Крім того, важливими мотивами, точніше мотиваційними настановами, які можуть ініціювати, спонукати та спрямовувати діяльність із професійно-особистісного самовдосконалення, а також процес професійного зростання психологів загалом, є професійний інтерес, прагнення до творчого характеру діяльності, прагнення посідати високу професійну позицію.

Таким чином, успішному формуванню мотивів навчання у ЗВО сприяє, зокрема, врахування чинників, що впливають на ефективність оволодіння студентами (молодших і старших курсів) цією діяльністю. Наприклад, незнання студентами вимог до них як суб'єктів навчального процесу, власних реальних здібностей до виконання майбутньої роботи, вимог до професії із боку суспільства тощо, призводить до того, що структура мотивації вибору спеціальності на кінець навчання у ЗВО суттєво змінюється.

Розвиток мотиваційної сфери формується і проявляється у ставленні до навчання. Так, низький авторитет знань, культури у суспільстві перешкоджає формуванню у студентів сумлінного ставлення до навчання у вищій школі і тому 82,7% опитаних студентів вважають, що до навчання вони ставляться не завжди сумлінно. Якщо в абітурієнтів і студентів 1-го курсу домінують роль у професійному виборі відіграють схильності та здібності до обраного фаху, то у випускників питома вага цього мотиву знижується приблизно на 13%. Підвищується роль таких чинників, як можливість працевлаштування у великих містах і наукових центрах, матеріальна забезпеченість тощо. Це пояснюється насамперед тим, що до моменту закінчення ЗВО у молодого фахівця формуються потреби, які пов'язані насамперед із прагненням працевлаштуватися за професією. Для випускника стає важливим, наскільки професія є затребуваною, який діапазон умов життя вона передбачає тощо. Тим більше, що зріла особистість після закінчення вишу прагне повної автономізації від батьківської сім'ї.

Важливо також підкреслити, що формування мотивації навчання, слідує логіці В.О. Климчука (2015), зумовлює і активність фахівця після закінчення вишу, оскільки ієрархічні зв'язки мотивів, що склалися, закріплюються у структурі особистості. Студент, навчання якого знаходить мотив у самому змісті навчально-професійної діяльності, виростає в ініціативного, творчого фахівця. Студент, який навчався лише заради іспитів і заліків (будь-яких інших зовнішніх, поверхневих мотивів), найчастіше стає фахівцем, який у своїй професійній активності орієнтується на мінімум, необхідний для звітів і перевірок.

Таким чином, мотивація навчання схильна до змін. У перші місяці навчання у виші у більшості студентів вона посилюється і лише у третій частині їх залишається майже без змін. На розвиток мотивації навчання та особистості загалом опосередковано впливають ступінь здатності до навчання студента, рівень організації та зміст процесу навчання, залежно від яких

змінюється вся сукупність мотивів навчальної діяльності та ставлення до процесу професійної підготовки, а, отже, і до майбутньої професії. Тому у навчально-професійній діяльності необхідно формувати мотиви, що стимулюють максимальний розвиток внутрішнього потенціалу студента, його прагнення до професійного вдосконалення. Джерела розвитку мотивів навчальної діяльності містяться у самій функціонально-предметній і соціальній природі навчання. Тому, досліджуючи особливості та закономірності розвитку навчально-професійної мотивації студентів, необхідно враховувати чинники взаємозумовленості та взаємовпливу усіх змістовних компонентів процесу навчання. Беручи до уваги те, що провідною діяльністю для студентів є навчально-професійна діяльність, Т.І. Левченко (2011), аналізуючи розвиток особистості у зрілому віці, виокремлює два боки цього процесу: потребово-мотиваційну сферу особистості та операційно-технічну сферу діяльності. Тобто, соціально організована і стимульована діяльність людини є основою, засобом і умовою не тільки для розвитку мотивації діяльності, а й для становлення особистості як майбутнього професіонала.

Висновки. Можна виокремити такі особливості та закономірності мотивації навчальної діяльності студентів. По-перше, мотивація навчальної діяльності має певну ієрархію, в якій виокремлюються домінуючі та супутні мотиви. За період навчання в ієрархії мотивів відбуваються значні зміни, зумовлені низкою чинників (як зовнішнього, так і внутрішнього характеру). По-друге, незважаючи на полімотивованість навчальної діяльності, до групи мотивів, що стабільно опосередковують цю діяльність, входять професійні, пізнавальні, прагматичні, соціальні та мотиви особистого престижу. По-третє, необхідно розрізнати мотиви вступу до ЗВО і власне мотиви

навчально-професійної діяльності. Останні формуються не на порожньому місці, а на основі перших (закономірність розвитку мотивів), своєю чергою, будучи основою для формування мотивів професійної діяльності вже в процесі її опанування молодим фахівцем. По-четверте, відмінності у мотивах навчальної діяльності студентів залежать від різних чинників (конкретних соціально-психологічних умов; специфіки обраної спеціальності; особливостей ЗВО тощо), які необхідно враховувати під час вивчення мотивів навчання у виші, для усвідомленого і цілеспрямованого впливу на мотиваційну сферу особистості. По-п'яте, існують певні лінії розвитку мотивації, що становлять генезис мотивації навчально-професійної діяльності, який має власні критичні точки (наприклад, ослаблення мотивації навчання у період розчарування у професії). По-шосте, на систему мотивів, яка являє собою рухливу і динамічну структуру, можна впливати в процесі навчання, наприклад, через рівень викладання, організацію навчального процесу, використання активних форм навчання тощо, що дозволяє внести достатні корективи у мотивацію навчальної діяльності (наприклад, посилити позитивну і знизити негативну мотивації). Таким чином, вивчення мотивації навчально-професійної діяльності студентів охоплює насамперед дві основні проблеми. Перша - це розуміння взаємозв'язку між потребами, мотивацією і конкретною діяльністю студента, спрямованою на досягнення навчальної мети або виконання певного навчального завдання. Друга - це необхідність розроблення типології або складання переліку мотивів, що складають структуру (ієрархію) професійної мотивації, зокрема, за певними спеціальностями (наприклад, студентів-психологів), для пояснення особливостей рушійних сил, що спричиняють і формують цю діяльність.

Список використаних джерел

1. Альохіна Н.В. Дослідження мотивації навчання у вищому навчальному закладі. *Проблеми загальної та педагогічної психології: 41 збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України*. Т. XII. Ч. 6. К., 2010. С. 7–14.
2. Бондар Л.В. Особливості мотивації навчальної діяльності студентів – майбутніх практичних психологів. *Вісник Національного авіаційного університету. Серія: Педагогіка, Психологія*. 2017. №10. С. 23-37.

3. Вірна Ж.П. Мотиваційно-сміслова регуляція у професіоналізації психолога. Луцьк: РВВ «Вежа» Волинського держ. ун-ту ім. Л. Українки, 2003. 320 с.
4. Гріньова О.М. Психологія проектування життєвого шляху особистістю юнацького віку: дис. д-ра психол. наук. Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2018. 408 с.
5. Гульбс О.А., Кобець О.В., Тишакова Л.Т., Діхтяренко С.Ю. Психологічні особливості структури професійної свідомості викладачів вищої школи. «Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»)»: журнал. 2023. № 8(26), 2023. С. 429-441. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-8\(26\)](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-8(26))
6. Єрохін С.А. Концепція професійної мотивації студентів як фактору конкурентності на ринку праці / С.А. Єрохін, Ю.В. Нікітін, І.В. Нікітіна. *Юридична наука*. 2011. №1. С. 20–28.
7. Жадан І.В. Психологічні умови формування учбово-пізнавальних мотивів: на матеріалі трудового навчання підлітків: дис. ... канд. психол. наук. К., 1993. 138 с.
8. Зайцева І.В. Мотивація учіння студентів: монографія / За ред. П.Г. Лузана. Ірпінь, Академія ДПС Україна, 2000. 196 с.
9. Занюк С.С. Психологічні закономірності керування мотивацією учіння студентської молоді: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Ін-т психол. ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2001. 20 с.
10. Католик Г.В. Психологія формування професійної Я-концепції практичного психолога: дис. д-ра психол. наук. Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, Київ, 2016. 353 с.
11. Киричук О.І. Виховання в учнів інтересу до навчання. К.: Знання, 1986. 48 с.
12. Климчук В.О. Мотиваційний дискурс особистості в інтеракційному просторі: дис. д-ра психол. наук. Київ, 2015. 362 с.
13. Клячко В.М. Формування мотивації учбової діяльності у курсантів вищих військових навчальних закладів: дис. ... канд. пед. наук. Хмельницький, 1999. 171 с.
14. Ключко В.І. Формування мотивації навчально-пізнавальної діяльності студентів технічних спеціальностей: монографія / В.І. Ключко, А.А. Коломієць. Вінниця: ВНТУ, 2012. 188 с.
15. Кочарян О.С. Структура мотивації навчальної діяльності студентів / О.С. Кочарян, Є.В. Фролова, В.М. Павленко; Нац. аерокосм. ун-т ім. М.Є. Жуковського «Харк. авіац. ін-т». Харків: ХАІ, 2011. 39 с.
16. Левченко Т.І. Мотивація суб'єкта в різних видах діяльності: монографія. Вінниця: Нова книга, 2011. 448 с.
17. Максименко С.Д. Психологія особистості. К.: ТОВ «КММ», 2007. 296 с.
18. Максименко С.Д., Макаренко О.М., Майстренко І.А. Особливості мотивації в процесі професійної підготовки майбутніх біологів. *Наукові записки НаУКМА*. 2009. Т.97: Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. С. 40-43.
19. Москвичов С.Г. Мотивація, діяльність і управління (як взаємопов'язані категорії): автореф. дис... д-ра психол. наук. Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України. К., 2004. 36 с.
20. Поляков А.О. Педагогічні умови мотивації професійного зростання студентів педагогічних університетів у процесі неперервної освіти: автореф. дис. канд. пед. наук. Х., 2008. 23 с.
21. Професійне самовизначення учнівської молоді в умовах освітнього округу: монографія / за ред. Моріна О.Л., Харків: «Друкарня Мадрид», 2020. 220 с.
22. Сафін О.Д., Столярова О.М., Діхтяренко С.Ю., Рабодзей Т.С. Мотиваційна готовність здобувачів вищої освіти до майбутньої професії психолога. *Вісник Національного університету оборони України*. №6, 2021. С. 105-109. URL: <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/249340>

References

1. Al'ohina, N. V. (2010). Doslidzhennja motyvacii' navchannja u vyshhomu navchal'nomu zakladi [Study of motivation to study at a higher education institution]. *Problemy zagal'noi' ta pedagogichnoi' psihologii'*: 41 zbirnyk naukovykh prac' Instytutu psihologii' im. G.S. Kostjuka NAPN Ukraїny. T. III. Ch. 6. K., 7–14. (in Ukrainian)
2. Bondar, L. V. (2017). Osoblyvosti motyvacii' navchal'noi' dijal'nosti studentiv – majbutnih praktychnykh psihologiv [Peculiarities of motivation of educational activity of students - future practical psychologists]. *Visnyk Nacional'nogo aviacijnogo universytetu. Serija: Pedagogika, Psihologija*, 10, 23-37. (in Ukrainian)
3. Virna, Zh. P. (2003). Motyvacijno-smyslova reguljacija u profesionalizacii' psihologa [Motivational and semantic regulation in psychologist's professionalisation]. *Luc'k: RVV «Vezha» Volyn'skogo derzh. un-tu im. L. Ukraїnky*. 320 s. (in Ukrainian)

4. Grin'ova, O. M. (2018). Psihologija proektuvannja zhyttjevogo shljahu osobystistju junac'kogo viku [The psychology of designing a life path by an adolescent personality]: dys. d-ra psyhol. nauk. Nacional'nyj pedagogichnyj universytet imeni M.P. Dragomanova, Kyi'v. 408 s. (in Ukrainian)
5. Gul'bs, O. A., Kobec', O. V., Tyshakova, L. T., Dihtjarenko, S. Ju. (2023). Psihologichni osoblyvosti struktury profesijnoi' svidomosti vykladachiv vyshhoi' shkoly [Psychological Features of the Structure of Professional Consciousness of Higher Education Teachers]. «Perspektyvy ta innovacii' nauky (Serija «Pedagogika», Serija «Psihologija», Serija «Medycyna»)»: zhurnal, 8(26), 429-441. DOI: [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-8\(26\)](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2023-8(26)) (in Ukrainian)
6. Jepohin, C. A. (2011). Konceptcija pprofesijnoi' motyvacii' studentiv jak faktoru konkupentnosti na pynku ppaci [The concept of professional motivation of students as a factor of competitiveness in the labour market]/ C.A. Cpohin, Ju.V. Nikitin, I.V. Nikitina. Jupydychna nauka, 1, 20–28. (in Ukrainian)
7. Zhadan, I. V. (1993). Psihologichni umovy formuvannja uchbovo-piznaval'nyh motyviv: na materialy trudovogo navchannja pidlitkiv [Psychological Conditions of Formation of Educational and Cognitive Motives: on the Material of Labour Training of Adolescents]: dys. ... kand. psyhol. nauk. K. 138 s. (in Ukrainian)
8. Zajceva, I. V. (2000). Motyvacija uchinnja studentiv [Motivating students to learn]: monografija / Za red. P.G. Luzana. Irpin', Akademija DPS Ukrai'na. 196 s. (in Ukrainian)
9. Zanjuk, S. S. (2001). Psihologichni zakonornosti keruvannja motyvacieju uchinnja students'koi' molodi [Psychological regularities of managing students' learning motivation]: avtoref. dys. ... kand. psyhol. nauk. In-t psyhol. im. G.S. Kostjuka APN Ukrai'ny. K. 20 s. (in Ukrainian)
10. Katolyk, G. V. (2016). Psihologija formuvannja profesijnoi' Ja-konceptcii' praktychnogo psihologa [Psychology of forming a professional self-concept of a practical psychologist]: dys. d-ra psyhol. nauk. Instytut psihologii' imeni G.S. Kostjuka NAPN Ukrai'ny, Kyi'v. 353 s. (in Ukrainian)
11. Kyrychuk, O. I. (1986). Vyhovannja v uchniv interesu do navchannja [Fostering students' interest in learning]. K.: Znannja. 48 s. (in Ukrainian)
12. Klymchuk, V. O. (2015). Motyvacijnyj dyskurs osobystosti v interakcijnomu prostori [Motivational discourse of the individual in the interaction space]: dys. d-ra psyhol. nauk. Kyi'v. 362 s. (in Ukrainian)
13. Klachko, V. M. (1999). Formuvannja motyvacii' uchbovoi' dijal'nosti u kursantiv vyshhyh vijs'kovykh navchal'nyh zakladiv [Formation of motivation of educational activity in cadets of higher military educational institutions]: dys. ... kand. ped. nauk. Hmel'nyč'kyj. 171 s. (in Ukrainian)
14. Klochko, V. I. (2012). Formuvannja motyvacii' navchal'no-piznaval'noi' dijal'nosti studentiv tehničnyh special'nostej [Formation of motivation of educational and cognitive activity of students of technical specialities]: monografija / V.I. Klochko, A.A. Kolomijec'. Vinnycja: VNTU. 188 s. (in Ukrainian)
15. Kocharjan O.S. (2011). Struktura motyvacii' navchal'noi' dijal'nosti studentiv [Структура мотивації навчальної діяльності студентів]/ O.S. Kocharjan, Je.V. Frolova, V.M. Pavlenko; Nac. aerokosm. un-t im. M.Je. Zhukovs'kogo «Hark. aviac. in-t». Harkiv: HAI. 39 s. (in Ukrainian)
16. Levchenko, T. I. (2011). Motyvacija sub'jekta v riznyh vyдах dijal'nosti [Motivation of the subject in different types of activity]: monografija. Vinnycja: Nova knyga. 448 s. (in Ukrainian)
17. Maksymenko, S. D. (2007). Psihologija osobystosti [Personality psychology]. K.: TOV «KMM». 296 s. (in Ukrainian)
18. Maksymenko, S. D., Makarenko, O. M., Majstrenko, I. A. (2009). Osoblyvosti motyvacii' v procesi profesijnoi' pidgotovky majbutnih biologiv [Features of motivation in the process of professional training of future biologists]. Naukovi zapysky NaUKMA. T.97: Pedagogichni, psihologichni nauky ta social'na robota, 40-43. (in Ukrainian)
19. Moskvychov, S. G. (2004). Motyvacija, dijal'nist' i upravlinnja (jak vzajemopov'jazani kategorii') [Motivation, performance and management (as interrelated categories)]: avtoref. dys... d-ra psyhol. nauk. Instytut psihologii' im. G.S. Kostjuka APN Ukrai'ny. K. 36 s. (in Ukrainian)
20. Poljakov, A. O. (2008). Pedagogichni umovy motyvacii' profesijnogo zrostannja studentiv pedagogichnyh universytetiv u procesi neperervnoi' osvity [Pedagogical Conditions for Motivating Professional Growth of Pedagogical University Students in the Process of Continuing Education]: avtoref. dys. kand. ped. nauk. H. 23 s. (in Ukrainian)
21. Profesijne samovyznachennja uchniv's'koi' molodi v umovah osvith'ogo okruhu [Professional self-determination of student youth in the conditions of an educational district]: monografija / za red. Morina O.L., Harkiv: «Drukarnja Madryd», 2020. 220 s. (in Ukrainian)
22. Safin, O. D., Stoljarova, O. M., Dihtjarenko, S. Ju., Rabodzej, T. S. (2021). Motyvacijna gotovnist' zdobuvachiv vyshhoi' osvity do majbutn'oi' profesii' psihologa [Motivational readiness of higher education students for the future profession of psychologist]. Visnyk Nacional'nogo universytetu obrony Ukrai'ny, 6, 105-109. URL: <http://visnyk.nuou.org.ua/article/view/249340> (in Ukrainian)

Summary

MOTIVATION OF STUDENTS' LEARNING AS A SUBJECT OF PSYCHOLOGICAL RESEARCH

*Remenuk Y. PhD student at the Department of Psychology,
Pavlo Tychyna Uman State Pedagogical University*

Introduction. Educational and professional activities ensure the predominant development of the motivational and need-based, and at the next stage of professionalisation, operational and technical spheres of the personality. Educational and professional activity contains all the possibilities for a student to become a highly educated person, a true professional. The full implementation of the leading activity contributes to the further development of the personality not only in the professional, but also in the social and individual aspects.

The purpose is substantiation of learning motivation as a subject of psychological research.

Methods - content analysis, comparison, systematisation, classification.

Originality. We can distinguish the following features and patterns of motivation of students' learning activities. Firstly, the motivation of learning activities has a certain hierarchy, in which dominant and related motives are distinguished. Secondly, despite the poly-motivated nature of learning activities, the group of motives that consistently mediate this activity includes professional, cognitive, pragmatic, social and personal prestige motives. Thirdly, it is necessary to distinguish between the motives for entering a higher education institution and the motives for educational and professional activities. Fourthly, differences in the motives of students' learning activities depend on various factors (specific socio-psychological conditions; specifics of the chosen speciality; peculiarities of the HEI, etc.), which should be taken into account when studying the motives of studying at the university; for a conscious and purposeful influence on the motivational sphere of the individual. Fifthly, there are certain lines of motivation development that constitute the genesis of motivation for educational and professional activity, which has its own critical points (for example, weakening of learning motivation in the period of disappointment in the profession). Sixthly, the system of motives, which is a mobile and dynamic structure, can be influenced in the learning process, for example, through the level of teaching, organisation of the learning process, use of active forms of learning, etc., which allows to make sufficient adjustments to the motivation of learning activities (for example, to strengthen positive and reduce negative motivation).

Conclusion. The motivation to learn is subject to change. In the first months of studying at a university, it increases for most students, and only one third of them remain almost unchanged. The development of learning motivation and personality in general is indirectly influenced by the degree of student learning ability, the level of organisation and content of the learning process, which change the entire set of motives for learning activities and attitudes towards the process of professional training, and, consequently, towards the future profession. Therefore, in educational and professional activities, it is necessary to form motives that stimulate the maximum development of the student's internal potential and his/her desire for professional improvement. The sources of development of motives for learning activities are contained in the functional, subject and social nature of learning.

Keywords: learning motivation; educational and professional activity; student; educational goal; educational task; professional motivation.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 02.10.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 05.12.24

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ БОЙОВОГО СТРЕСУ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Філоненко Л. В. кандидат педагогічних наук,
Національна академія Національної
гвардії України
<https://orcid.org/0000-0002-1969-8387>

В статті викладено особливості впливу стресогенних умов професійної діяльності на психіку військовослужбовців, негативний вплив бойового стресу на психіку та поведінку військовослужбовців, соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу, наслідки бойового стресу, умови, які можуть викликати психологічний стрес у військовослужбовців, міжнародний досвід психологічного супроводу, допомоги та реабілітації військовослужбовців з бойовим стресом.

Ключові слова: бойовий стрес; бойовий досвід; бойова психічна травма; бойові дії; ПТСР.

Вступ. Сучасна збройна боротьба демонструє зростання цінності людського життя та здоров'я. Це вимагає від керівників на всіх рівнях прийняття відповідальних управлінських рішень, прояву людяності та максимальних зусиль для збереження життя і здоров'я військовослужбовців.

Досвід бойових дій показує, що поряд із фізичними втратами війська зазнають значних психологічних втрат. Бойові психічні травми призводять до розладів психіки і втрати боєздатності. Вплив війни на людину дуже широкий, причому відтерміновані наслідки часто мають більший вплив на психічне здоров'я, світогляд і ціннісні орієнтири військовослужбовців. Бойовий стрес є однією з найважливіших психологічних та фізіологічних проблем, з якими стикаються військовослужбовці під час участі у бойових діях. Цей стан впливає на тіло й розум, і його психофізіологічні аспекти розглядають взаємодію психологічних реакцій та фізіологічних змін в організмі.

Теоретичне підґрунтя. Проблемою вивчення психофізіологічних аспектів бойового стресу останнім часом займалися В.В. Стасюк, Н.А. Агаєв, В.І. Алещенко, О.М. Коқун, І.О. Пішко, Н.С. Лозінська, К.О. Кравченко, О.В. Тімченко, Ю.М. Ширококов, Я.В. Мацегора, І.В. Воробйова, О.С. Колесніченко, І.І. Приходько, О.Д. Сафін, О.Г. Скрипкін, С.В. Василенко, Є.В. Пузирьов, В.В. Ізвєков, О.А. Блінов, Л.В. Могілевський, І.В. Іваненко та ін.

Метою вивчення аспектів бойового стресу у військовослужбовців є розуміння впливу стресових факторів під час бойових дій на психічне та фізичне здоров'я військових. Це дослідження дозволяє виявити можливі психічні розлади, такі як тривожність, депресія та посттравматичний стресовий розлад (ПТСР), а також розробити ефективні методи профілактики та психологічної підтримки. Крім того, вивчення бойового стресу допомагає покращити адаптацію військовослужбовців до стресових умов і забезпечити їхню боєздатність та психологічну стійкість.

Вивчення аспектів бойового стресу у військовослужбовців може мати кілька позитивних наслідків, зокрема у напрямках: психологічної підтримки, психологічної допомоги й постстресового відновлення військовослужбовців; психологічної підготовки військовослужбовців, зокрема формування психологічної стійкості до дії бойових стрес-факторів; психологічної профілактики, у тому числі заходів ранньої діагностики й втручання для запобігання розвитку постстресових психічних розладів у військовослужбовців.

Методи дослідження. Аналіз, порівняння, узагальнення, систематизація та інтерпретація отриманих даних дозволили проаналізувати наукову літературу щодо психофізіологічних особливостей виникнення бойового стресу у військовослужбовців, визначити ключові аспекти бойового стресу та міжнародний досвід проведення психологічної

реабілітації військовослужбовців після виконання завдань в бойових умовах.

Результати і обговорення.

Досліджуючи особливості впливу стресогенних умов професійної діяльності на психіку військовослужбовців Збройних сил України, Василенко С.В. зазначає, що у зв'язку з постійним негативним психологічним впливом умов служби на психіку військовослужбовців, відзначається явище, коли адаптаційні можливості організму не відповідають рівню зовнішнього стресу. Це може виявлятися на поведінковому рівні у вигляді підвищеної агресивності, тривожності, небажання йти на службу чи повертатися додому. З часом частішають випадки зловживання алкоголем, порушення дисципліни та несумлінного виконання службових обов'язків (Василенко, 2020).

На думку Пузирьова Є.В. більшість дослідників підкреслює негативний вплив бойового стресу на психіку та поведінку військовослужбовців, розглядаючи його як дистрес, що призводить до дезадаптації та дезорганізації їх діяльності. Цей стрес супроводжується появою неспецифічних доклінічних психологічних симптомів, а при подоланні індивідуального бар'єру адаптації можуть з'явитися специфічні психічні розлади. Встановлено, що бойовий стрес суттєво впливає на військових і може призводити до особистісних деформацій, які стають "ціною" адаптації до умов війни, сприяючи розвитку посттравматичних стресових розладів, а також погіршенню стану через поранення та інвалідність (Пузирьов, & Ізвеків, 2023).

Авторський колектив Кокун О. М., зазначає, що стан бойового стресу відчуває кожен військовослужбовець під час участі у бойових діях. Стрес з'являється ще до безпосередньої зустрічі з реальною загрозою для життя і триває до виходу з зони конфлікту. Завдяки цьому механізму стресу формується закріплення нових емоційних реакцій, поведінкових навичок і стереотипів, які відіграють ключову роль у збереженні життя (Кокун, Агаєв, Пішко, & Лозінська, 2015).

Досліджуючи соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у

військовослужбовців – учасників антитерористичної операції, авторський колектив Тімченко О.В. зазначають, що соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу являють собою консорціум ситуаційно-середовищних, соціально-політичних, супутніх та власне психологічних чинників. До психологічних чинників автори відносять: наявність психастенічного (тривожно-недовірливого) або паранойяльного типу характеру; недостатні адаптаційні можливості та низький рівень нервовопсихічної стійкості; недостатній розвиток захисних механізмів; не правильне використання копінг-стратегій; низький рівень морально-етичної нормативності; наявність акцентуацій характеру; низький рівень комунікативного потенціалу; схильність до девіантної поведінки (Тімченко, Кравченко, & Ширококов, 2017).

Слід наголосити, що бойові, фізіологічні, психологічні та соціальні фактори бойової поведінки діють на воїнів у різні періоди з різною інтенсивністю, що, у свою чергу, позначається на психологічному стані особового складу за умов ведення бойових дій (Музичко, 2023).

На психофізіологічному рівні наслідки бойового стресу зазвичай виражаються такими симптомами, як головний біль і запаморочення, болісні або неприємні відчуття в області серця та шлунка, підвищена пітливість, різке зниження або підвищення апетиту і статевої активності, відчуття загальної слабкості. Також можуть спостерігатися неконтрольоване тремтіння рук, ніг, голови, повік та інших частин тіла, а ще загострення вже існуючих соматичних захворювань (Василенко, 2020).

Дослідження показали, що у військовослужбовців, які брали участь у бойових діях, спостерігається підвищений рівень бойового стресу. Це пов'язано з тим, що бойові дії є травматичним досвідом, який може призвести до психічних розладів, таких як тривожність, депресія та ПТСР. Важливо відзначити, що рівень бойового стресу у військових може зростати з часом. Тому необхідно регулярно оцінювати стан тих, хто брав участь у боях, а тих, у кого виявлено середній або високий рівень

стресу, слід направляти на психологічну допомогу (Teslyuk, & Tkachov, 2024).

Бойовий стрес виникає під впливом сильних зовнішніх і внутрішніх стресорів в екстремальних умовах бойових дій, викликаючи значні (іноді незворотні) зміни в когнітивній, емоційній, афективній та поведінковій сферах. Це призводить до порушень психічного, психологічного та фізичного здоров'я. Психіка людини в бойових умовах зазнає серйозних травм, які можуть мати деструктивні наслідки: від порушень сну та підвищеної дратівливості до серйозних психічних проблем, що вимагають допомоги фахівця психіатричного профілю (Могілевський, 2022).

Виявлено, що вивчення бойового стресу характеризується різноманіттям концептуальних підходів, що пояснюється існуючими парадигмами його розуміння. Бойовий стрес розглядається як особлива форма стресу, що відповідає закономірностям загального адаптаційного синдрому і трактується як стан психічного напруження військовослужбовців під час їх адаптації до бойових умов з використанням ресурсного потенціалу. Розроблено психологічну концепцію бойового стресу, а більшість науковців розглядає його як дистрес, що спричиняє дезадаптацію військових, дезорганізацію їхньої діяльності, супроводжується доклінічними психологічними симптомами і, у разі подолання індивідуального бар'єру адаптації, може призводити до специфічних психічних розладів (Блінов, 2020).

Існують два типи умов, які можуть викликати психологічний стрес у військовослужбовців: ситуації професійного стресу та вигорання, пов'язані з постійною напруженістю військової діяльності, а також критичні інциденти, що включають реальну загрозу життю, здоров'ю або цінностям військових, а також небезпеку для життя, здоров'я та добробуту оточуючих, масові людські втрати і значні матеріальні збитки (бойовий стрес) (Приходько, 2022).

Бойовий стрес є невід'ємною частиною бойового досвіду військовослужбовців і проявляється стресовими реакціями на індивідуальному та груповому рівнях у

когнітивній, поведінковій та емоційній сферах. Він виражається через такі ознаки, як ігнорування морально-етичних принципів та норм спілкування, погіршення соціально-психологічного клімату, мотивація або демотивація до бойових дій, конфліктність, агресивність, пригніченість, апатія, панічні настрої тощо. Ці деструктивні зміни часто призводять до серйозної психічної травматизації, яка може набувати хронічного характеру, і негативно позначаються на якості виконання військових та професійних обов'язків (Лигун, 2022).

Військовослужбовці, які зазнали психічної травми під час служби в екстремальних умовах, зазвичай переживають гострий травматичний стрес протягом короткого часу. Після припинення впливу травмувального фактора більшість повертається до свого звичного психічного стану. Однак деякі військові продовжують відчувати вплив стресу, навіть коли травмувальна ситуація вже минула, що призводить до розвитку психічних розладів. В умовах війни та постійної загрози тероризму українські військові стикаються з дуже сильними емоціями, такими як тривога, гнів і смуток, які є нормальною реакцією на бойові дії. Проте для деяких ці реакції можуть бути глибшими і негативно впливати на їхнє психологічне здоров'я (Підлісний, 2023).

Інтенсивність переживання бойового стресу військовослужбовцями визначається взаємодією двох основних факторів: сили та тривалості дії бойових стресорів на психіку, а також індивідуальних особливостей реакції на цей вплив. Адаптація до несприятливих умов життя та служби може мати відстрочені наслідки, які проявляються після повернення додому, коли загроза для життя і незвичні умови вже не актуальні (Іваненко, & Меднікова, 2021).

Після перебування в зонах бойових дій багато військовослужбовців повертаються зі збільшеною вразливістю до різних видів стресу. Це може бути пов'язано з травматичним досвідом, втратою товаришів, небезпечними ситуаціями та труднощами адаптації до цивільного життя. У стресовому стані військові можуть стикатися з проблемами зі сном, труднощами з

концентрацією, страшними сновидіннями (флешбеками) або нав'язливими спогадами про бойові події, що викликають сильний страх або жах, відчуттям шоку, заціпенілості або емоційної пустоти. Також можуть спостерігатися прискорене серцебиття, зміни частоти дихання, запаморочення, різкий головний біль та інші симптоми (Прудка, & Пасько, 2024).

Бойовий стрес призводить до значних (часто незворотних) змін у когнітивній, афективній, емоційній та поведінковій сферах, що суттєво впливає на якість професійної діяльності військовослужбовця. Тому, для ефективного виконання бойових завдань, окрім високих вимог до його особистісно-професійних якостей, велика увага приділяється психофізіологічним характеристикам, адже служба в зоні бойових дій відрізняється високою напруженістю, інтенсивністю та непередбачуваністю ситуацій (Тютюнник, 2020).

Вітчизняні дослідження, хоча й численні, здебільшого зосереджені на вивченні окремих аспектів наслідків участі в бойових діях, головним чином медико-психологічних – таких як розвиток бойового стресу, бойових психічних травм, включаючи посттравматичний стресовий розлад, депресивні стани тощо. Однак вони недостатньо детально висвітлюють потреби та запити, що виникають у ветеранів війни в умовах мирного життя (Скрипкін, 2021).

З огляду на специфічні умови бойових дій, навіть спеціально підготовлені військовослужбовці змушені перебудовувати свої нервову та психічну системи, підвищувати пильність, активність і швидкість реакцій, змінювати стиль поведінки відповідно до ситуації, переосмислювати цінності та ставлення до себе й інших відповідно до вимог середовища. Така адаптація до умов бойового життя і стрес-факторів війни відбувається з кожним учасником і називається бойовим стресом, який може мати фізіологічні або психологічні причини. Бойові стресори поділяються на специфічні та неспецифічні залежно від їх впливу на психіку, а реакція кожного військовослужбовця буде індивідуальною,

залежно від значущості стресорів і способів їх подолання (Жигайло, & Матеюк, 2022).

Розглядаючи вплив бойового стресу на психіку військовослужбовців Збройних сил України, варто відзначити комплексний характер цього явища, який обумовлюється як зовнішніми, так і внутрішніми факторами. Дослідження показують, що військова служба в умовах бойових дій є суттєвим стресогенним фактором, який викликає значні психофізіологічні та психологічні зміни, впливаючи на різні аспекти життєдіяльності військових.

Бойовий стрес проявляється на різних рівнях: від психофізіологічних реакцій, таких як підвищена пітливість, головний біль, болісні відчуття в тілі, до психологічних змін, включаючи тривожність, дратівливість, агресивність та схильність до депресії. Стан бойового стресу супроводжується як доклінічними симптомами, так і серйозними порушеннями, які можуть з часом стати хронічними.

Важливим аспектом є також те, що навіть спеціально підготовлені військовослужбовці відчувають вплив бойового стресу ще до безпосереднього зіткнення з загрозою, що викликає закріплення нових емоційних і поведінкових реакцій.

Крім цього, вплив бойового стресу не закінчується із завершенням бойових дій. У багатьох військових спостерігаються відстрочені наслідки після повернення до цивільного життя. Це проявляється у вигляді проблем зі сном, нав'язливих спогадів, порушення концентрації, а також фізичних симптомів, таких як тахікардія та запаморочення. Деякі ветерани не можуть повністю адаптуватися до мирного життя, що свідчить про глибокі наслідки психічної травматизації.

Отже, дослідження підкреслюють, що бойовий стрес значно впливає на психіку військовослужбовців, часто перевершуючи їх адаптаційні можливості та викликаючи психічні розлади. Цей стрес проявляється через агресивність, тривожність, зловживання алкоголем та порушення дисципліни. Він є результатом сильного зовнішнього і внутрішнього тиску в

екстремальних умовах бойових дій і може призводити до глибоких особистісних деформацій, посттравматичних стресових розладів та інших серйозних психічних проблем. Постійний моніторинг стану військових та надання психологічної допомоги є критично важливими для мінімізації негативних наслідків бойового стресу.

Виходячи з цього, можна зробити висновок, що для забезпечення психічного здоров'я військовослужбовців необхідно розробляти системні підходи до надання психологічної допомоги, включаючи регулярну оцінку стану, впровадження реабілітаційних програм та психологічної підтримки як під час служби, так і після завершення бойових дій. Це особливо актуально для зменшення ризиків розвитку ПТСР та інших психічних розладів, які суттєво впливають на якість життя військовослужбовців і їх здатність до адаптації в мирних умовах.

В історії вивчення бойового стресу нараховується чимало варіацій походження самого терміну. У американській громадянській війні вираз «ностальгія» використовувався для опису того, що зараз описується як стресовий розлад, симптоми ті самі, що й посттравматичний стресовий розлад під назвою «Серце солдата» та синдром Да Коста. У Першій світовій війні термін «снарядовий шок» використовувався для позначення психічного розладу, викликаного інтенсивною війною. Це виражалось приголомшеним, немигаючим поглядом і часто пояснювалося відсутністю моральної цілісності. Під час Другої світової війни цей термін називався бойовою втомою або бойовим стресом, також відомим як реакція бойового стресу. Було визнано, що від цих умов страждали не лише слабкі, і до кінця війни використовувався термін бойове виснаження. Під час війни у В'єтнамі травматичний стресовий розлад став загально визнаним, а культурні уявлення про війну значно вплинули на психологічне здоров'я ветеранів. Було введено термін пост-в'єтнамський синдром, що призвело зміни назви на посттравматичний стресовий розлад (Javaid, Fatima, & Sohail, 2024).

Військова служба пред'являє значні вимоги до особового складу, а досвід бойових дій може призвести до погіршення фізичного та/або психічного здоров'я. Достовірно зафіксовано, що військовослужбовці мають більший рівень проблем зі здоров'ям порівняно з населенням у цілому; наприклад, посттравматичний стресовий розлад (ПТСР; 8% проти 5%), звичайні психічні розлади (ЗМР; 23% проти 16%) та зловживання алкоголем (11% проти 6%) (Rhead et al., 2020).

Військовослужбовці повинні щодня готуватися до кризових ситуацій, які загрожують життю, і реагувати на них. Такий спосіб життя створює навантаження на особовий склад, особливо на розгорнутих військовослужбовців, які ізольовані від систем підтримки та інших ресурсів. У рамках більшого систематичного огляду прийнятності, ефективності та порівняльної ефективності втручань, спрямованих на запобігання, виявлення та управління стресовими реакціями (Maglione et al., 2022).

Мерфі та ін. досліджували напруження в клініку ветеранів з бойовим стресом у період між 1994 і 2014 роками. Автори повідомили, що за звітний період кількість отриманих направлень зросла в чотири рази, а розрив між звільненням із військової служби та зверненням за допомогою (для тих, хто поступив на лікування) скоротився з 24,0 до 11,8 років за той же час. Хоча ветерани, які повідомили про розгортання для участі в операціях у Північній Ірландії, залишалися найчисленнішою групою протягом цього періоду, вважалося, що їхня кількість потенційно зменшується порівняно з піком у 2013 році. Для порівняння кількість ветеранів Іраку та Афганістану різко зросла за той самий період. Автори передбачили, що спостережувані тенденції продовжуватимуться в наступні роки, і що лікування психічного здоров'я ветеранів буде потрібно адаптувати (Murphy et al., 2015).

Професор Джерніган Дж., національний експерт США із предметних питань послуг психометричного та психологічного супроводу клієнтів, акцентує увагу на тому, що бойовий стрес реальний і

може бути смертельним. Фізіологічні та психологічні причини може бути важко визначити на кордоні нашої біології та психології. Боротьба зі стресом часто включає як фізичні, так і емоційні травми і повторне травмування через пережитий досвід. При роботі з людьми, які переживають бойовий стрес, слід враховувати їх здатність добре функціонувати соціально чи професійно. Люди переживши бойовий стрес в спогадах не мають хронології, сні або пережиті життєві події, пов'язані з бойовим стресом переслідують їх. Для багатьох спогади такі свіжі, як момент, коли вони відбулися. Реакція ветерана Корейської війни (1950-1953) ідентична до реакції Українського ветерана вторгнення в Крим Росії (2014). Для обох це було так, ніби події відбулися вчора. Іноді звук, запах, світло, або конкретна ситуація може спровокувати епізод, з травми, що сталася 71 рік тому, 10 років тому або нещодавно в сьогодні (Jernigan, 2022).

Кеннеді К. зазначає, що існує мало даних щодо гострої оцінки вибухової контузії та перебігу відновлення в зоні бойових дій, оскільки більшість досліджень обстежували військовослужбовців через тривалий час після їх повернення додому. У своєму дослідженні вона описує серію випадків із 377 військовослужбовців, які були оглянуті для оцінки гострого стресу мозку після медичної евакуації з поля бою в провінції Гільменд, Афганістан. З них 111 було оцінено на предмет стресу мозку перед їх поверненням до континентальної частини США на наявність інших тяжких тілесних ушкоджень. Щодо решти, а також при порівнянні тих, хто повернувся до служби одужав від стресу мозку в зоні бойових дій, дані вказують на те, що ті, хто не повертався на службу, були старшими та з більшою ймовірністю мали симптоми бойового стресу. Швидший час відновлення був пов'язаний із менш сильними головними болями та меншою кількістю гострих симптомів під час поранення, а також відсутністю реакції на бойовий стрес. Змінними, які не були пов'язані з поверненням на службу або відновленням, були когнітивні показники військової оцінки

гострого стресу мозку і те, чи страждали особи від втрати свідомості (Carrie et al., 2012).

Існуючі або супутні захворювання можуть маскувати наслідки бойового стресу та спотворювати наше враження про те, що відбувається в чиемусь житті або іншим чином мінімізувати наше розуміння цього важкого стану. Легко приписати втому, знеохочення та занепокоєння до відсутності стійкості через неправильне харчування, відсутність фізичних вправ та відсутність сну.

«Армія Сполучених Штатів» визначає бойовий стрес також відомий як бойова втома, як звичайна реакція на душевне і емоційне перенапруження, яке може бути результатом небезпечного і травмуючого досвіду. Це природна реакція на знос тіла і розуму після тривалих і складних операцій (Military One Source, 2022).

Ключове слово тут – «стрес». Тривалий стрес також може викликати посттравматичний стресовий розлад за відсутності травми. У цій статті нас цікавить стрес, викликаний травмою в бойовому середовищі. Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) може розвинути після дуже стресової, лякаючої чи тривожної події або після тривалого травматичного досвіду. Наш мозок застряє в режимі небезпеки навіть після того, як небезпека минула. Мигдалеподібне тіло стає надмірно активним і легко спрацьовує, змушуючи частини нашого мозку, що обробляють страх і емоції, застрягати в режимі «увімкнено», так би мовити (Jernigan, 2022).

Відомо, що під час збройного конфлікту присутні стресові фактори, які є наслідком участі військового персоналу в зонах конфлікту або на театрі військових дій. Однак наукові докази щодо впливу цих факторів стресу на ПТСР у військовослужбовців не є вичерпними. Були виявлені значні відмінності між суб'єктивним сприйняттям військовослужбовцями інтенсивності бойового стресора та його реальним потенціалом викликати симптоми після переживання або спостереження за загрозливими для життя подіями, які включали страх, безпорадність і жах.

Розгортання на полі бою є лише одним із багатьох джерел травм для військовослужбовців, які можуть призвести до розладів психічного здоров'я, включаючи дисоціацію та, у деяких випадках, самогубство (Dwyer, & Gbla, 2022)

Починаючи з 1999 року політика Міністерства оборони США наказувала військовим службам розробити програми боротьби з бойовим і оперативним стресом (COSC) для запобігання, раннього виявлення та управління негативними наслідками бойового та оперативного стресу. Проведене Денісом Купером та його колективом дослідження полягало в тому, щоб надати описовий огляд програм COSC та організувати його у структуру профілактики, щоб прояснити прогалини та майбутні напрямки. Був проведений систематичний пошук, щоб визначити дослідження між 2001 і 2020 роками в рецензованих статтях або фінансованих урядом звітах, що описують оцінку програм COSC. Цільовою популяцією цих програм були військовослужбовці США, які брали участь у втручанні, спрямованому на подолання бойового чи оперативного стресу під час розгортання, роботи або в польових умовах. Потім ці програми були оцінені за рівнем доказовості та класифіковані за допомогою багаторівневої моделі профілактики. Цей пошук виявив 36 опублікованих оцінок 19 програм та втручань COSC. Більшість програм було описано як ефективні у досягненні цільових результатів, причому результати щодо поведінкового здоров'я були зареєстровані для 13 із 19 визначених програм; решта шість зосереджені на базі знань і змінах поведінки. Забезпечення цих профілактичних програм також варіювалося від впровадження на основі рівних до формального лікування, включаючи програми на всіх рівнях профілактики. Втручання COSC є багатообіцяючими для допомоги військовослужбовцям впоратися зі стресом, при цьому більше половини програм демонструють докази досліджень із використанням рандомізованих дизайнів (Cooper, Campbell, Baisley, Hein, & Hoyt, 2021).

Деякі дослідники тривалий час працюють над питанням протистояння та стійкості до бойового стресу. Стійкість є важливим фактором у протидії шкідливим наслідкам стресу та пов'язана зі здоровою фізіологічною та психологічною реакцією на стрес. Попередні дослідження продемонстрували ефективність тренінгових програм для сприяння стійкості в психобіологічній реакції на стрес і відновленні. Однак небагато досліджень вивчали вплив тренувань у реальних ситуаціях високого стресу. Регула Зуегер та її команда науковців, провели дослідження, де порівняли вплив короткого тренування стійкості (RT) і тренінгу активного контролю з управління різноманітністю (DMT) на реакцію психобіологічного стресу та відновлення після інтенсивних військових навчань 81 курсантів-чоловіків. Через п'ять тижнів після завершення навчання вимірювали вегетативні, ендокринні та суб'єктивні показники стану курсантів під час проходження стресових військових вправ. Група RT сприймала військовий стресор як більш складний і показала вищі значення мотивації та позитивного впливу, ніж група DMT. Кортизол підвищився в обох групах під час стресу, але продемонстрував нижче підвищення рівня кортизолу в групі RT після цього. Ці результати свідчать про те, що це коротке тренування стійкості допомогло курсантам переосмислити стресову ситуацію в більш позитивному світлі, відчувати більше позитивних емоцій і швидше відновитися від стресу. Щоб зміцнити молодих військових лідерів у стресових ситуаціях, на думку авторів курсу, програми сприяння стійкості мають стати частиною базових або лідерських тренінгів (Zueger, Niederhauser, Utzinger, Annen, & Ehlert, 2022).

Військові конфлікти є всюдисущими, а у світі багато ветеранів бойових дій. Суїцидальність ветеранів бойових дій є великою та важливою проблемою. У своїй статті Лео Шер розглядає деякі аспекти цього питання. Бойова обстановка характеризується насильством, фізичними навантаженнями, розлукою з близькими та іншими труднощами. Бойове розгортання може призвести до багатьох емоційних,

когнітивних, психосоматичних симптомів, суїцидальних думок і поведінки. Негаразди перед розгортанням і після розгортання можуть збільшити ризик самогубства у ветеранів бойових дій. Акт вбивства в бою та бойова травма є стресом, який може підвищити ризик самогубства. Труднощі реінтеграції в цивільне життя після розгортання можуть призвести до депресії та суїцидальності. Дослідження показують, що суїцидальна поведінка ветеранів бойових дій може мати нейробіологічну основу. Профілактика самогубств серед ветеранів бойових дій повинна включати: обстеження перед відправленням на військову службу для виключення осіб з психічними розладами; психологічну підтримку та запобігання переслідуванням та/або насильству під час відрадження; психосоціальну підтримку після розгортання; діагностику та лікування психіатричних та медичних розладів, включаючи неврологічні розлади; частий скринінг суїцидів; навчання клініцистів психічного та непсихічного здоров'я, ветеранів війни, їхніх сімей та друзів щодо ознак/симптомів суїцидальності; обмеження доступу до летальних засобів. Нам потрібно вивчити специфічну психобіологію ветеранів бойових дій, щоб зрозуміти, як розробити ефективні втручання з профілактики самогубств для цієї групи населення (Sher, 2024).

Окрім військової підготовки в сенсі отримання знань, тренувальних навичок і розвитку здібностей, бойовий досвід змушує солдатів приймати складні та термінові рішення, покладаючись на такі якості, як швидкість мислення, самовпевненість, мужність, досвід і готовність долати виклики. Поєднання цінностей, норм, правил і особистих рис, набутих під час навчання та життєвого досвіду, формує поведінкові тенденції та вибір військовослужбовців. Успіх це не лише виживання у ворожому оточенні, але й повернення до сімейного життя та досягнення професійних перемог, розсуваючи межі в бойових ситуаціях (Șerban, 2024).

Одним із методів зменшення дії бойового стресу є ерготерапія. Так С. Гінді

описав терапевтичну модель інтеграції трудотерапії в лікування бойового стресу у військових умовах на передовій. Трудотерапевтичне втручання було зосереджено на мотивації, засвоєнні необхідних навичок і формуванні ідентичності солдата (Gindi et al, 2016). Б. Грегг описав використання моделі Kawa River, як посібника для підтримки відновлення після бойового стресу під час військового розгортання. Втручання полягало в дотриманні безперервного розпорядку дня, який підтримував моделі професійної діяльності для підтримки військової ідентичності. Для підтримання військової ідентичності дотримувалася розпорядок дотримання особистої гігієни вранці, підтримання чистоти форми, виконання щоденних фізичних занять, чищення закріпленої зброї. Крім того, втручання було зосереджено на засвоєнні нових навичок подолання стресу, що включало ведення щоденника афективних реакцій і споживання кави та виконання керованих образів або вправ прогресивної м'язової релаксації для управління стресом (Gregg et al, 2015).

Цей огляд показує, що ерготерапевти багатьма способами сприяють запобіганню та відновленню після виснаження, спричиненого стресом. Кілька включених статей описували, як ерготерапія використовується щодо виснаження, спричиненого стресом на роботі. Військові ерготерапевти працюють із дотриманням розпорядку дня, фізичною активністю, зміцненням особистості солдата, вивченням нових навичок боротьби зі стресом. Ці методи потенційно можуть бути використані в більш звичайних контекстах стресу на роботі, оскільки вони узгоджуються з рекомендаціями щодо лікування (Hogan, Björklund, & Wagman, 2023).

Висновки. В історії дослідження бойового стресу можна простежити еволюцію понять, що відображають зміну поглядів на природу цього феномену та його наслідки для психічного здоров'я військовослужбовців. Від ранніх термінів, таких як "ностальгія" під час Американської громадянської війни, що описувала психологічний стан солдатів, до сучасного

розуміння посттравматичного стресового розладу (ПТСР), відбувалася поступова трансформація підходів до діагностики та лікування цього стану.

Різні етапи воєн, зокрема Перша та Друга світові війни, сприяли появі нових термінів і розумінню стресових розладів. Так, у Першу світову війну виникло поняття "снарядовий шок", що описувало психічні наслідки інтенсивного бою, а під час Другої світової війни цей стан називався "бойовою втомою" чи "бойовим стресом". З часом з'явилося визнання, що ці стани можуть зачіпати навіть фізично і психічно стійких солдатів, а до кінця війни стали використовувати термін "бойове виснаження".

Війна у В'єтнамі стала поворотним моментом у розумінні травматичного стресу, коли термін "пост'єтнамський синдром" сприяв визнанню ПТСР як окремого діагнозу. Поглиблення наукових досліджень показало, що вплив бойового досвіду не обмежується лише безпосередньою участю в бойових діях, а також включає довготривалі наслідки для психічного здоров'я, які можуть проявлятися через роки після завершення служби.

Різноманітні втручання та програми, такі як COSC (боротьба з бойовим і оперативним стресом), допомагають військовим впоратися з наслідками бойового стресу. Ці програми мають на меті запобігання та раннє виявлення стресових реакцій, і включають навчання з управління стресом, тренування стійкості та терапевтичні практики, такі як ерготерапія. Впровадження цих програм показало багатообіцяючі результати, особливо у зміцненні психофізіологічної стійкості військових.

Також слід враховувати, що реінтеграція у цивільне життя після війни є складним процесом, який може збільшити ризик депресії та суїцидальної поведінки. Бойова травма та труднощі адаптації можуть значно впливати на здатність ветеранів повернутися до нормального життя.

Отже, підходи до лікування та профілактики бойового стресу повинні враховувати комплексність цього явища та його різноманітні прояви. Це вимагає як індивідуалізованих втручань, так і системних підходів до створення програм підтримки для військових і ветеранів.

Список використаних джерел

1. Блінов, О. А., (2020). Психологія бойового стресу. [автореф. дис. докт. псих. наук]. Київ. 45 с.
2. Василенко, С., (2020). Особливості впливу стресогенних умов професійної діяльності на психіку військовослужбовців Збройних Сил України. *Вісник Національного університету оборони України*, 45-50.
3. Жигайло, Н., & Матеюк, О., (2022). Психологічний супровід військовослужбовців у зоні ведення бойових дій. *Перспективи та інновації науки*, 9 (14).
4. Іваненко, І. В., & Меднікова, Г. І., (2021, 26-28 грудня). Психологічні аспекти адаптації комбатантів до умов мирного життя. *In The 6 th International scientific and practical conference - Topical issues of modern science, society and education.*, 2019, Kharkiv, Ukraine. 1889 p. (p. 904-909).
5. Кокун, О.М., Агаєв, Н.А., Пішко, І.О. & Лозінська, Н.С., (2015). Основи психологічної допомоги військовослужбовцям в умовах бойових дій: *Методичний посібник*. Київ: НДЦ ГП ЗСУ
6. Лигун, Н.В., (2022, 13 травня). Психологічні прояви бойового стресу. *Актуальні проблеми менеджменту та безпекової діяльності в умовах глобалізаційних викликів сучасності* : матер. наук.-практ. інтер.-конф., 2022, Львів, С. 234-238.
7. Могілевський, Л.В., (2022, 25 березня). Психологія бойового стресу працівників Національної поліції. *Психологічні та педагогічні проблеми професійної освіти та патріотичного виховання персоналу системи МВС України*: тези доп. Всеукр. наук.-практ. конф., 2022, Харків, ХНУВС, С. 109-111.
8. Музичко, Л.Т., (2023, 20-22 листопада). Психологічні чинники переживання стресу військовослужбовцями. *In The X International Scientific and Practical Conference "Trends and prospects for the development of modern education"*, 2023, Munich, Germany. 422 p. (p. 346).
9. Підлісний, Ю., (2023). Психологічні особливості переживання бойової психотравми комбатантами. *Юридична психологія*, 33(2), 113-119.
10. Приходько, І., (2022). Показання та протипоказання до проведення психологічної реабілітації військовослужбовців після виконання завдань в екстремальних (бойових) умовах. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, (2), 4.

11. Прудка, Л.М., & Пасько, О.М., (2024). Психологічні аспекти адаптації військових, які брали участь у бойових діях. *Правничий часопис*, 86.
12. Пузирьов, Є.В., & Ізвєков, В. В., (2023). Бойовий стрес та його наслідки для військовослужбовців. *Вчені записки Таврійського національного університету імені Ві Вернадського*, 34(73), 203-209.
13. Скрипкін, О.Г., (2021, 11 листопада). Соціально-психологічні аспекти реінтеграції комбатантів до вітчизняного мирного соціуму: запити й очікування. *Психолого-педагогічні проблеми підготовки військового професіонала у глобалізованому світі* : матер. наук.-практ. конф., 2021, Київ, с. 240-242.
14. Тімченко, О.В., Кравченко, К.О., & Ширококов, Ю.М., (2017). Соціально-психологічні детермінанти виникнення бойового стресу у військовослужбовців-учасників антитерористичної операції: монографія.
15. Тютюнник, Л., (2020). Бойовий стрес та шляхи подолання його психотравмуючих наслідків. *Вісник Національного університету оборони України*, 106-115.
16. Шайхлісламов, З.Р. & Ковтун, А.С., (2023). Особливості впливу бойового стресу на психологічну підготовку військовослужбовців в умовах бойових дій. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Психологія*, (3), 142-145.
17. Kennedy, C.H., Evans, J.P., Chee, S., Moore, J.L., Barth, J.T. & Stuessi, K.A., (2012). Return to Combat Duty after Concussive Blast Injury, *Archives of Clinical Neuropsychology*, Volume 27, Issue 8, P. 817–827, <https://doi.org/10.1093/arclin/acs092>
18. Cooper, D.C., Campbell, M.S., Baisley, M., Hein, C.L., & Hoyt, T., (2021). Combat and operational stress programs and interventions: A scoping review using a tiered prevention framework. *Military Psychology*, 36(3), 253–265. <https://doi.org/10.1080/08995605.2021.1968289>
19. Dwyer, M. & Gbla, O., (2022). ‘The home stress: The role of soldiers’ family life on peacekeeping missions, the case of Sierra Leone’, *International Peacekeeping*, 29, pp. 139–164. doi:10.1080/13533312.2021.1996237.
20. Gindi, S., Galili, G., Volovic-Shushan, S., et al., (2016). Integrating occupational therapy in treating combat stress reaction within a military unit: an intervention model. *Work*, 55(4) p. 737–745.
21. Gregg, B., Howell, D., Quick, C., et al., (2015). The Kawa river model: applying theory to develop interventions for combat and operational stress control. *Occup Ther Ment Health*. 31(4) p. 366–384.
22. Hogan, L.M., Carlstedt, B., A., & Wagman, P., (2023). Occupational therapy and stress-related exhaustion – a scoping review. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 30(7), p. 1047–1063. <https://doi.org/10.1080/11038128.2023.2207802>
23. Javaid, Z.K., Fatima, S., & Sohail, M.F., (2024). Correlates and Dimensionality of Moral Injury in Combat Veterans around Globe: A Systematic Review. *Pakistan Journal of Law, Analysis and Wisdom*, 3(5), p. 93-115.
24. Jernigan, J., (2022). Diagnostic and Treatment Complexities of Combat Stress: Literature Review of Longitudinal Studies 2011 to 2022: *American Institute of Stress*, p. 30-39.
25. Sher, L., (2024). The uncounted casualties of war: suicide in combat veterans, *QJM: An International Journal of Medicine*, Volume 117, Issue 3, March 2024, p. 163–167, <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcad240>
26. Maglione, M.A., Chen, C., Bialas, A., Motala, A., Chang, J., Akinniranye, O. & Hempel, S., (2022). Combat and Operational Stress Control Interventions and PTSD: A Systematic Review and Meta-Analysis, *Military Medicine*, Volume 187, Issue 7-8, p. e846–e855, <https://doi.org/10.1093/milmed/usab310>
27. Murphy, D., Weijers, B., Palmer, E., et al., (2015). Exploring patterns in referrals to Combat Stress for UK Veterans with mental health difficulties between 1994 and 2014. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*, 17(3):652–8.
28. Rhead, R., MacManus, D., Jones, M., Greenberg, N., Fear, N. T., & Goodwin, L., (2020). Mental health disorders and alcohol misuse among UK military veterans and the general population: A comparison study. *Psychological Medicine*, 1–11. <https://doi.org/10.1017/S0033291720001944>
29. Şerban, M., (2024). The role of military morale as an essential dimension of combat power. *Security and Defence Quarterly*, 47(3), 1-18. <https://doi.org/10.35467/sdq/174832>
30. Teslyuk, V., & Tkachov, V., (2024). Research of combat stress in military officers. *SWorldJournal*, (23-03), p. 104-108.
31. Understanding and Dealing with combat Stress and PTSD, (2022, March). *Military One Source*, <https://www.militaryonesource.mil/health-wellness/wounded-warriors/ptsd-and-traumatic-brain-injury/understanding-and-dealing-with-combat-stress-and-ptsd>
32. Zueger, R., Niederhauser, M., Utzinger, C., Annen, H., & Ehlert, U., (2022). Effects of resilience training on mental, emotional, and physical stress outcomes in military officer cadets. *Military Psychology*, 35(6), p. 566–576. <https://doi.org/10.1080/08995605.2022.2139948>

References

1. Blinov, O. A., (2020). *Psykhologhiya boyovoho stresu*. [avtoref.dys.dokt.psykh. nauk]. [Psychology of combat stress. [PhD thesis] Kyiv. 45 s. (in Ukrainian)
2. Vasylenko, S. (2020). *Osoblyvosti vplyvu stresohennykh umov profesiynoyi diyal'nosti na psykhiku viys'kovosluzhbovtziv Zbroynykh Syl Ukrayiny*. *Visnyk Natsional'noho universytetu obrony Ukrayiny* [Peculiarities of influence of stressful conditions of professional activity on the psyche of the military personnel of the Armed Forces of Ukraine. *Bulletin of the National Defence University of Ukraine*], 45-50. (in Ukrainian)
3. Zhyhaylo, N. & Mateyuk, O. (2022). *Psykhologichnyy suprovid viys'kovosluzhbovtziv u zoni vedennya boyovykh diy*. *Perspektyvy ta innovatsiyi nauky* [Psychological support of military personnel in the combat zone. *Prospects and innovations in science*], 9 (14). (in Ukrainian)
4. Ivanenko, I. V., & Mednikova, H. I., (2021, 26-28 hrudnya). *Psykhologichni aspekty adaptatsiyi kombatantiv do umov myrnoho zhyttya*. [Psychological aspects of combatants' adaptation to civilian life] *In The 6 th International scientific and practical conference - Topical issues of modern science, society and education.*, 2019, Kharkiv, Ukraine. 1889 p. (p. 904-909). (in Ukrainian)
5. Kokun, O.M., Ahayev, N.A., Pishko, I.O. & Lozins'ka, N.S., (2015). *Osnovy psykhologichnoyi dopomohy viys'kovosluzhbovtziv v umovakh boyovykh diy: Metodichnyy posibnyk*. [Fundamentals of psychological assistance to military personnel in combat conditions: *A methodological guide*] Kyiv: NDTs HP ZSU (in Ukrainian)
6. Lyhun, N.V., (2022, 13 travnya). *Psykhologichni proyavy boyovoho stresu. Aktual'ni problemy menezhmentu ta bezpekovoyi diyal'nosti v umovakh hlobalizatsiynykh vyklykiv suchasnosti* [Psychological manifestations of combat stress. *Current issues of management and security activities in the context of globalisation challenges*]: mater. nauk.-prakt. inter.-konf., 2022, L'viv, S. 234-238. (in Ukrainian)
7. Mohilevs'kyi, L.V., (2022, 25 bereznya). *Psykhologhiya boyovoho stresu pratsivnykiv Natsional'noyi politsiyi*. *Psykhologichni ta pedahohichni problemy profesiynoyi osvity ta patriotychnoho vykhovannya personalu systemy MVS Ukrayiny*: [Psychology of combat stress of the National Police officers. *Psychological and Pedagogical Problems of Professional Education and Patriotic Education of the Personnel of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine*] tezy dop. Vseukr. nauk.-prakt. konf., 2022, Kharkiv, KHNUVS, S. 109-111. (in Ukrainian)
8. Muzychko, L.T., (2023, 20-22 lystopada). *Psykhologichni chynnyky perezhyvannya stresu viys'kovosluzhbovtziv*. [Psychological factors in the experience of stress by military personnel] *In The X International Scientific and Practical Conference" Trends and prospects for the development of modern education"*, 2023, Munich, Germany. 422 p. (p. 346). (in Ukrainian)
9. Pidlisnyy, Y.U., (2023). *Psykhologichni osoblyvosti perezhyvannya boyovoyi psykhotravmy kombatantamy*. [Psychological peculiarities of combatants' experiencing combat trauma. *Legal psychology*] *Yurydychna psykhologhiya*, 33(2), 113-119. (in Ukrainian)
10. Prykhod'ko, I., (2022). *Pokazannya ta protypokazannya do provedennya psykhologichnoyi reabilitatsiyi viys'kovosluzhbovtziv pislya vykonannya zavdan' v ekstremal'nykh (boyovykh) umovakh*. *Problemy ekstremal'noyi ta kryzovoyi psykhologiyi*, [Indications and contraindications for psychological rehabilitation of military personnel after performing tasks in extreme (combat) conditions. *Problems of extreme and crisis psychology*] (2), 4. (in Ukrainian)
11. Prudka, L.M., & Pas'ko, O.M., (2024). *Psykhologichni aspekty adaptatsiyi viys'kovykh, yaki vzyaly uchast' u boyovykh diyakh*. *Pravnychyy chasopys*, [Psychological aspects of adaptation of military personnel experienced combat operations. *The legal journal*] 86. (in Ukrainian)
12. Puzyr'ov, YE. V., Izvyekov, V. V., (2023). *Boyovy stres ta yoho naslidky dlya viys'kovosluzhbovtziv*. *Vcheni zapysky Tavriys'koho natsional'noho universytetu imeni VI Vernads'koho*, [Combat stress and its consequences for military personnel. *Scientific Notes of V.Vernadsky Tavriia National University*] 34(73), 203-209. (in Ukrainian)
13. Skrypkin, O.H., (2021, 11 lystopada). *Sotsial'no-psykhologichni aspekty reintehratsiyi kombatantiv do vitchyznyanoho myrnoho sotsiumu: zapyty y ochikuvannya*. *Psykhologo-pedahohichni problemy pidhotovky viys'kovoho profesionala u hlobalizovanomu sviti* [Social and psychological aspects of reintegration of combatants into the domestic peaceful society: demands and expectations. *Psychological and pedagogical problems of training a military professional in a globalised world*] : mater. nauk.-prakt. konf., 2021, Kyiv, s. 240-242. (in Ukrainian)
14. Tymchenko, O.V., Kravchenko, K.O., & Shyrobokov, Y.M., (2017). *Sotsial'no-psykhologichni determinanty vynykennya boyovoho stresu u viys'kovosluzhbovtziv-uchasnykiv antyterorystychnoyi operatsiyi: monohrafiya* [Socio-psychological determinants of combat stress in military personnel participating in the anti-terrorist operation: a monograph]. (in Ukrainian)

15. Tyutyunnyk, L. (2020). Boyovyy stres ta shlyakhy podolannya yoho psykhotravmuyuchykh naslidkiv. *Visnyk Natsional'noho universytetu oborony Ukrainy*, [Combat stress and ways to overcome its psychotraumatic effects. *Bulletin of the National Defence University of Ukraine*] 106-115. (in Ukrainian)
16. Shaykhlislamov, Z. R. & Kovtun, A. S., (2023). Osoblyvosti vplyvu boyovoho stresu na psykhologichnu pidgotovku viys'kovosluzhbovtiv v umovakh boyovykh diy. *Naukovyy visnyk Uzhhorods'koho natsional'noho universytetu. Seriya: Psykholohiya*, [Features of the influence of combat stress on the psychological training of servicemen in combat conditions. *Scientific Bulletin of Uzhhorod National University. Series: Psychology*] (3), 142-145. (in Ukrainian)
17. Kennedy, C.H., Evans, J.P., Chee, S., Moore, J.L., Barth, J.T. & Stuessi, K.A., (2012). Return to Combat Duty after Concussive Blast Injury, *Archives of Clinical Neuropsychology*, Volume 27, Issue 8, P. 817–827, <https://doi.org/10.1093/arclin/acs092>
18. Cooper, D.C., Campbell, M.S., Baisley, M., Hein, C.L., & Hoyt, T., (2021). Combat and operational stress programs and interventions: A scoping review using a tiered prevention framework. *Military Psychology*, 36(3), 253–265. <https://doi.org/10.1080/08995605.2021.1968289>
19. Dwyer, M. & Gbla, O., (2022). 'The home stress: The role of soldiers' family life on peacekeeping missions, the case of Sierra Leone', *International Peacekeeping*, 29, pp. 139–164. doi:10.1080/13533312.2021.1996237.
20. Gindi, S., Galili, G., Volovic-Shushan, S., et al., (2016). Integrating occupational therapy in treating combat stress reaction within a military unit: an intervention model. *Work*, 55(4) p. 737–745.
21. Gregg, B., Howell, D., Quick, C., et al., (2015). The Kawa river model: applying theory to develop interventions for combat and operational stress control. *Occup Ther Ment Health*. 31(4) p. 366–384.
22. Hogan, L.M., Carlstedt, B., A., & Wagman, P., (2023). Occupational therapy and stress-related exhaustion – a scoping review. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 30(7), p. 1047–1063. <https://doi.org/10.1080/11038128.2023.2207802>
23. Javaid, Z.K., Fatima, S., & Sohail, M.F., (2024). Correlates and Dimensionality of Moral Injury in Combat Veterans around Globe: A Systematic Review. *Pakistan Journal of Law, Analysis and Wisdom*, 3(5), p. 93-115.
24. Jernigan, J., (2022). Diagnostic and Treatment Complexities of Combat Stress: Literature Review of Longitudinal Studies 2011 to 2022: *American Institute of Stress*, p. 30-39.
25. Sher, L., (2024). The uncounted casualties of war: suicide in combat veterans, *QJM: An International Journal of Medicine*, Volume 117, Issue 3, March 2024, p. 163–167, <https://doi.org/10.1093/qjmed/hcad240>
26. Maglione, M.A., Chen, C., Bialas, A., Motala, A., Chang, J., Akinniranye, O. & Hempel, S., (2022). Combat and Operational Stress Control Interventions and PTSD: A Systematic Review and Meta-Analysis, *Military Medicine*, Volume 187, Issue 7-8, p. e846–e855, <https://doi.org/10.1093/milmed/usab310>
27. Murphy, D., Weijers, B., Palmer, E., et al., (2015). Exploring patterns in referrals to Combat Stress for UK Veterans with mental health difficulties between 1994 and 2014. *International Journal of Emergency Mental Health and Human Resilience*, 17(3):652–8.
28. Rhead, R., MacManus, D., Jones, M., Greenberg, N., Fear, N. T., & Goodwin, L., (2020). Mental health disorders and alcohol misuse among UK military veterans and the general population: A comparison study. *Psychological Medicine*, 1–11. <https://doi.org/10.1017/S0033291720001944>
29. Şerban, M., (2024). The role of military morale as an essential dimension of combat power. *Security and Defence Quarterly*, 47(3), 1-18. <https://doi.org/10.35467/sdq/174832>
30. Teslyuk, V., & Tkachov, V., (2024). Research of combat stress in military officers. *SWorldJournal*, (23-03), p. 104-108.
31. Understanding and Dealing with combat Stress and PTSD, (2022, March). *Military One Source*, <https://www.militaryonesource.mil/health-wellness/wounded-warriors/ptsd-and-traumatic-brain-injury/understanding-and-dealing-with-combat-stress-and-ptsd>
32. Zueger, R., Niederhauser, M., Utzinger, C., Annen, H., & Ehlert, U., (2022). Effects of resilience training on mental, emotional, and physical stress outcomes in military officer cadets. *Military Psychology*, 35(6), p. 566–576. <https://doi.org/10.1080/08995605.2022.2139948>

Summary

PSYCHOPHYSIOLOGICAL ASPECTS OF THE MILITARY PERSONNEL COMBAT STRESS

Filonenko L. V. Ph.D. in Pedagogy, National Academy of the National Guard of Ukraine

Introduction. Modern armed conflicts highlight the increasing value of human life and health. This necessitates responsible decision-making at all levels of leadership, emphasizing humanity and maximum efforts to preserve the life and health of military personnel. Combat stress is one of the most significant psychological and physiological problems faced by service members during combat. This condition affects

both body and mind, and its psychophysiological aspects consider the interaction of psychological reactions and physiological changes in the body.

Purpose. *The study of combat stress aspects in military personnel aims to understand the impact of stress factors during combat on the mental and physical health of soldiers. This research outlines contemporary researchers' views on the negative consequences of combat stress, such as anxiety, depression, and post-traumatic stress disorder (PTSD), which can aid in developing effective prevention and psychological support methods for military personnel. Additionally, studying combat stress helps improve soldiers' adaptation to stressful conditions, ensuring their combat readiness and psychological resilience.*

Methods. *Analysis, comparison, generalization, systematization, and interpretation of the obtained data allowed for the analysis of scientific literature on the psychophysiological features of combat stress emergence in military personnel, identifying key aspects of combat stress and international experience in conducting psychological rehabilitation of military personnel after completing tasks in combat conditions.*

Originality. *This scientific article is a review, summarizing and analyzing the results of contemporary scientific research on the psychophysiology of combat stress.*

Conclusion. *Considering the impact of combat stress on the mental state of the Armed Forces of Ukraine, it is essential to note the complex nature of this phenomenon, determined by both external and internal factors. Combat stress manifests at various levels: from psychophysiological reactions such as increased sweating, headaches, and pain sensations in the body, to psychological changes including anxiety, irritability, aggression, and depression. Combat stress encompasses both subclinical symptoms and serious disorders that can become chronic over time.*

Importantly, even specially trained military personnel experience combat stress effects before direct encounters with threats, leading to the reinforcement of new emotional and behavioral reactions. Furthermore, the impact of combat stress does not end with the cessation of combat operations. Many soldiers experience delayed consequences after returning to civilian life, manifesting as sleep problems, intrusive memories, concentration difficulties, and physical symptoms such as tachycardia and dizziness. Some veterans cannot fully adapt to civilian life, indicating profound impacts of psychological trauma.

The history of combat stress research shows an evolution of concepts reflecting changing views on the nature of this phenomenon and its implications for soldiers' mental health. From early terms like "nostalgia" during the American Civil War, describing soldiers' psychological states, to the modern understanding of PTSD, there has been a gradual transformation in approaches to diagnosing and treating this condition. Various interventions and programs, such as Combat and Operational Stress Control (COSC), help military personnel cope with combat stress effects. These programs aim to prevent and detect stress reactions early, including stress management training, resilience training, and therapeutic practices such as occupational therapy. The implementation of these programs has shown promising results, especially in strengthening the psychophysiological resilience of military personnel.

It is also essential to consider that reintegration into civilian life after war is a complex process that can increase the risk of depression and suicidal behavior. Combat trauma and adaptation difficulties can significantly affect veterans' ability to return to normal life.

Therefore, ensuring the mental health of military personnel requires developing systemic approaches to providing psychological assistance, including regular assessments, the implementation of rehabilitation programs, and psychological support during and after service. This is particularly crucial for reducing the risks of developing PTSD and other mental disorders, which significantly impact the quality of life and adaptability of military personnel in peaceful conditions.

In conclusion, approaches to treating and preventing combat stress must consider the complexity of this phenomenon and its various manifestations. This requires both individualized interventions and systemic approaches to creating support programs for military personnel and veterans.

Key words: *combat stress; combat experience; combat psychological trauma; combat operations; PTSD.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 18.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 24.12.24.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

КЕЙС-СТАДИ ЯК МЕТОД СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕНЬ

Храбан Т. Є. кандидат філологічних наук,
доцент, завідувач кафедри іноземних мов,
Військовий інститут телекомунікації
та інформатизації
<https://orcid.org/0000-0001-5169-5170>

У цій статті розглядаються основні особливості методу кейс-стаді з метою підвищення якості досліджень, спрямованих на вивчення та розуміння соціально-психологічних явищ. Необхідність використання методу кейс-стаді зумовлена умовами, в яких наразі перебуває Україна, коли дослідникам важко відстежити та зрозуміти суть соціально-психологічних феноменів за допомогою традиційних лінійних моделей наукових методів.

Ключові слова: кейс-стаді; науковий метод; конкретний випадок; конкретний контекст.

Вступ. Війни чинять катастрофічний негативний вплив на психологічне здоров'я людей, чи то військовослужбовці, чи то цивільні особи. Дослідження продемонстрували, що смерть унаслідок воєн – це лише «верхівка айсберга». Психологічними наслідками воєнних конфліктів є акультураційний стрес, який емігрант може відчувати, змінюючи культурне середовище; ізольованість, тривога й депресія; провина вцілілих, коли людина відчуває себе винною за те, що залишилась живою у той час, як інші загинули; постійні труднощі в переробці пережитого досвіду травми; стрес, спричинений унаслідок неминучої розлуки із друзями та сім'єю і невизначеністю майбутнього близьких. Нарешті, наслідки війни можуть проявлятися в посттравматичних стресових розладах та трансгенераційних травмах. Лише завдяки глибшому розумінню конфліктів і величезної кількості виникаючих у зв'язку з ними загроз психічному здоров'ю можна розробити послідовні й ефективні стратегії розв'язання зазначених проблем (Kibris, Goodwin, 2024). В умовах російсько-української війни, перш ніж пропонувати потенційні комплексні рішення, необхідне здійснення додаткових науково обґрунтованих досліджень у царині суспільної та прикладної соціальної психології для оцінки масштабів впливу наслідків війни на психологічне здоров'я громадян країни. Незважаючи на те, що існує безліч підходів до соціально-психологічних досліджень, кейс-стаді, або дослідження конкретного випадку, є унікальним підходом, який гарантує, що «проблема вивчатиметься не через одну лінзу, а через багато точок зору, що дає змогу

розкрити та зрозуміти безліч аспектів явища» (Baxter, Jack, 2008). R. Yin (2014) зазначає, що кейс-стаді «цілком виправдані» за певних умов: 1) коли випадок, що вивчається, унікальний або нетиповий, а отже, його вивчення є щось новим, 2) коли випадок використовується для перевірки гіпотези та 3) коли випадок, що вивчається, є квінтесенцією конкретного досліджуваного явища. Дослідники стверджують, що, якщо дослідницьке питання стосується «особистих станів, як-от хвороба, бідність чи безпритульність» (Radley, Chamberlain, 2012), або стосується «складних, суб'єктивних і, у певному сенсі, часто інтимних тем (наприклад, переживання, поведінка, мотиви/мотивація, потреби, досвід, цінності, очікування, бажання, подолання важких життєвих ситуацій тощо)» (Chrastina, 2020), то логічніше за все обрати кейс-стаді.

Кейс-стаді – це «дослідницький метод, який допомагає дослідити явище в певному контексті на основі даних із різноманітних джерел і яка здійснює наукове дослідження за кількома характеристиками, щоб виявити безліч аспектів явища» (Baxter & Jack, 2008). S. Ebneyamini та S. Moghadam (2018) визначають кейс-стаді як дослідницький метод, спрямований на вивчення феномена в його реальному контексті, особливо коли межі між об'єктом дослідження та контекстом не є чітко вираженими. Кейс-стаді «справляється з технічно своєрідною ситуацією, коли змінних, що становлять інтерес, набагато більше, ніж самих даних, і, як наслідок, спирається на... методологічну тріангуляцію і, зрештою, виграє від попереднього розроблення теоретичних пропозицій щодо збору та

аналізу даних» (Ebneyamini, Moghadam, 2018). S. Merriam (2009) визначає кейс-стаді як «інтенсивний, цілісний опис та аналіз обмеженого явища, такого як програма, установа, людина, процес або соціальна одиниця». Щоб ще більше відрізнити кейс-стаді від кейс-задачі (англ. *casework*), методики ситуативного навчання (англ. *case method*), та історії хвороби (англ. *case history*), вона акцентує увагу на унікальних відмітних ознаках кейс-стаді: партикуляризм (фокусується на конкретній ситуації, події, програмі чи явищі); описовий характер (передбачає різнобічний опис явища, яке досліджують); евристичний підхід (ґрунтується на підсвідомому мисленні, яке не допускає алгоритмізації) (Merriam, 2009).

Кейс-стаді є одним з найпотужніших дослідницьких методів (Ebneyamini, Moghadam, 2018), що використовується дослідниками для реалізації як практичних, так і теоретичних цілей. Дослідники, які проводять дослідження на основі конкретних випадків, зазвичай не займаються пошуком універсальних істин. R. Merton (1967) вказує, що кейс-стаді не слід використовувати для побудови абстрактних теорій. Радше, у дослідженнях, що ґрунтуються на вивченні конкретних випадків, слід зосередитися на розробленні того, що R. Merton (1967) називає «теоріями середнього діапазону», тобто теоріями, «що стоять між незначними, але необхідними робочими гіпотезами, які вдосталь виникають у перебігу повсякденних досліджень, та всеосяжними систематичними зусиллями з розроблення єдиної теорії, що пояснить усі спостережувані однаковості соціальної поведінки, соціальної організації та соціальних змін». Кейс-стаді спрямовані на отримання нюансованих, конкретних і орієнтованих на практику знань про конкретні контексти та дії людей. Дослідників цікавить не стільки репрезентативність випадку, скільки його корисність для глибшого розуміння того, що відбувається в конкретному контексті і що може допомогти у вирішенні проблем і задоволенні потреб людей (Hodgetts, Stolte, 2012). Кейс-стаді також можуть слугувати підґрунтям для більш масштабного дослідницького проекту. Кейс-стаді ефективні, коли дослідник хоче визначити ключові проблеми або питання, які можуть стати поштовхом до масштабнішого вивчення або використовуватися для

розроблення пропозицій для подальшого дослідження. Такі дослідження характеризуються гнучкістю, даючи змогу дослідникам вивчати різні аспекти явища в міру їхнього виникнення, що також може стати підґрунтям для майбутніх наукових досліджень (Priya, 2021). Деякі критики стверджують, що кейс-стаді корисні лише на початкових етапах дослідження для постановки дослідницьких питань, які перевірятимуться за допомогою сукупних методів. Це свідчить про явне нерозуміння цінності ілюстративної сили детально описаних прикладів у соціально-психологічних дослідженнях. На думку D. Hodgetts і O. Stolte (2012), приклади допомагають уникнути спокуси уніфікації всього розмаїття людської поведінки та попередити створення чистих прогностичних моделей, заснованих на надто загальних інтерпретаціях, які не мають практичної користі. Таким чином, кейс-стаді пропонують дослідникам можливість зробити дослідження більш живими, виразними, зберігши водночас контекст, комплексність і суперечності, які притаманні соціально-психологічним явищам.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Слід зазначити, що в період російсько-української війни дослідницький метод кейс-стаді виявився вкрай актуальним при проведенні досліджень у сфері соціальної психології. Кейс-стаді можуть бути проведені з використанням різних інструментів, що «залежить від того, на чому зосереджено дослідження - на окремій людині, конкретній групі та/або районі» (Hodgetts, Stolte, 2012). Для вивчення соціально-психологічних аспектів російсько-української війни використовують «різні епістемологічні напрямки, які визначають конкретний тип кейсу і підхід, прийнятий у даній галузі» (Priya, 2021). Кейс-стаді можна піддати класифікації на основі поставлених у дослідженні мети та завдань. Метою описових кейс-стаді є детальне зображення явища в його контексті, що може бути корисним при розробці теорій. Метою пояснювальних кейс-стаді є виявлення причинних факторів, що пояснюють те чи інше явище. Прикладами пояснювальних кейс-стаді є дослідження M. Zachara-Szymańska (2023) та B. Spector (2023), у яких зроблено акцент на конструктивістських процесах соціального сприйняття та розуміння героїзму. Основні

постулати цієї теорії були застосовані як аналітичне підґрунтя для роз'яснень соціально-психологічних аспектів героїчного лідерства під час російсько-української війни. Так, M. Zachara-Szymańska (2023) у своєму дослідженні представила огляд лідерських стратегій В. Зеленського, сприйняття їх у межах країни та за кордоном. У роботі стверджується, що стиль лідерства президента В. Зеленського сприймався як героїчний тому, він задовольняє життєво важливу потребу суспільства, яке прагне робити благородну справу. Це скоріше колективний героїзм, що являє собою процесну, постгероїчну модель, у якій лідерство постійно створюється взаємозалежними сторонами взаємодії (Zachara-Szymańska, 2023). Іншим прикладом пояснювального кейс-стаді може послужити робота, в якій описується ситуація, що склалася в окремо взятій громаді (Боярка Київської області) в певний у перші 15 днів російсько-української війни (Khraban, 2022). Було зроблено висновки, що преференція копінг-стратегій у перші 15 днів є дуже динамічною, незважаючи на стабільність ситуації у місті. Протягом перших п'яти днів впливу стресорів військового конфлікту найбільш загребуваними виявилися неадаптивні емоційно-сфокусовані стратегії копіngu, метою яких було психологічне відновлення логічного мислення шляхом виплеску негативних емоцій. Починаючи з шостого дня військового конфлікту, актуальними стають колективні за своєю природою, проблемно-сфокусовані копінг-стратегії, що використовують механізми підтримки спільноти. Причиною звернення до цього типу копінг-стратегій є спроба населення підтримати контроль над своїм життям і стримати негативні емоції. На 11-15 день від початку військових дій цивільні особи прагнуть відновити своє емоційне благополуччя, тому домінуючими стають копінг-стратегії, спрямовані на створення позитивного емоційного настрою (Khraban, 2022).

Метою дослідницьких кейс-стаді є визначення нових дослідницьких питань, які можуть бути використані в подальших дослідженнях у широкому сенсі. Метою дослідницьких кейс-стаді є визначення нових наукових проблем, які можуть бути опрацьовані в подальших дослідженнях у широкому сенсі. До таких кейс-стаді можна

віднести дослідження, яке базується на життєвих наративах офіцерки Збройних сил України, яка виконує завдання в зоні бойових дій (Khraban, 2023a). Центральним елементом цього дослідження був збір даних з приводу поведінки військовослужбовиці при формуванні професійної військової ідентичності. У дослідженні було доведено, що участь у бойових діях створює умови компромісного примирення гендерної та професійної ідентичностей військовослужбовиць, що сприяє створенню гармонійної ідентичності. Однією з таких умов є відмова чоловіків-військовослужбовців від гендерного патерналізму – за умов, коли здоров'я та життя кожного військовослужбовця перебуває у смертельній небезпеці, стать бійця перестає мати значення. У цьому разі велике значення відіграють особисті якості самої військовослужбовиці – сприйняття жінок як професіоналів на несексуальній основі можливе тільки в тому разі, якщо вони здатні протистояти викликам життя в умовах надзвичайних ситуацій воєнного характеру і бути цінним активом для бойового підрозділу. Выводи, полученные в данном исследовании, инспирировали новые исследовательские вопросы, а именно: 1) яку роль відіграє групова згуртованість підрозділу, в якому служать військовослужбовиці, у встановленні здорового балансу між гендерною та професійною ідентичностями; 2) яку роль грає психологічна сумісність у підрозділі для створення умов успішної інтеграції жінок до збройних сил.

Метою лонгitudних кейс-стаді є вивчення одного й того самого явища у двох або більше випадках, щоб виявити будь-які відчутні зміни, що відбулися в досліджуваному явищі за певний період часу. Лонгitudне дослідження може бути проведене в такі способи: 1) дослідник може проводити інтерв'ю з учасниками дослідження впродовж тривалого періоду часу, що допоможе йому виявити будь-які зміни в аналізованій одиниці за цей період інтерв'ю; 2) дослідник може додати до свого дослідження лонгitudний елемент, занурившись в архівні дані та записи або попередні інтерв'ю, які проведені іншим дослідником; 3) дослідник може повернутися до досліджуваного кейса на більш пізньому етапі, щоб виявити тенденції та зміни (Priya, 2021). Прикладом лонгitudного кейс-стаді в

контексті російсько-української війни є вивчення вподобань української аудиторії користувачів соціальних мереж у різні періоди стресової ситуації воєнного часу при виборі стилів гумору (Khraban, 2023b). У період з квітня по грудень 2022 року в контексті подолання стрес-факторів війни було виявлено зміни у спроможності українців позитивно переоцінювати стресові фактори та використовувати гумор для підтримки або підвищення своєї психологічної стійкості. У роботі було доведено, що на вибір стилю гумору безпосередньо впливають не контекстуальні чинники і тривалість стресора, а психоемоційний стан і цільові установки аудиторії. Розуміння вподобань у виборі стилів гумору в різні періоди часу, що запропоновано в цій статті, забезпечило платформу для поглиблення розуміння суб'єктивних параметрів переживання стресової ситуації воєнного часу та психологічних ресурсів стійкості до психологічного стресу, що дозволило розширити можливості для надання психосоціальної підтримки та створення реабілітаційних програм для жертв війни. Тут доречно зазначити важливий момент, що має величезне значення для розуміння специфіки методу кейс-стаді. Одиницею аналізу в кейс-стаді може бути «людина, сім'я, домогосподарство, спільнота, організація, подія або навіть рішення» (Priya, 2021). Кейс-стаді передбачає детальне вивчення відповідної одиниці аналізу в її природному оточенні. Деконтекстуалізоване дослідження не належить до кейс-стаді (Priya, 2021). А. Priya (2021) зазначає, що, хоча «кейс-стаді може бути спрямовано на вивчення людини (групи, спільноти), воно не подібне до наративного дослідження, в якому детально вивчають життя конкретної людини (групи, спільноти) включно з її життєвими історіями. У методі кейс-стаді основна увага приділяється вивченню «контексту», тобто дослідник проводить аналіз контекстуальної вбудованості соціально-психологічних характеристик індивідів, явищ або подій.

У цій статті розглядаються основні особливості методу кейс-стаді з метою підвищення якості досліджень, спрямованих на вивчення та розуміння соціально-психологічних явищ.

Методи дослідження. Ця робота ґрунтується на теоретико-методологічних

засадах наукового огляду і побудована як оглядова стаття, тобто це – «дослідження, що аналізує та синтезує наявний масив літератури, виявляючи, заперечуючи та розвиваючи складові частини теорії за допомогою вивчення попередніх робіт» (Post et al., 2020). В цьому дослідницькому проекті перевагу було надано використанню інтегративного підходу до огляду. Цей тип огляду часто вимагає більш творчого підходу до збору даних, оскільки мета зазвичай полягає не в тому, щоб охопити всі статті, будь-коли опубліковані на дану тему, а в тому, щоб синтезувати погляди та ідеї з різних галузей або дослідницьких традицій (Khraban, 2024). У разі огляду вже розроблених тем інтегративний огляд спрямований на вивчення бази знань, критичний аналіз і потенційне переосмислення, а також розширення теоретичних засад конкретної теми в процесі її поглиблення. У разі виникнення нових тем інтегративний огляд акцентує увагу не на перегляді старих моделей, а на «вивченні засадничих концепцій і теоретичних моделей, що виникають» (Snyder, 2019). З метою узагальнення результатів раніше проведених досліджень було застосовано загальнонаукові методи дослідження: аналіз, синтез, індукція, дедукція, узагальнення та інші.

Результати і дискусії. Існують два основні підходи до проведення кейс-стаді: перший було запропоновано R. Stake (2006), а другий – R. Yin (2014). Обидва підходи прагнуть забезпечити ретельне вивчення питання і розкриття сутності явища, але методи, які вони використовують, абсолютно різні. R. Stake (2006) спирається у своєму підході на конструктивістську парадигму. Конструктивізм передбачає, що явище, яке нас цікавить, конструюється під впливом місцевих умов і передбачає взаємодію між дослідником, людьми та середовищем. Конструктивізм визнає множинні інтерпретації реальності, створені в контексті дослідником і іншими учасниками, і які навряд чи можуть бути відтворені за умови зміни одного з факторів. Конструктивістський підхід, запропонований R. Stake, підкреслює сюжетний аналіз питання та ітеративний процес побудови дослідження випадку. Ця позиція цінує рефлексивність дослідника, визнаючи, що досвід людини, інтелектуальний і культурний рівень, ступінь освіченості та інші чинники впливають на уявлення і переконання дослідника про

Питання психології

природу явища (Sibbald et al., 2021). R. Yin (2014) дотримується позитивістського підходу. Позитивістська парадигма стверджує, що існує одна реальність, яку можна об'єктивно описати і зрозуміти, відсторонившись від марновірства і упередженості. R. Yin фокусується на загальних поясненнях і передбаченнях, роблячи акцент на

формулюванні припущень, що подібні до перевірки гіпотез (Ebneyamini, Moghadam, 2018). Підхід S. Merriam (Merriam, 2009) поєднує в собі підходи R. Yin і R. Stake, забезпечуючи необхідну гнучкість під час збору та аналізу даних. Відмінні характеристики підходів до проведення кейс-стаді відображено в таблиці 1.

Таблиця 1

**Відмінні характеристики підходів до проведення кейс-стаді
(адаптована версія таблиці, складеної S. Sibbald і колегами (2021))**

| Аспект | R. Yin | R. Stake | S. Merriam |
|------------------------|---|---|---|
| Дизайн кейс-стаді | Логічна послідовність, тобто зв'язок емпіричних даних з початковим питанням дослідження | Гнучкий дизайн, що дозволяє вносити значні зміни під час проведення дослідження | Теоретичною основою є огляд літератури для формування дослідницького питання та акцентів |
| Парадигма дослідження | Позитивізм | Конструктивізм | Конструктивізм |
| Компоненти дослідження | 1. Питання 2. Пропозиції 3. Одиниця аналізу 4. Логічний зв'язок 5. Критерії інтерпретації результатів | «Поступове фокусування», коли хід дослідження не може бути спланований заздалегідь. Необхідно мати 2-3 дослідницьких питання для структурування дослідження | 1. Огляд літератури 2. Побудова теоретичної бази 3. Визначення проблеми дослідження 4. Формулювання дослідницького питання 5. Визначення вибірки |
| Методи збору даних | 1. Документація 2. Архівні записи 3. Різні форми інтерв'ю (особисті, групові, телефонні) 4. Безпосередні спостереження 5. Включене спостереження 6. Фізичні артефакти | 1. Спостереження 2. Різні форми інтерв'ю (особисті, групові, телефонні) 3. Огляд літератури | 1. Різні форми інтерв'ю (особисті, групові, телефонні) 2. Спостереження 3. Пошук документів та архівних даних |
| Аналіз даних | Використання як кількісних, так і якісних методів: 1. Зіставлення моделей 2. Побудова деталізованих пояснень 3. Аналіз часових рядів 4. Логічні моделі та конструктивні методи 5. Синтез крос-кейсів | Керівний фактор – інтуїція та враження дослідника 1. Категоризація 2. Агрегація 3. Пряме тлумачення | Акцент на процесі створення сенсу 1. Етнографічний аналіз 2. Наративний аналіз 3. Феноменологічний аналіз 4. Порівняльний метод 5. Контент-аналіз 6. Аналітична індукція |
| Перевірка даних | Забезпечення надійності та підвищення зовнішньої валідності: 1. Валідність конструкції 2. Внутрішня валідність 3. Зовнішня валідність 4. Надійність джерел інформації | Використання триангуляції як методу забезпечення валідності | Підвищення внутрішньої валідності 1. Триангуляція 2. Перевірка учасників 3. Довготривале спостереження 4. Колегіальна експертиза 5. Спільне дослідження 6. Розкриття обмежень дослідження |

Після того як дослідник обрав підхід до проведення кейс-стаді, необхідно розглянути, який тип кейс-стаді найкраще відповідає меті дослідження. R. Yin (2014) і R. Stake (2006) використовують різні терміни для опису певних видів кейс-стаді.

R. Yin (2014) класифікує кейс-стаді як пояснювальні, дослідницькі або описові. R. Stake (2006) позначає кейс-стаді як інструментальні, внутрішні і мультикейсові. Визначення цих типів кейс-стаді подано в таблиці 2.

Таблиця 2

Визначення різних типів кейс-стаді

| Тип кейс-стаді | Характеристики |
|-----------------|---|
| Пояснювальні | Цей тип кейс-стаді використовується, якщо необхідно відповісти на запитання, спрямоване на пояснення причинно-наслідкових зв'язків різноманітних явищ, які є надто складними для проведення опитувань або експериментальних стратегій. (Yin, 2014) |
| Дослідницькі | Цей тип кейс-стаді використовується для дослідження ситуацій, у яких оцінюване втручання не має чіткого, уніфікованого набору очікуваних результатів (Yin, 2014). |
| Описові | Цей тип кейс-стаді використовується для опису явища та реального життєвого контексту, в якому воно відбувалося (Yin, 2014). |
| Внутрішні | R. Stake (1995) використовує термін «внутрішній» і пропонує дослідникам, які зацікавлені в кейсах, використовувати цей підхід, коли мета полягає в тому, щоб краще зрозуміти кейс. Це робиться не тому, що випадок репрезентує інші випадки або демонструє якусь специфічну рису чи проблему, а тому, що сам випадок, в усій його конкретності та незвичності, становить особистий інтерес (Stake, 2006). |
| Інструментальні | Використовується для вирішення якоїсь іншої задачі, ніж розуміння конкретної ситуації. Цей тип кейс-стаді допомагає отримати уявлення про проблематику або уточнити теорію. Сам випадок являє собою другорядний інтерес – він відіграє допоміжну роль, полегшуючи розуміння чогось іншого. Випадок часто досліджують детально, ретельно вивчають його контекст, докладно описують його надзвичайні властивості. При цьому випадок може бути як унікальним, так і типовим (Stake, 2006). |
| Мультикейсові | Мультикейсові дослідження дають змогу дослідити відмінності в межах самих кейсів і між ними. Мета такого кейс-стаді – відтворити отримані результати в різних випадках. Оскільки буде проведено порівняння, важливо ретельно добирати випадки, щоб дослідник міг передбачити схожі результати у всіх випадках або спрогнозувати протилежні результати виходячи з положень теорії (Stake, 2006) |

Проведення кейс-стаді включає в себе кілька етапів. Перший етап – це розробка дизайну. При обґрунтуванні дизайну кейс-стаді ключовим моментом є визначення: 1) мети дослідження; 2) типу дослідження (пояснювальний, дослідницький, описовий); 3) кількості випадків, що будуть вивчатися, в залежності від мети, завдань дослідження і наявності ресурсів у вигляді робочої сили, грошей і часу; 4) епістемологічних засад дослідження; 7) методів збирання даних; 8) підходів до аналізу даних; 9) моделей представлення проаналізованих даних (Priya, 2021). На другому етапі здійснюється фактичний контакт і взаємодія з учасниками. Згідно зі стратегією абдукції, цей етап є найважливішим, оскільки дає змогу дослідникові вивчити та зрозуміти

соціально-психологічне явище очима соціальних акторів. Протокол дослідження, розроблений на другому етапі, гарантує, що учасники знають про свій внесок у дослідження. Крім того, він допомагає захистити права учасників і зберегти їхню конфіденційність. На останньому етапі – складанні звіту про результати дослідження – представлено опис випадків та учасників. Водночас у звіті детально описуються протоколи дослідження, інтерпретація емпіричного матеріалу та аналіз. Наприкінці звіт результатів дослідження завершується стислим викладом профілю випадку, фактів і вирішення досліджуваної проблеми (Rashid et al., 2019).

Валідність – один із критеріїв оцінки дослідження. Для того щоб можна було

розрахувати валідність, дослідник має документувати процедуру дослідження. Це має бути зроблено на такому рівні абстракції, щоб були очевидні місця прийняття рішень усередині проєкту. Надійність кейс-стаді найкраще встановлюється шляхом розробки того, що називається «протоколом кейс-стаді». Протокол кейс-стаді має містити в собі такі складові елементи: 1) огляд усього дослідження, включно з його цілями; 2) детальний опис польових процедур, включно з методами збору даних; 3) коректно сформульовані запитання, відповіді на які дослідник прагне отримати і які мають визначати методи збирання даних, і 4) чітко сформульовані рекомендації щодо аналізу даних і представлення результатів дослідження (Priya, 2021).

Висновки. Необхідність використання методу кейс-стаді зумовлена умовами, в яких наразі перебуває Україна, коли дослідникам важко відстежити та зрозуміти суть соціально-психологічних феноменів за допомогою традиційних лінійних моделей наукових методів. В умовах психотравмуючих ситуацій, пов'язаних із жахами війни (постійна реальна і уявна загроза для життя, почуття провини перед загиблими, невизначеність і дефіцит інформації, зміна звичного способу життя, порушення режимів сну, відпочинку і харчування, зниження психологічної стійкості, виникнення психоемоційного перенапруження і розвиток стресу та ін.), дослідники стикаються з безліччю випадків, що є нестандартними або

непередбачуваними. Однак, незважаючи на свою унікальність, ці випадки можуть бути квінтесенцією певного явища, вивчення якого може породити наукові гіпотези, що потім можуть бути перевірені в співставних ситуаціях. Кейс-стаді часто дають змогу дослідникам, які вивчають випадки в абсолютно різних місцях і в різний час, виявити схожі процеси і зробити схожі тлумачення щодо їхньої природи. Тому кейс-стаді уможливають аналітичні узагальнення, де раніше розроблена теорія використовується як шаблон для порівняння емпіричних результатів досліджуваного випадку. Ключовим принципом методу кейс-стаді є важливість визначення випадку або явища. Дослідники мають чітко описати випадок із достатнім ступенем деталізації, щоб читачі могли повністю зрозуміти ситуацію та контекст і визначити застосовність результатів дослідження. Випадки мають бути прив'язані до часу і місця, щоб забезпечити строгість і реалістичність результатів дослідження. Спроба охопити занадто широке питання може призвести до зниження валідності дослідження.

Перспективною подальших досліджень має бути пошук шляхів підвищення ефективності, надійності та валідності кейс-стаді. Дослідницьке питання має бути сфокусоване на таких ключових елементах кейс-стаді, якими є: епістемологічні засади, що визначають напрямок дослідження випадку; методи збирання даних; аналіз даних і представлення проаналізованих даних в ефективній і послідовній формі.

Список використаних джерел

1. Baxter, P., & Jack, S. (2008). Qualitative Case Study Methodology: Study Design and Implementation for Novice Researchers. *The Qualitative Report*, 13(4), 544-559. <https://doi.org/10.46743/2160-3715/2008.1573>
2. Chrastina, J. (2020). *Případová studie – metoda kvalitativní výzkumné strategie a designování výzkumu. / Case Study – a Method of Qualitative Research Strategy and Research Design*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
3. Ebneyamini, S., & Moghadam, S. M. R. (2018). Toward Developing a Framework for Conducting Case Study Research. *International Journal of Qualitative Methods*, 17(1). <https://doi.org/10.1177/1609406918817954>
4. Hodgetts, D. J. and Stolte, O. E. E. (2012). Case-based Research in Community and Social Psychology: Introduction to the Special Issue. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 22, 379-389. <https://doi.org/10.1002/casp.2124>
5. Khraban, T. E. (2022). Adoption of coping strategies by Ukrainian civilians in the first fifteen days after the outbreak of military conflict in 2022. *Insight: The Psychological Dimensions of Society*, 7, 59-74. <https://doi.org/10.32999/2663-970X/2022-7-5>

6. Khraban, T. (2023a). Developing a Well-balanced Military Identity among Female Military Personnel. *Polish Sociological Review*, 1(225), 69-82. <https://doi.org/10.26412/psr225.04>
7. Khraban, T. (2023b). Humor as a resource for confronting wartime challenges. *East European Journal of Psycholinguistics*, 10(2), 47-61. <https://doi.org/10.29038/eejpl.2023.10.2.khr>
8. Khraban, T. (2024). Guidelines for quality coverage of continuing education issues (2024). *Continuing professional education: theory and practice*, 3(80), 57-66. <https://doi.org/10.28925/2412-0774.2024.3.5>
9. Kibris, A., Goodwin, R. (2024). The long-term effects of war exposure on psychological health: An experimental study with Turkish conscript veterans. *Social Science & Medicine*, 340, 116453. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2023.116453>
10. Merriam, S. B. (2009). *Qualitative Research: A Guide to Design and Implementation*. John Wiley & Sons.
11. Merton, R. (1967). *On theoretical sociology*. Free Press.
12. Post, C., Sarala, R., Gatrell, C., & Prescott, J. (2020). Advancing Theory with Review Articles. *Journal of Management Studies*, 57(2), 351-376. <https://doi.org/10.1111/joms.12549>
13. Priya, A. (2021). Case Study Methodology of Qualitative Research: Key Attributes and Navigating the Conundrums in Its Application. *Sociological Bulletin*, 70(1), 94-110. <https://doi.org/10.1177/0038022920970318>
14. Radley, A. and Chamberlain, K. (2012), The Study of the Case: Conceptualising Case Study Research†. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 22, 390-399. <https://doi.org/10.1002/casp.1106>
15. Rashid, Y., Rashid, A., Warraich, M. A., Sabir, S. S., & Waseem, A. (2019). Case Study Method: A Step-by-Step Guide for Business Researchers. *International Journal of Qualitative Methods*, 18. <https://doi.org/10.1177/1609406919862424>
16. Sibbald, S. L., Paciocco, S., Fournie, M., Van Asseldonk, R., Scurr, T. (2021). Continuing to enhance the quality of case study methodology in health services research. *Healthcare Management Forum*, 34(5), 291-296. <https://doi.org/10.1177/08404704211028857>
17. Snyder, H. Literature Review as a Research Methodology: An Overview and Guidelines. (2019). *Journal of Business Research*, 104, 333-339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>
18. Spector, B. (2023). Volodymyr Zelenskyy, heroic leadership, and the historical gaze. *Leadership*, 19(1), 27-42. <https://doi.org/10.1177/17427150221134140>
19. Stake, R. E. (2006). *Multiple Case Study Analysis*. The Guilford Press.
20. Yin, R. (2014). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). SAGE Publications.
21. Zachara-Szymańska, M. (2023). The return of the hero-leader? Volodymyr Zelensky's international image and the global response to Russia's invasion of Ukraine. *Leadership*, 19(3), 196-209. <https://doi.org/10.1177/17427150231159824>

Summary

CASE STUDY AS A METHODOLOGICAL APPROACH WITHIN THE DOMAINS OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL RESEARCH

Khraban T. PhD in Philology, Associate Professor,
Head of Foreign Languages Department,
Military Institute of Telecommunications
and Information Technology

Purpose. The objective of this article is to provide an in-depth analysis of the essential characteristics of the case study method, with the aim of enhancing the rigor and depth of research endeavors focused on the examination and comprehension of socio-psychological phenomena.

Materials and Methods. This research paper is based on the foundational principles of a systematic scientific review and is organized as an analytical review article.

Results and Discussion. A key aspect of the case study approach is the comprehensive examination of the relevant unit of analysis within its natural context – the researcher engages in the analysis of the contextual built-in characteristics of individuals, phenomena, or events, with an emphasis on the socio-psychological aspects. A study lacking context cannot be regarded as a case study. The necessity for the case study method arises from the circumstances currently prevailing in Ukraine, wherein it is challenging for researchers to monitor and comprehend the fundamental aspects of socio-psychological phenomena through the use of conventional linear models of scientific methodology. In the context of traumatic situations related to the horrors of war (such as a constant real and imaginary threat to life, causation guilt, uncertainty and lack of

information, changes in the usual way of life, disruption of sleep, rest, and nutrition, reduced psychological stability, psycho-emotional overstrain and development of stress, etc.), researchers are faced with a multitude of cases that are non-standard or unpredictable. Nevertheless, although these cases are distinctive, they may epitomize a particular phenomenon. An analysis of this phenomenon may result in the formulation of scientific hypotheses that can subsequently be evaluated for their validity in analogous circumstances. Case studies frequently permit researchers who study disparate cases in disparate places and times to identify analogous processes and make analogous interpretations about their nature. Consequently, case studies permit analytical generalizations, whereby a previously developed theory serves as a template for comparing the empirical results of the case under study.

Conclusions. *A principal tenet of the case study method is the necessity of delineating the case or phenomenon under examination. It is incumbent upon researchers to provide a detailed account of the case in question, sufficient to allow readers to gain an accurate understanding of the situation and context, and to determine the applicability of the research findings. Cases should be time- and place-specific to ensure the rigor and realism of the research results. Attempts to address a topic that is too expansive may result in a reduction in the rigor and reliability of the research.*

Keywords: *case study; scientific method; particular case; particular context.*

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 04.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 20.12.24.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ЛЮДЕЙ З ІНВАЛІДНІСТЮ В СПОРТИВНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ

Шамич О. М. доктор психологічних наук, професор,
завідувач кафедри фізичного виховання і спорту
Київського національного університету
будівництва і архітектури.
<https://0000-0002-2188-2159>

Озерова О. А. кандидат наук з фізичного виховання
і спорту, доцент, доцент кафедри фізичного
виховання і спорту Київського національного
університету будівництва і архітектури.
<https://0000-0002-6004-5556>

Андріянова В. А. старший викладач кафедри
фізичного виховання і спорту Київського національного
університету будівництва і архітектури.
<https://0000-0002-8668-820X>

У статті акцентовано увагу на тому, що залучення людей з інвалідністю у спортивну діяльність відіграє велику соціальну значущість не тільки для такої людини, але і для суспільства в цілому. Саме такий підхід є яскравим відображенням гуманістичних тенденцій розвитку сучасного суспільства.

Ключові слова: самореалізація; людина з інвалідністю; спортивна діяльність.

Вступ. Проблема забезпечення повноцінного інтегрування людей з інвалідністю в суспільство є однією з найбільш вагомих загальнолюдських проблем та проблемою сьогодення в Україні, в наслідок кривавої війни. Вона складається з двох взаємопов'язаних аспектів. Перший – це істотна кількість людей з інвалідністю в світі (близько 10% людей мають різний ступінь інвалідності); зокрема, в Україні кількість людей з інвалідністю до війни постійно зростала, перевищивши за офіційною статистикою позначку в 2,8 млн. На сьогодні такі дані не досліджувались, але усім зрозуміло, що кількість збільшується з кожним днем. Другий аспект пов'язаний з тим, що наслідком інвалідності є не тільки ушкодження функцій або структур організму, але й виникнення істотних проблем щодо повноцінності функціонування людини з інвалідністю як члена суспільства.

Однією з найважливіших проблем, розроблюваних у межах психології здоров'я, є вивчення умов, проявів та механізмів забезпечення повноцінного психологічного функціонування людини. Гуманістичні традиції, поширені у сучасних психологічних дослідженнях, спричинили визнання того факту, що обов'язковою характеристикою психічно здорової людини

має бути певне суб'єктивне переконання у позитивному забарвленні свого існування – суб'єктивне благополуччя як екзистенційне переживання людиною задовільного ставлення до власного життя. (Большакова А., 2013).

Ми пам'ятаємо часи, коли люди з інвалідністю вважалися своєрідними «меншинами» суспільства і зазнавали дискримінації або сегрегації. Саме у «соціальній моделі інвалідності», яка змінила «медичну модель», інвалідність розуміється з точки зору обмежень і порушення принципу рівності як така, що виникає і відтворюється на передбачуваній основі соціальних структур і пов'язаних з ними соціальних практик. Ця модель стверджує права всіх осіб на рівні можливості незалежно від інвалідності (Овчаренко, С. В., 2005).

Окремі психологічні дослідження з акцентом на спортсменів з інвалідністю розпочалися тільки в останні 15 – 20 років. Тому є дефіцит емпіричних досліджень з вивчення особистісних ресурсів людей з інвалідністю, в яких подано лише окремі аспекти соціально-психологічної та педагогічної адаптації і реабілітації людей з інвалідністю зі зміщенням акцентів більше в бік соціально-педагогічних, ніж психологічних характеристик.

У статті значну увагу зосереджено на дослідженні ціннісних основ самореалізації людей з інвалідністю, їх життєвих перспектив, цілей, особистісно-сміслових характеристик, самоствавлення, самоприйняття чинників психологічного благополуччя, а також порівняння вираженості цих параметрів у здорових спортсменів та у студентів, що не займаються спортом.

Теоретичне підґрунтя. Поняття самореалізації бере початок ще у Ф. Ніцше та К. Юнга і є одним із ключових понять в різних варіантах у теоріях К. Хорні, Е. Фромма, М. Хайдеггера, М. Марселя, Г. Олпорта, Р. Мея та знайшло розвиток у багатьох інших авторів, в тому числі українських (Маслоу, 2008; Олпорт, 2002; Maksimenko, & Serdiuk, 2016, Кокун, 2018 та ін.).

Методи дослідження. У статті використано аналіз наукової літератури, яка розкриває суть поняття самореалізації. Опитування та дослідження щодо шляхів вирішення проблеми повноцінного інтегрування людей з інвалідністю в суспільство засобами фізичної культури та за допомогою спорту, їх самореалізації в спортивній діяльності.

Результати і обговорення. Останнім десятиліттям проблема інтеграції людей з інвалідністю в суспільство набула гострої актуальності, в результаті став формуватися відчутний соціальний запит на психологічні дослідження цього спрямування. Аналіз проблеми інвалідності свідчить про різноманітність підходів до її розгляду — від неприйняття та ізоляції до необхідності інтеграції осіб з інвалідністю в суспільство, створення для них безбар'єрного середовища й умов для особистісного розвитку та самореалізації.

Отже, важливим прикладним завданням сучасної психології, що сприятиме інтеграції людей з інвалідністю в суспільство, та створення для них умов для самореалізації є визначення чинників, які допомагають чи перешкоджають нормальному розвитку особистості і пошуку тих її ресурсів, що могли б допомогти їй протистояти негативному впливу середовища. Одним із основних наукових підходів до вивчення зазначених проблем є

теорія самодетермінації особистості Е. Десі та Р. Райана. На перший план у проблемі самодетермінації особистості виходить її власна активність, здатність самостійного вибору наряду самореалізації.

У термінології гуманістичної психології зазначене означає, що сенс життя кожної людини полягає в найповнішій її самореалізації, максимальній її успішності, у розвитку її здібностей, використанні соціальних умов для розвитку свого потенціалу. Теорію самореалізації доповнюють також ідеї «сенсу життя» (В. Франкл), «відповідальності за право свободи» (Е. Фромм), «актуалізаторської діяльності» (Е. Шостром) та інші. Також поняття самореалізації розробляється у різних теоріях росту, розвитку і досягнень, більшості когнітивних і гештальт-теорій. Особливість цих теорій полягає в тому, що в них людина розуміється як активний, самоорганізований суб'єкт, що прагне до розвитку певних власних психічних структур.

Невід'ємною частиною самореалізації особистості є самоактуалізація як його внутрішній аспект; поняття самореалізації означає процес розвитку особистості і трансляції нею свого змісту іншим людям і культурі через творчі та комунікативні процеси (А. Маслоу, К. Роджерс та ін.). Поняття самоактуалізації, навпаки, є конкретним теоретичним трактуванням розвитку і самореалізації особистості, що сформувалося в особистісно-орієнтованому варіанті гуманістичної психології (В. Франкл), і полягає в наявності вродженого потенціалу людських властивостей та характеристик, які мають за сприятливих умов розвинутиися, переходячи з потенційної в актуальну форму.

Характеристики самореалізації в сукупності показують, наскільки людина є суб'єктом власного життя, наскільки вона сама визначає власну життєдіяльність. І в цьому контексті характеристики самоактуалізації особистості можна розглядати як внутрішні необхідні умови процесу її самореалізації. Тож не зважаючи на те, що самореалізація є універсальним процесом, індивідуальність людини реалізується різною мірою залежно від того,

наскільки вона є суб'єктом, який визначає хід власного життя (Сердюк, Л.З., 2017).

Узагальнення сучасних досліджень різних аспектів спорту людей з інвалідністю показує, що одним із найважливіших напрямів роботи з ними (як ми вже зазначали) є адаптивна фізична культура і спорт, а зокрема, сучасний паролімпійський спорт створює людям з інвалідністю перспективи мобілізації резервних можливостей організму та повноцінного інтегрування у суспільство.

Як у здорових спортсменів, так і в паролімпійців вступає у змагання передусім очікування та невизначеність, а сама змагальна діяльність пов'язана з конкуренцією рівних за силами суперників, загострення відчуття особистісної та суспільної відповідальності за результат виступу. Це підвищує напруженість ситуації, що дозволяє розглядати її, як стресову (Бойко, Г. М., 2012).

Тренувально-змагальний процес паролімпійців (спортсменів з інвалідністю) ставить особливі вимоги до особистості спортсменів, оскільки має виражену організаційну та психологічну специфіку. Оскільки інвалідність обмежує здатність виконувати фізичні вправи, досягнення високих результатів потребує від атлетів-паролімпійців дотримання чіткої регламентації як спортивної, так і інших видів діяльності, виняткового й постійного вияву вольових зусиль, чіткого дотримання цілої низки обмежень і заборон.

Виокремлено кілька груп відмінностей, які є унікальними для спортсменів з інвалідністю:

1) у спортсменів з інвалідністю, як правило, вираженіші фінансові проблеми, а також проблеми сімейних та соціальних стосунків;

2) спортсменам з інвалідністю може бути потрібно більше часу на підготовку до змагань внаслідок залежності від допоміжного обладнання, технічної підтримки й особистої допомоги;

3) необхідність прийняття спортсменом з інвалідністю власних обмежень у «світі здорових»;

4) необхідність особистих помічників та висока залежність від них.

До провідних мотивів занять людей з інвалідністю спортом належать: можливість самореалізації; зміцнення ідентичності та конкурентоспроможності; формування позитивного ставлення до життя; отримання задоволення, підтримки, перемог та нагород; фізичний розвиток, самовдосконалення (підвищення спортивної кваліфікації та компетентності); поліпшення стану здоров'я, зменшення стресу; можливість представляти регіон або країну на змаганнях. (Kokun, O., & Shamych, O., 2016).

Представимо модель самореалізації особистості в паролімпійському спорті. Стратегія організації емпіричного дослідження психологічних особливостей самореалізації особистості в паролімпійському спорті обґрунтована на основі визначених п'яти послідовних етапів загальної моделі самореалізації особистості. Загалом представлені дані свідчать про особистісну зрілість більшості досліджуваних та здатність до самокерівництва власною діяльністю.

Першим етапом самореалізації паролімпійця є усвідомлення ним власної специфічної проблемної ситуації життєдіяльності, зумовленої наявністю інвалідності, що зазвичай порівняно зі здоровою людиною не тільки звужує можливості для самореалізації та життєвих досягнень, а й принципово знижує якість життя загалом.

Внаслідок другого етапу – аналізу проблемної ситуації (когнітивно-афективної оцінки людиною з інвалідністю можливостей особистісної та соціальної самореалізації, аналізу наявних можливостей, сприятливих та несприятливих для цього чинників), власне, багато хто і обирає спосіб самореалізації через паролімпійський спорт.

На третьому етапі (постановка мети, складання загального плану самореалізації та ухвалення рішення про початок його втілення) обраний спосіб самореалізації набуває необхідного ступеня усвідомлення. Головною метою вибору людини з інвалідністю паролімпійського спорту як основного для себе виду діяльності можна вважати здатність такого спорту забезпечити достатньо повноцінне

(рівноправне зі здоровими людьми) інтегрування у суспільство.

Четвертий етап (основний) – процес самореалізації паролімпійця визначається такими групами взаємопов'язаних складових: механізми самореалізації паролімпійця; процесуальний механізм самореалізації полягає у самоорганізації психологічної системи особистості. опосередковані чинники; бар'єри самореалізації паролімпійця; загальні способи самореалізації паролімпійця.

П'ятий (завершальний) етап пов'язаний з оцінкою результатів власної самореалізації. На основі оцінки паролімпійцем досягнутого результату самореалізації, задоволення чи незадоволення собою відбувається коригування поставлених цілей та способів самореалізації та ставляться нові цілі.

Для досягнення поставлених перед емпіричним дослідженням завдань ми розробили опитувальник, який давав можливість отримати загальну інформацію про рівень самореалізації спортсменів та її основних чинників (складових четвертого та п'ятого етапів моделі). Доречі цей опитувальник може бути використаний в дослідженнях як зі спортсменами, що мають інвалідність, так і зі здоровими спортсменами.

Також ми використали шкалу самоефективності Р. Шварцера та М. Єрусалема; нашу модифікацію методики шкалової самооцінки О. Кокуна та Б. Очеретько; самоактуалізаційний тест (САТ) Е. Шострома; шкалу психологічного благополуччя К. Ріфф; шкалу самодетермінації Є. Осіна, тест життєстійкості С. Мадді; опитувальник самоорганізації діяльності (ОСД) О. Мандрикової. Тобто була вироблена Концепція для здійснення імперичного дослідження психологічного забезпечення самореалізації особистості в паролімпійському спорті.

Опитування і дослідження з тренерами та паролімпійцями проводились в період учбово-тренувальних зборів в містах Київ, Дніпро, Полтава, Бориспіль та Бровари. Нами було досліджено та виявлено що загальні особливості спортивної

самореалізації паролімпійців полягають в наступному:

1) для паролімпійців переважно властиві задоволеність власною спортивною кар'єрою, досить швидко постановка нової спортивної мети та чітке уявлення свого спортивного майбутнього;

2) здебільшого вони не вважають наявні спортивні досягнення гранично можливими, вбачаючи в собі потенціал для подальшого спортивного вдосконалення;

3) паролімпійці з найвищим рівнем результатів мають істотно вищі показники задоволеності власною спортивною кар'єрою, самооцінки, власної наближеності до вершини досягнень у спорті та швидкості постановки нової спортивної мети після досягнення попередньої, ніж група спортсменів, що поки не має істотних спортивних досягнень;

4) наймолодші за віком паролімпійці вирізняються значно чіткішим уявленням свого спортивного майбутнього; у футболістів наявні набагато вищі, ніж у представників інших видів спорту, рівні задоволеності спортивною кар'єрою та самооцінки, наближеності до вершини досягнень у спорті, що переважно пояснюється об'єктивно вищим рівнем їхніх спортивних результатів, потреб, прагнення до саморозвитку свого потенціалу та мотивація психологічного благополуччя, яка виражається в генералізованій потребі в позитивному функціонуванні, а також ступені реалізованості цієї спрямованості, що суб'єктивно виражається у відчутті задоволеності собою і власним життям.

Прагнення до самореалізації та психологічного благополуччя, які є, в певній мірі, психологічними механізмами самодетермінації мотивації учіння особистості, зумовлюється синергією її дефіцитарних потреб, це прагнення підкріплюється також особистісними та соціальними потребами в саморозвитку, піддається когнітивно-афективній оцінці, яка виражається в інтегральній оцінці особистісних ресурсів, внаслідок чого знаходить додаткову інтенцію.

Мотивація самореалізації та психологічного благополуччя обумовлена двома рівнями взаємозалежних напруг – розбіжністю між актуальним станом і двома

потенційними, детермінованими ближньою і віддаленою часовою перспективою особистості.

Отже, рівень досягнутої самореалізації, рівень задоволення актуальних цілей взаємопов'язаний із рівнем потенційної самореалізації, тому детермінований відчуттям задоволеності особистості вибором професії, бажанням у майбутньому працювати за обраною професією та професійно самореалізовуватися, що має пряме відображення в цілепокладанні.

Умови формування та розвитку мотивації учіння створюються за рахунок позитивних синергетичних ефектів, які досягаються в такому освітньому середовищі, де «працюють» цінності особистісного розвитку, духовного задоволення, креативності; створюється простір міжособистісної взаємодії, що забезпечує моральну підтримку, підґрунтя для формування самоповаги, самоінтересу, самоприйняття, саморозуміння та самовпевненості; забезпечуються можливості долучення студентів з інвалідністю до спортивної і професійної діяльності та розвитку в ній професійно важливих якостей і цінностей.

Таким чином, запропонований системно-синергетичний підхід для дослідження мотивації учіння як самодетермінованого процесу, емпірично валідизовано через виявлення і опис типів мотивації учіння та особистісних характеристик найвираженіших представників даних типів, а також, на основі отриманих результатів розроблено і апробовано програму психологічного забезпечення мотивації учіння у ЗВО, в якій основний акцент поставлено не традиційному «психолого-педагогічному супроводі навчання студентів з інвалідністю», а на розбудові освітнього середовища, яке реалізує особливу культуру соціалізації індивідуальності та створенні умов для саморозвитку особистості.

Висновки. Загальні особливості спортивної самореалізації паралімпійців полягають у тому, що для їм переважно властива задоволеність власною

спортивною кар'єрою, досить швидка постановка нової спортивної мети та чітке уявлення свого спортивного майбутнього, розуміння власного потенціалу для подальшого спортивного вдосконалення.

Найбільш вираженими чинниками, що можуть зумовлювати рівень спортивних досягнень паралімпійців, є: моральне задоволення від перемог на змаганнях; можливість особистісної самореалізації; можливість представляти на змаганнях свою країну, клуб, місто; спілкування з друзями, знайомими; можливість бути повноцінним членом суспільства; задоволення від тренувань, фізичних навантажень та перспектива закордонних поїздок. Дещо менш вагомими є матеріальні стимули — зарплата, форма, премії тощо, а також набуття досвіду, знайомств та ін., що може допомогти в подальшому житті. На останньому місці залишився такий стимул, як можливість виправити чи компенсувати недоліки здоров'я, що досить адекватно відображає усвідомлення паралімпійцями значних, але безмежних можливостей занять спортом щодо виправлення чи компенсації недоліків здоров'я.

Встановлено, що для групи паралімпійців з найвищим рівнем результатів істотно значущішими суб'єктивними стимулами для занять спортом, ніж у спортсменів з нижчими досягненнями, є такі: можливість особистісної самореалізації, матеріальні стимули (зарплата, форма, премії та ін.), набуття досвіду, знайомств (та ін., що може допомогти в подальшому житті) та можливість бути повноцінним членом суспільства.

Подальші перспективи досліджень проблеми самореалізації особистості в паралімпійському спорті полягають у докладнішому розкритті особистісного опосередкування психологічних ресурсів самодетермінації паралімпійців (спортсменів з інвалідністю), як психологічної основи розвитку ресурсів їхньої самореалізації, задоволеності життям та психологічного благополуччя.

Список використаних джерел

1. Бойко Г. М. (2012). Психолого-педагогічний супровід спортивної діяльності плавців із порушеннями психо-фізичного розвитку в паралімпійському спорті: монографія, Полтава : ТОВ АСМІ.
2. Большакова А. (2013). Психологічне благополуччя та особливості ставлення до оточуючих у курсантів ВНЗ МВС України.
3. Киселевська С.М., & Войтенко О.А. (2017). Основи формування знань щодо фізичного здоров'я в системі фізичного виховання студентської молоді // Матеріали ВУНПК: Актуальні проблеми фізичного виховання і спорту в сучасних умовах, Дніпро: ДНУ.
4. Наумець Є. О., & Войтенко О. А., Клименко Т. А. (2023). Принципи спортивного тренування: Proceedings of XII International Scientific and Practical Conference, Stockholm, Sweden.
5. Овчаренко С.В. (2005). Планування навчально-тренувального процесу футболістів-інвалідів з наслідками дитячого церебрального паралічу в річному циклі підготовки: Автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.01. Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України.
6. Сердюк Л. З., & Шамич О. М. (2017). Самодетермінація особистості як психологічна основа її самореалізації. Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України.
7. Шамич О. М. (2014). Поняття та структура природного права людини на охорону здоров'я. Актуальні проблеми навчання та виховання людей з особливими потребами: Збірник наукових праць.
8. Шамич О. М. (2019). Психологічні основи самореалізації паралімпійців: монографія. К.: Талком.
9. Штриголь Д.В., & Н.К. Горбик (2015). Динаміка життєстійкості осіб із різним рівнем антиципаційної спроможності в період кризових подій. Право і безпека.
10. Dačova K. (2007). Introduction to adapted physical activities. Prague: Charles University.
11. Kenttä G., & Corban R. (2014). Psychology within the Paralympic Context - Same, Same or Any Different? Olympic Coach.
12. Kokun O., & Shamykh O. (2016). Psychological characteristics of paralympic athletes' self-realisation. Social welfare: interdisciplinary approach. DOI: 10.21277/sw.v2i6.273 (база Web of Science Core Collection, Emerging Sources Citation Index)
13. Ondrušova Z. & Pitekova R., Bardiovsky M., Galikova Z. (2013). Sport and doing sport s by the disabled posttraumatic return to life / Z. Ondrušova, // Clinical Social Work. – 2013. – Vol. 4, № 2. – P. 65 – 70.
14. Semerjian T.Z. (2010). Disability in Sport and Exercise Psychology. The cultural turn in sport psychology. Fitness Information Technology. - West Virginia: Fitness Information Technology.

References

1. Bojko G. M. (2012). Psihologo-pedagogic'nij suprovod sportivnoi diyal'nosti plavciv iz porushennyami psiho-fizichnogo rozvitku v paralimpijs'komu sporti [Psychological and pedagogical support of sports activities of swimmers with psycho-physical development disorders in Paralympic sports]: monografiya, Poltava : TOV ASMI. (in Ukrainian)
2. Bol'shakova A. (2013). Psihologichne blahopoluchchya ta osoblyvosti stavlennya do otchuyuchyx u kursantiv VNZ MVS Ukrayiny [Psychological well-being and peculiarities of attitude towards others among cadets of the Higher Educational Institution of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine]. (in Ukrainian)
3. Kyselevska S.M., & Voitenko O.A. (2017). Osnovy formuvannya znan schodo fizychnogo zdorov'ya v systemi fizychnogo vyhovannya studentskoyi molodi [Fundamentals of knowledge formation regarding physical health in the system of physical education of student youth] // Materialy VUNPK: Aktualni problemy fizychnogo vyhovannya i sportu v suchasnyh umovah, Dnipro: DNU. (in Ukrainian)
4. Naumets E. O., & Voitenko O. A., Klymenko T. A. (2023). Pryntsypy sportyvnoho trenuvannya [Principles of sports training]: Proceedings of XII International Scientific and Practical Conference, Stockholm, Sweden. (in Ukrainian)
5. Ovcharenko S.V. (2005). Planuvannya navchalno-trenuvalnoho protsesu futbolistiv-invalidiv z naslidkamy dytiachoho tserebralnogo paralichu v richnomu tsykli pidhotovky [Planning the educational and training process of disabled football players with the consequences of cerebral palsy in the annual training cycle]: Avtoref. dys... kand. nauk z fiz. vykhovannya i sportu: 24.00.01. Nats. un-t fiz. vykhovannya i sportu Ukrayiny. (in Ukrainian)
6. Serdiuk L. Z., Shamykh O. M. Samodeterminatsiya osobystosti yak psyhologichna osnova yiyi samorealizatsiyi [Self-determination of the individual as the psychological basis of his self-realization]. Aktualni problemy psyhologiyi: Zbirnik naukovykh prats Instytutu psehologiyi imeni G. S. Kostyuka NAPN Ukrayiny. 2017. Tom VI. Vip. 13. S. 164–173. (in Ukrainian)

7. Shamykh O. M. (2014). Ponyattya ta struktura pryrodnoho prava lyudyny na ohoronu zdorov'ya [The concept and structure of the natural human right to health care]. Aktualni problemy navchannya ta vyhovannya lyudey z osoblyvymy potrebamy: Zbirnyk naukovykh prats. (in Ukrainian)
8. Shamykh O. M. (2019). Psyhologichni osnovy samorealizatsiyi paralimpiytsiv [Psychological foundations of self-realization of Paralympians]: monografiya. K.: Talkom. (in Ukrainian)
9. Shtryhol" D.V., Horbyk N.K. (2015). Dynamika zhyttyestijkosti osib iz riznym rivnem antycypacijnoyi spromozhnosti v period kryzovykh podij Ukrayini [Dynamics of resilience of individuals with different levels of anticipatory capacity during crisis events]. Pravo i bezpeka.
10. Dařova K. (2007). Introduction to adapted physical activities. Prague: Charles University.
11. Kenttä G, & Corban R. (2014). Psychology within the Paralympic Context - Same, Same or Any Different? Olympic Coach.
12. Kokun O., & Shamykh O. (2016). Psychological characteristics of paralympic athletes' self-realisation. Social welfare: interdisciplinary approach. DOI: 10.21277/sw.v2i6.273 (база Web of Science Core Collection, Emerging Sources Citation Index)
13. Ondrušova Z. & Pitekova R., Bardiovsky M., Galikova Z. (2013). Sport and doing sport s by the disabled posttraumatic return to life / Z. Ondrušova, // Clinical Social Work. – 2013. – Vol. 4, № 2. – P. 65 – 70.
14. Semerjian T.Z. (2010). Disability in Sport and Exercise Psychology. The cultural turn in sport psychology. Fitness Information Technology. - West Virginia: Fitness Information Technology.

Summary

SELF-REALIZATION OF PEOPLE WITH DISABILITIES IN SPORTS ACTIVITIES

Shamykh O. M. Doctor of Psychological Sciences, Professor, Head of the Department of Physical Education and Sports of the Kyiv National University of Construction and Architecture

Ozerova O. A. Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Physical Education and Sports of the Kyiv National University of Construction and Architecture.

Andriyanova V. A. Senior Lecturer, Department of Physical Education and Sports of the Kyiv National University of Construction and Architecture.

Introduction. *The problem of ensuring the full integration of people with disabilities into society is one of the most important universal problems and a problem of today in Ukraine, as a result of the bloody war. It consists of two interrelated aspects. The first is the significant number of people with disabilities in the world (about 10% of people have varying degrees of disability); in particular, in Ukraine the number of people with disabilities before the war was constantly growing, exceeding the mark of 2.8 million according to official statistics. Today, such data has not been studied, but it is clear to everyone that the number is increasing every day. The second aspect is related to the fact that the consequence of disability is not only damage to the functions or structures of the body, but also the emergence of significant problems regarding the full functioning of a person with disabilities as a member of society. We remember the times when people with disabilities were considered a kind of "minority" of society and were subject to discrimination or segregation. It is in the "social model of disability", which replaced the "medical model", that disability is understood from the point of view of limitations and violations of the principle of equality as such, which arise and are reproduced on the predictable basis of social structures and related social practices. This model asserts the rights of all persons to equal opportunities regardless of disability.*

Separate psychological studies with an emphasis on athletes with disabilities have only begun in the last 15-20 years. Therefore, there is a shortage of empirical studies on the study of personal resources of people with disabilities, which present only individual aspects of socio-psychological and pedagogical adaptation and rehabilitation of people with disabilities, with a shift in emphasis more towards socio-pedagogical than psychological characteristics.

Purpose. *The article focuses on the study of the value foundations of self-realization of people with disabilities, their life prospects, goals, personal and semantic characteristics, self-attitude, self-acceptance of psychological well-being factors, as well as comparing the severity of these parameters in healthy athletes and students who do not engage in sports.*

Methods. *The article uses an analysis of scientific literature that reveals the essence of the concept of self-realization. Surveys and research on ways to solve the problem of full integration of people with disabilities into society through physical education and sports, their self-realization in sports activities.*

Originality. *The strategy for organizing an empirical study of the psychological characteristics of individual self-realization in Paralympic sports is based on the identified five consecutive stages of the general model of individual self-realization. In general, the presented data indicate the personal maturity of the majority of the subjects and the ability to self-manage their own activities.*

Conclusion. *The general features of the sports self-realization of Paralympians are that they are mainly characterized by satisfaction with their own sports career, fairly quick setting of a new sports goal and a clear idea of their sports future, understanding of their own potential for further sports improvement.*

The most pronounced factors that can determine the level of sports achievements of Paralympians are: moral satisfaction from victories in competitions; the possibility of personal self-realization; the opportunity to represent their country, club, city at competitions; communication with friends, acquaintances; the opportunity to be a full-fledged member of society; pleasure from training, physical activity and the prospect of foreign trips. Somewhat less significant are material incentives - salary, uniform, bonuses, etc., as well as gaining experience, acquaintances, etc., which can help in later life. In last place remained such a stimulus as the opportunity to correct or compensate for health deficiencies, which quite adequately reflects the awareness of Paralympians of significant, but not unlimited, opportunities for sports to correct or compensate for health deficiencies.

It was established that for the group of Paralympians with the highest level of results, the following are significantly more significant subjective stimuli for sports than for athletes with lower achievements: the opportunity for personal self-realization, material incentives (salary, uniform, bonuses, etc.), gaining experience, acquaintances (etc., which can help in later life) and the opportunity to be a full-fledged member of society.

Further prospects for research into the problem of personal self-realization in Paralympic sports consist in a more detailed disclosure of the personal mediation of the psychological resources of self-determination of Paralympians (athletes with disabilities), as the psychological basis for the development of the resources of their self-realization, life satisfaction and psychological well-being.

Key words: *self-realization; a person with a disability; sports activity.*

Концептуалізація – Шамич О. М.

Методика – Озерова О. А.

Перевірка – Андріянова В. А.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.

The authors declare that they have no conflict of interest.

Дата надходження рукопису/Date of receipt of the manuscript: 30.11.24.

Дата прийняття рукопису/Date of acceptance of the manuscript: 08.01.25.

© 2025. This work is under an open license CC BY-NC 4.0.

**Порядок оформлення та подання статей до збірника наукових праць
"Вісник Національного університету оборони України"
Національного університету оборони України**

Призначення збірника:

опублікування результатів наукової діяльності наукових працівників;
опублікування результатів теоретико-методологічних та експериментально-пошукових досліджень у різних галузях психологічної науки і психологічної практики
опублікування основних наукових результатів дисертацій здобувачами наукових ступенів;
опублікування наукових результатів досліджень претендентів на присвоєння вчених звань;
оцінювання результатів наукової діяльності наукових, науково-педагогічних працівників за опублікованими статтями.

Автор подає рукопис особисто на сайт збірника наукових праць "Вісник Національного університету оборони України"

Щоб подати рукопис, необхідно зареєструватися на сайті збірника наукових праць <http://visnyk.nuou.org.ua/> у Open Journal Systems та пройти процес подання.

У коментарях до редактора Ви можете розмістити супровідний лист. Щоб пришвидшити процес рецензування, Ви можете надати список потенційних рецензентів (філія, адреса електронної пошти, ідентифікатор дослідника, ідентифікатор Scopus або ORCID). Автор і потенційний рецензент не повинні належати до однієї установи/дослідницької групи, і вони не повинні публікувати разом.

Рукопис має бути такої якості та такого змісту, щоб, на думку редакційної колегії, зацікавити міжнародну аудиторію.

До друку приймаються рукописи, які містять такі необхідні елементи: постановка проблеми у загальному вигляді та її зв'язок із важливими науковими чи практичними завданнями; аналіз останніх досліджень і публікацій, в яких започатковано розв'язання даної проблеми і на які спирається автор, виділення невирішених раніше частин загальної проблеми, котрим присвячується дана стаття; формулювання цілей статті (постановка завдання); виклад основного матеріалу з повним обґрунтуванням отриманих наукових результатів; висновки і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.

Вимоги до структури основного тексту рукопису

Основний текст повинен мати цілком визначену структуру. Підрозділи, які наведено нижче, повинні бути виділені у тексті жирним шрифтом і розташовані на окремому рядку як підзаголовки.

Вступ (актуальність теми, мета і завдання статті).

Теоретичне підґрунтя (огляд літератури і попередніх досліджень з цієї чи суміжної проблематики).

Методи дослідження (не загальними фразами, а чітко розписати, які методи і як саме використовувалися для даного дослідження; тобто розкрити сам механізм проведення дослідження – яким чином було отримано його результати).

Результати і обговорення (навести основні результати дослідження).

Висновки.

Подяки (за потреби).

Авторські повідомлення.

Додатки і Таблиці (якщо є Додатки і Таблиці, то вони обов'язково повинні мати заголовки і порядкові номери; примітки слід розміщувати безпосередньо під таблицями. В тексті статті обов'язково мають бути посилання на ці додатки чи таблиці).

У статтях, що написані англійською мовою, необхідно виділити такі елементи: **Introduction, Purpose, Methods, Originality, Conclusion**.

В одній науковій статті допускається не більше трьох співавторів.

Загальний об'єм статті до 30 т. друківаних знаків з пробілами (кількість знаків можна подивитися у програмі WORD: Сервіс – Статистика).

Вимоги до технічного оформлення рукопису

Оформлення здійснюється з дотриманням таких основних правил:

відповідність Держстандарту ДСТУ 3008-95;

мова статті – українська, англійська;

формат сторінки – А 4.

на першій сторінці тексту у лівому верхньому куті без абзацного відступу – УДК (шрифт 12); після пропуску в один інтервал *заголовок статті* (після пропуску в один інтервал друкується великими літерами (шрифт 12, жирно, вирівнювання посередині); під заголовком після пропуску в один інтервал у правому друкується (шрифтом 12, вирівнювання справа): прізвище ім'я по батькові автора (авторів); науковий ступінь, вчене звання; назва організації, в якій працює автор; ID ORCID; E-mail.

під відомостями про автора (авторів) подається: анотація українською мовою (до 400 др. знаків), ключові слова (5-8); для статей англійською мовою – відповідна анотація та ключові слова – англійською мовою (шрифт 12, курсив, вирівнювання по ширині);

Ключові слова потрібно подавати у називному відмінку через крапку з комою (слово1; слово2; слово3).

текст статті оформляється в текстовому редакторі Microsoft Word 2003, у форматі *.doc або *.rtf, шрифтом Times New Roman, (кегель 12), міжстроковий інтервал – 1, відступи зверху та знизу – 2 см, зліва – 2,5 см, справа – 2 см (Графіки, малюнки, які супроводжують текст, повинні бути у форматі JPG, EPS; складні формули повинні бути виконані у Microsoft Equation), сторінки не нумеруються, колонтитули не використовуються;

посилання на наукову літературу в тексті подаються за вимогами стандарту APA (<http://www.apastyle.org>);

Внутрішньотекстове посилання (in-text citation) за вимогами APA (7th ed.) містить два основні елементи: автора й дату видання. При цьому розрізняють два типи внутрішньотекстових посилань: посилання в дужках (parenthetical citation) і посилання в оповіді (narrative citation).

Внутрішньотекстове посилання містить інформацію про: автора праці (редактора/укладача/назву цитованого джерела, якщо автор відсутній), що цитується, рік видання та сторінковий інтервал (номери сторінок з яких наводиться цитата). Сторінковий інтервал дозволяється не вказувати, якщо ви не наводите цитату, а висловлюєте якусь ідею чи посилаєтесь на роботу в цілому.

Відповідно до вимог APA, у списку використаних джерел, у внутрішньотекстових посиланнях зазначають таку кількість авторів:

– якщо джерело має одного або п'ять авторів – зазначають усіх авторів. У внутрішньотекстовому посиланні необхідно перерахувати прізвища усіх авторів (через кому). Перед останнім автором пишеться знак «&», якщо автори перераховуються в дужках, або слово «та», якщо автори перераховуються в реченні, а рік видання та сторінковий інтервал в дужках;

– 6 авторів і більше – у внутрішньотекстовому посиланні необхідно вказати прізвище першого автора та слово «та ін.» (в англійській мові – «et al.»).

Шаблони оформлення внутрішньотекстових посилань:

| 1 автор: | 2-5 авторів: | 6 авторів і більше: |
|---|--|---|
| S. Maddi (2004) вказує, що життєстійкість є психологічною живучістю і розширеною ефективністю людини, що пов'язана з мотивацією людини (с. 263). Психологічною живучістю і розширеною ефективністю людини, що пов'язана з мотивацією людини (S. Maddi, 2004, с.263) | (Kernis, Cornell, Sun, Berry, & Harlow, 1993) або (Kernis, Cornell, Sun, Berry, & Harlow, 1993, p. 199) (Бойко, Петренко, & Філіпів, 2010) або (Бойко, Гречка, & Поліщук, 2010, с. 18) Результати дослідження Бойко, Петренко, та Філіпів (2010) підтверджують ... або Бойко, Петренко, та Філіпів (2010) підтверджують (2010) стверджують: "Психологія – це наука ..." (с. 18). | (Jones et al., 2022) або (Jones et al., 2022, p. 7) (Бойко та ін., 2015) або (Бойко та ін., 2005, с. 18) Результати дослідження Величко та ін. (2020) підтверджують ... або Величко та ін. (2020) стверджують: "Психологія – це наука ..." (с. 18). |

Посилання на роботу під назвою:

Якщо автора (редактора/укладача) праці великого розміру (наприклад, книги) встановити неможливо, тоді у внутрішньотекстовому посиланні на місці автора необхідно вказати курсивом два слова назви праці.

Наприклад: (Психологічні дослідження, 2019, с.12).

Посилання на кілька робіт різних авторів (одночасно):

Якщо внутрішньотекстове посилання відноситься до кількох робіт різних авторів, тоді після парафрази необхідно вказати прізвище автора однієї книги і рік видання, та після знаку «>» вказати прізвище автора другої книги і рік видання.

Наприклад: (Феллер, 2021; Різун, 2022).

Посилання на кілька робіт різних авторів з однаковими прізвищами:

Якщо два або більше авторів мають однакові прізвища, у внутрішньотекстовому посиланні необхідно вказати також перші ініціали (або навіть повне ім'я, якщо різні автори мають однакові ініціали).

Наприклад: (Р. Міллер, 12; А. Міллер, 46).

після тексту статті шрифтом 12 подається «Список використаних джерел». У списку наводяться лише ті першоджерела, на які у тексті статті є посилання; бібліографічний опис списку використаних джерел у роботі оформлюється також за вимогами стандарту APA.

Список використаних джерел має бути організований в алфавітному порядку;

Переважає більшість посилань має бути на матеріали, опубліковані за останні 10 років та з посиланням на електронні ресурси.

Посилання на власні публікації (самоцитування) є небажаними і допускаються лише в разі крайньої потреби та у кількості не більше двох джерел в списку.

При посиланні на електронні ресурси має вказуватися активне діюче URL; посиланням має бути точним; адреси, що ведуть не на конкретну статтю, статистичну збірку тощо, а на сайти є неприйнятними.

Після списку використаних джерел наводиться (відповідно) «References», який оформляється згідно з вимогами стандарту APA (<http://www.apastyle.org>), де всі кириличні назви статей та книг транслітеруються латинськими літерами та перекладаються англійською мовою (формується наступним чином: прізвище, ініціали автора (-ів). (Рік). Транслітерована назва книги [Назва книги англійською мовою]. Місто: Видавництво (мова тексту). Транслітерований список використаних джерел, відповідно до вимог наукометричної бази SCOPUS та Web of Science, є повним аналогом списку використаних джерел при цьому порядок і кількість джерел у списку мають залишатися незмінними. Посилання на англійські джерела не транслітеруються. Для транслітерації українського тексту слід дотримуватися вимог Постанови Кабінету Міністрів України від 27 січня 2010 р. №55, сайт он-лайн транслітерації - <http://ukrlit.org/transliteratsiia>;

У «Списку використаних джерел» та «References» необхідно до джерел обов'язково додавати DOI (*digital object identifier*) – цифровий ідентифікатор об'єкта, якщо він присвоєний цитованому джерелу.

Детальніше про APA стиль за посиланнями:

<http://www.apastyle.org>

<http://library.albany.edu/cfox>

<https://owl.english.purdue.edu/owl/resource/664/01/>

після References наводиться Summary. У правому верхньому куті (вирівнювання справа, шрифт 12) англійською мовою: прізвище та ініціали автора; науковий ступінь, вчене звання; назва організації, в якій працює автор; назва статті (прописними літерами); анотація (курсив) – 2500-5000 др. знаків; ключові слова (5-8).

У анотаціях (Summary) згідно з вимогами міжнародних наукометричних баз необхідно відобразити такі елементи: **мета статті, методи дослідження, результати дослідження, наукова новизна, практичне значення дослідження, висновки та перспективи подальших наукових досліджень.**

До рукопису обов'язково потрібно додавати:

а) для здобувачів і ад'юнктів (аспірантів) обов'язково рекомендація наукового керівника (витяг з протоколу засідання кафедри (відділу, управління, навчального закладу), що рекомендує статтю до публікації);

б) експертний висновок про можливість відкритого публікування статті, завірений печаткою;

в) довідка про авторів (для авторів з інших установ) на окремій сторінці;

г) авторські повідомлення.

Рукопис подається українською, (англійською мовою) з підписом автора на останній сторінці та в електронній версії на адресу редакції.

Відповідальність за оригінальність, науковий рівень, відкритість інформації, формальну сторону статті, за правильність, точність і коректність цитування, посилань та перекладу покладається на автора.

Редакція здійснює власне рецензування статей та перевірку на академічну доброчесність.

Матеріали рецензуються членами редакційної колегії збірника або сторонніми незалежними експертами, виходячи з принципу об'єктивності і з позицій вищих міжнародних академічних стандартів якості та редагуються. Редакційна колегія залишає за собою право відхилити неякісні матеріали без пояснення причин *за таких умов:*

не відповідає вимогам до оформлення та до наукового стилю викладу матеріалу;

не має наукової новизни та практичної значущості;

не відповідає тематиці збірника;

виконана з використанням автоматичного комп'ютерного перекладача;

не відредагована (містить граматичні та стилістичні помилки);

порушено етику наукових досліджень, зокрема, якщо у статті виявлено плагіат.

Редколегія може не поділяти світоглядних переконань авторів.

ПРИКЛАД ОФОРМЛЕННЯ СТАТТІ

УДК 371.315.6:51

УПРАВЛІНСЬКА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ОФІЦЕРІВ ВІЙСЬКОВО-СОЦІАЛЬНОГО УПРАВЛІННЯ

Петренко Богдан Володимірович

доктор психологічних наук, професор,

Національний університет оборони України

<https://orcid.org/0000-0002-5318-9172>

E-mail

Анотація українською мовою (до 400 др. знаків).

Ключові слова (5-8). *Вкажіть ключові слова відокремлюючи їх одне від одного крапкою з комою (слово1; слово2; слово3).*

Текст статті (*структура з абзацними відступами*):

Вступ.

Теоретичне підґрунтя.

Методи дослідження.

Результати і обговорення.

Висновки.

Подяки (за потреби).

Авторські повідомлення.

Список використаних джерел

1. Круш, П. В. (2009). Макроекономіка та її регулювання. Каравела.
2. Воробйова, О. М., & Іванченко, В. Д. (2009). Основи схемотехніки (2-ге вид.). Фенікс.
3. Жовтобрюх, М. А., Волох, О. Т., Самійленко, С. П., & Слинсько, І. І. (1979). Історична граматики української мови. Вища школа.
4. Головацький, А. С., Черкасов, В. Г., Сапін, М. Р., Паракін, А. І., & Ковальчук, О. І. (2013). Анатомія людини (3-тє вид., Т. 1). Нова Книга.
5. Collins. (n.d.). Museum. In Collins online dictionary. Retrieved November 18, 2022, from <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/museum>

6. Шевченко, Т. М. (2019). Письменницька есеїстика: Осмислення феномену. Вісник Одеського національного університету. Серія: Філологія, 24(2), 113–121. [http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2\(2019\).pdf](http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2(2019).pdf)
7. Kyiv Dictionary. (2020, 12 травня). Чому в діалектному слові «без» («бузою») замість літери «у» вживають «е»? <https://www.kyivdictionary.com/uk/grammar/uk/consulenza-linguistica/vypusk5/bez-buzok/>
8. Кандиба, М. О. (2015). Емоційна зрілість як умова розвитку професійної толерантності особистості [Неопубл. дис. канд. психол. наук]. Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки.
9. Буц, Ю. В. (2020). Науково-методологічні основи релаксії екогеосистем при техногенному навантаженні пірогенного походження [Автореф. дис. д-ра техн. наук, Сумський державний університет]. eSSUIR. <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/76266>

References

1. Krush, P. V. (2009). Makroekonomika ta yii rehulivannia [Macroeconomics and its regulation]. Karavela. (in Ukrainian)
2. Vorobiova, O. M., & Ivanchenko, V. D. (2009). Osnovy skhemotekhniki (2-he vyd.) [Fundamentals of circuitry (2nd type)]. Feniks. (in Ukrainian)
3. Zhovtobriukh, M. A., Volokh, O. T., Samiilenko, S. P., & Slynko, I. I. (1979). Istorychna hramatyka ukrainskoi movy [Historical grammar of the Ukrainian language]. Vyshcha shkola. (in Ukrainian)
4. Holovatskyi, A. S., Cherkasov, V. H., Sapin, M. R., Parakhin, A. I., & Kovalchuk, O. I. (2013). Anatomiiia liudyny (3-tie vyd., T. 1) [Human anatomy (3rd ed., Vol. 1)]. Nova Knyha. (in Ukrainian)
5. Collins. (n.d.). Museum. In Collins online dictionary. Retrieved November 18, 2022, from <https://www.collinsdictionary.com/dictionary/english/museum>
6. Shevchenko, T. M. (2019). Pysmennytska eseistyka: Osmyslennia fenomenu [Essay writing: Understanding the phenomenon]. Visnyk Odeskoho natsionalnoho universytetu. Serii: Filolohiia, 24(2), 113–121. [http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2\(2019\).pdf](http://liber.onu.edu.ua/pdf/Visnik_Filol_2(2019).pdf) (in Ukrainian)
7. Kyiv Dictionary. (2020, 12 travnia). Chomu v dialektnomu slovi «bez» («buzok») zamist litery «u» vzhyvaiut «e»? [Why is "e" used instead of the letter "y" in the dialect word "bez" ("ilac")?] <https://www.kyivdictionary.com/uk/grammar/uk/consulenza-linguistica/vypusk5/bez-buzok/> (in Ukrainian)
8. Kandyba, M. O. (2015). Emotsiina zrilist yak umova rozvytku profesiinoi tolerantnosti osobystosti [Neopubl. dys. kand. psychol. nauk] [Emotional maturity as a condition for the development of professional tolerance of the individual [Unpublished. thesis Ph.D. psychol. sciences]]. Skhidnoevropeyskyi natsionalnyi universytet imeni Lesi Ukrainky. (in Ukrainian)
9. Buts, Yu. V. (2020). Naukovo-metodolohichni osnovy relaksii ekoheosystem pry tekhnohennomu navantazhenni pirohennoho pokhodzhennia [Avtoref. dys. d-ra tekhn. nauk, Sumskyi derzhavnyi universytet] [Scientific and methodological bases of relaxation of eco-geosystems under man-made load of pyrogenic origin [Author's Ref. thesis Dr. Tech. Sciences, Sumy State University]]. eSSUIR. <http://essuir.sumdu.edu.ua/handle/123456789/76266> (in Ukrainian)

Summary

ADMINISTRATIVE COMPETENCE OFFICERS OF MILITARY-SOCIAL MANAGEMENT

Petrenko Bogdan doctor of psychological sciences,
Professor National Defence University of Ukraine

Summary (3000-5000 др. знаків).

Структура Summary з абзацними відступами:

Introduction (проблема)

Purpose (мета статті)

Methods (методи дослідження)

Originality (наукова новизна та практичне значення результатів дослідження)

Conclusion (висновки та перспективи подальших досліджень)

Key words (5-8). Вкажіть ключові слова відокремлюючи їх одне від одного крапкою з комою (слово1; слово2; слово3).

Авторське повідомлення

Автори заявляють:

- про відсутність конфлікту інтересів (або чітко вказують на наявний конфлікт інтересів);
 - про фінансування – вказуються номери та назви грантів, тем дослідження тощо, за рахунок яких фінансувалось дослідження), або вказується відсутність фінансування;
 - про підтримку політики редакції щодо відкритого доступу та обміну даними які пов'язані з дослідженням;
 - про використання штучного інтелекту (ШІ) при написанні статті та проведенні дослідження (у разі використання ШІ це повинно бути описано в розділі Методи дослідження і науково обгрунтовано);
 - про визначення внеску авторів (за наявності) згідно системи [CRedit](#) (см. «Політика щодо авторства та співавторства»).
- Приклад відображення авторського внеску: концептуалізація, Х.Х. та Я.Й.; методика, Х.Х.; програмне забезпечення, Х.Х.; перевірка, Х.Х., У.У. та З.З.; формальний аналіз, Х.Х.; розслідування, Х.Х.; ресурси, Х.Х.; курація даних, Х.Х.; письмово-оригінал підготовки чернетки, Х.Х.; написання-рецензування та редагування Х.Х.; візуалізація, Х.Х.; нагляд, Х.Х.; адміністрація проекту, Х.Х.; отримання фінансування, У.У

Х.У. Ім'я та Прізвище

- про подяки (за наявності) всім особам, які приймали будь-яку участь у дослідженні або підготовці рукопису статті, але не відповідають критеріям авторства.

Збірник наукових праць

**В І С Н И К
НАЦІОНАЛЬНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ
ОБОРОНИ
УКРАЇНИ**

1 (83) / 2025

Міністерство оборони України

Відповідальність за достовірність фактів, цитат,
власних імен, інших відомостей,
за порушення авторських прав будь-яких юридичних і фізичних осіб
несуть автори.

Розповсюдження та тиражування матеріалів
збірника без офіційного дозволу редакції заборонено.

Редактор
Комп'ютерна верстка

В. Стасюк
В. Богайчук

Підписано до друку 27. 01. 2025. Здано до набору 29. 01. 2025. Формат 20x29
Обл. вид. арк. 17. Наклад 50 прим.
Україна, 03049, м. Київ, проспект Повітряних сил України, 30

Віддруковано Поліграфічним центром Осадчого В. В.
тел. +38 (044) – 587-78-35