

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
Національний авіаційний університет  
Polytechnic Institute of Portalegre (Portalegre, Portugal)  
The John Paul II Catholic University (Lublin, Poland)  
Vasteras municipality (Vasteras, Sweden)  
Bingöl University Science and Literature (Bingöl, Turkey)  
Бакинський державний університет (Баку, Азербайджан)  
Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України  
Національний університет оборони України імені  
Івана Черняховського  
Національна академія внутрішніх справ  
Національний педагогічний університет імені  
М.П. Драгоманова  
Кам'янець-Подільський національний університет імені  
Івана Огієнка  
Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені  
Івана Зязюна НАПН України  
Державний науково-дослідний інститут МВС України  
Кафедра психології Мукачівського державного університету  
Мелітопольський державний педагогічний університет імені  
Богдана Хмельницького  
Львівський державний університет безпеки життєдіяльності  
Хмельницький національний університет

**ХІІ Міжнародна  
науково-практична конференція**

**АВІАЦІЙНА ТА ЕКСТРЕМАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ  
У КОНТЕКСТІ ТЕХНОЛОГІЧНИХ ДОСЯГНЕНЬ  
15-16 квітня 2021 року**



**Збірник наукових праць**

**Київ 2021**

УДК 159.9:629.7.001.76 (063)  
А 202

**Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень:** збірник наукових праць / за заг. ред. Л.В. Помиткіної, О.М. Ічанської. – К. : «Кафедра», 2021. – 228 с.

*Збірник містить матеріали XII Міжнародної науково-практичної конференції з актуальних проблем авіаційної та екстремальної психології у контексті технологічних досягнень, що відбулася 15-16 квітня 2021 року на кафедрі авіаційної психології Факультету лінгвістики та соціальних комунікацій Національного авіаційного університету.*

**Голова оргкомітету:**

**ЛУЦЬКИЙ Максим Георгійович** – ректор Національного авіаційного університету, доктор технічних наук, професор

**Заступники голови:**

**ЛАДОГУБЕЦЬ Наталія Віталіївна** – декан Факультету лінгвістики та соціальних комунікацій Національного авіаційного університету, кандидат педагогічних наук, доцент

**ПОМИТКІНА Любов Віталіївна** – завідувач кафедри авіаційної психології Факультету лінгвістики та соціальних комунікацій Національного авіаційного університету, доктор психологічних наук, професор

**Рецензенти:**

**Булах Ірина Сергіївна** – декан Факультету психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, доктор психологічних наук, професор

**Романенко Оксана Вікторівна** – професор кафедри юридичної психології Національної академії внутрішніх справ, доктор психологічних наук, професор

**Бойко-Бузиль Юлія Юріївна** – заступник завідувача науково-дослідної лабораторії психологічного забезпечення Державного науково-дослідного інституту МВС України, доктор психологічних наук, доцент

*Рекомендовано до друку Вченою радою Факультету лінгвістики та соціальних комунікацій Національного авіаційного університету  
(протокол № 4 від 15 квітня 2021 р.)*

**ISBN 978-617-95078-4-7**

© Колектив авторів, 2021; © Національний авіаційний університет, 2021

**Юлія Бойко-Бузиль**  
доктор психол. наук, доцент,  
заступник завідувача науково-дослідної лабораторії  
психологічного забезпечення,  
Державний науково-дослідний інститут МВС України  
м. Київ, (Україна)

## **ПРОФЕСІЙНЕ ТА ОСОБИСТІСНЕ СТАНОВЛЕННЯ КЕРІВНИКІВ СИСТЕМИ МВС УКРАЇНИ**

Сьогодні на етапі реформування правоохоронної системи, перетворення МВС на правоохоронне багатопрофільне цивільне відомство європейського зразка, посилилась увага до постаті та професійної управлінської діяльності керівників системи МВС України, що в свою чергу обумовлює необхідність оновлення існуючих підходів до психолого-правової асекурації управлінської ланки, передусім пошуку шляхів підвищення кадрового потенціалу і психологічного забезпечення діяльності керівних кадрів. Розв'язання цієї проблеми запропоновано у площині професійного та особистісного становлення фахівця, бо розуміння психологічних основ професійного та особистісного становлення управлінців системи МВС України сприяє кристалізації менеджера нової формації, що нині на часі.

Здійснений аналіз основоположних ідей професійного та особистісного становлення (Д. Александров, В. Балахтар, В. Бодров, О. Бондарчук, Н. Воляннюк, Н. Глуханюк, Т. Дронова, Н. Козлова, В. Коровін, В. Лефтеров, Т. Малкова, В. Муляр, Б. Невзоров, В. Орлов, В. Осьодло, А. Петелин, М. Плугіна, Н. Пророк, О. Фонарьов, К. Чарнецькі, О. Чуйко, Л. Шумська та ін.) і класичних концепцій професійного та особистісного становлення (теорія професійної зрілості Д. Сьюпера, типологічна теорія Дж. Холланда, моделююче-прогресивний підхід Е. Зеєра, суб'єктно-діяльнісна концепція Є. Клімова, кризово-долаюча концепція Т. Кудрявцева, акмеологічна концепція розвитку професіонала А. Деркача, системний особистісно-розвиваючий підхід Л. Мітіної, теорія професіоналізму С. Дружилова, структурно-рівневий підхід Ю. Поваренкова, концепція психофізіологічного забезпечення професійного становлення М. Кокуна та ін.) сприяв розробці авторської визначення досліджуваного явища: *професійне та особистісне становлення керівника системи МВС України – це система діяльнісно-особистісного переходу фахівця на шляху до*

*управлінсько-професійного акме.* Особливістю цієї системи є діалектична єдність діяльності та особистості в процесі їх поетапного кристалізованого переходу в професійну управлінську діяльність та особистість фахівця управління на шляху до акме, яке є кінцевою точкою переходу професійної діяльності в професійну управлінську діяльність з паралельною трансформацією особистості працівника в керівника системи МВС України.

Діяльність сучасного керівника системи МВС України як свідомий і цілеспрямований процес є системою вирішення задач, де управлінець, який є одночасно суб'єктом пізнання, праці та спілкування, в ній та через неї реалізує свої цілі і об'єктивує свої задуми в перетворюваній ним же діяльності, яка охоплює його активність, поведінку, працю й супроводжується спілкуванням. В професійній управлінській діяльності знаходить прояв особистість керівника, бо особистість формується лише діючи, у самому процесі її діяльності. Саме тому дослідження психологічної сторони діяльності є нічим іншим, як вивченням психології особистості в процесі її діяльності, адже особистість є одночасно і передумовою, і результатом діяльності. У зв'язку із зазначеним моделлю унаочнення професійного та особистісного становлення керівників системи МВС України обрано психологічний картоїд, позаяк лише системний підхід дозволяє якісно вивчати професійне та особистісне становлення керівників як процес взаємодії елементів через виявлення їхньої сутнісної природи та особливостей зв'язку.

Професійне становлення відбувається в процесі виконання професійної діяльності, де особистісне становлення визначає індивідуальність і своєрідність цього процесу. Якщо відбувається становлення діяльності, то паралельно відбувається становлення особистості, тобто становлення особистості обумовлює становлення діяльності. Відтак основу професійного та особистісного становлення керівників системи МВС України утворюють діяльність і особистість як базові категорії, що знаходять своє відображення в *блоці професійного становлення* та *блоці особистісного становлення*. Кожен блок набуває свого вияву в конкретних компонентах: *активність, поведінка, праця, спілкування* – блок професійного становлення; *спрямованість, здібності, характер, рефлексія* – блок особистісного становлення, які розкриваються у відповідних критеріях: *кар'єрна мотивація, професійні домагання* (активність), *метасистема відношень у діяльності, конфліктологічна*

*компетентність (поведінка), управлінська тотожність керівника, управлінське рішення як продукт (праця), соціально-психологічна компетентність, емоційно-вольова регуляція (спілкування) – блок професійного становлення; привабливість професійної діяльності, орієнтація професійної діяльності (спрямованість), інструменти керівництва, хист до управлінської діяльності (здібності), індивідуально-психологічні особливості, ставлення керівника до самого себе (характер), механізм самоаналізу управлінця, вектор особистісного розвитку (рефлексія) – блок особистісного становлення.*

Професійне та особистісне становлення керівників системи МВС України проходить наступні етапи – *початковий, кваліфікації, компетентності та професіоналізму*. Успішним звершенням професійного та особистісного становлення керівника системи МВС України є професіоналізм його діяльності та особистості, що також свідчить про скінченність становлення. Бо досягнувши певного професійного рівня керівник лише вдосконалюється й розвивається в управлінській діяльності, однак його становлення як явище завершується.

З метою вивчення якісних і кількісних психологічних характеристик показників професійного та особистісного становлення управлінської ланки системи МВС України нами було реалізовано емпіричне дослідження у порівняльному зрізі з аналогічними показниками у працівників, які не виконують управлінських функцій. Дослідження було реалізовано на базі органів і підрозділів МВС України, а саме: Національної поліції України, Державної міграційної служби України, Адміністрації Державної прикордонної служби України, Державної служби України з надзвичайних ситуацій та Національної гвардії України як військового формування з правоохоронними функціями. Вибірку дослідження склали 844 особи, які були об'єднані у дві групи відповідно до виконання (385 осіб) / не виконання (459 осіб) управлінських функцій, кожна з яких підлягала також внутрішньому об'єднанню в чотири підгрупи відповідно до етапів професійного та особистісного становлення керівників: початковий – 288 осіб, кваліфікації – 219 осіб, компетенції – 175 осіб, професіоналізму – 162 особи.

Порівняльний аналіз результатів дослідження критеріїв професійного та особистісного становлення у керівників і працівників системи МВС України свідчить, що їхні психологічні характеристики суттєво відрізняються змістовним наповненням та рівнем розвитку, які у керівників обумовлені

виконанням управлінських функцій. Також нами побудовано кореляційні плеяди компонентів професійного та особистісного становлення керівників та працівників системи МВС України.

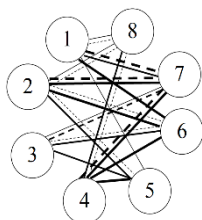


Рис. 1 Кореляційні плеяди компонентів професійного та особистісного становлення керівників системи МВС України

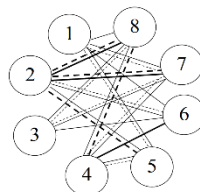
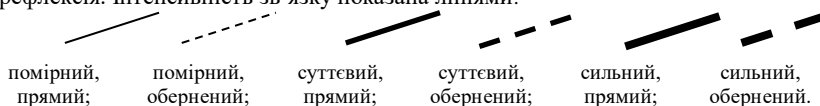


Рис. 2 Кореляційні плеяди компонентів професійного та особистісного становлення працівників системи МВС України

*Пояснення до кореляційних плеяд:* 1 – активність; 2 – поведінка; 3 – праця; 4 – спілкування; 5 – спрямованість; 6 – здібності; 7 – характер; 8 – рефлексія. Інтенсивність зв'язку показана лініями:



Представлені вище кореляційні плеяди доводять, що компоненти професійного та особистісного становлення перебувають у кореляційних зв'язках та відповідних залежностях як у керівників, так і в працівників системи МВС України, однак відрізняються кількістю та інтенсивністю. Тобто, керівниками системи МВС України стають, формуючись лише у виконуваній професійній управлінській діяльності.

Дослідження психологічних засад професійного та особистісного становлення керівників системи МВС України сприяло розробці психологічних аспектів його реінжинірингу і забезпечення. Так, до інструментів *реінжинірингу* як модернізації і реструктуризації сучасного стану професійного та особистісного становлення керівників системи МВС України віднесено системно-синергетичний підхід, системну змінюваність та принципи синергетичної оптимізації, а до напрямів *психологічного забезпечення* – професійно-психологічний добір, психологічний моніторинг професійної управлінської діяльності, психологічний супровід особистості керівника та його професійно-психологічну підготовку.

*Висновок.* Представлено психологічну суть професійного та особистісного становлення керівників системи МВС України, стисло обґрунтовано його психологічний картоїд, інструменти реінжинірингу та психологічного забезпечення.

*Перспективи подальших досліджень* вбачаємо в

розробленні психолого-правових засад психологічного забезпечення професійного та особистісного становлення керівників системи МВС України.

#### Література

1. Бойко-Бузиль Ю. Ю. Проблема професійно-особистісного становлення керівника МВС України / Ю. Ю. Бойко-Бузиль // Вісник Одеського Національного університету. Серія «Психологія». – Одеса, 2014. – Вип. 2 (23). – Т. 19. – С. 43-51.

2. Бойко-Бузиль Ю. Ю. Теоретичний аналіз концепцій професійного та особистісного становлення / Ю. Ю. Бойко-Бузиль // Теорія та практика сучасної психології. – Запоріжжя, 2019. – № 2. – Т. 2. – С. 24-28.

3. Бойко-Бузиль Ю. Ю. Психологічний картоїд професійного та особистісного становлення керівників органів і підрозділів МВС України / Ю. Ю. Бойко-Бузиль // Sciences of Europe, 2020. – Вип. 3. – № 47. – С. 44-48.

4. Бойко-Бузиль Ю. Ю. Психологія професійного та особистісного становлення керівників системи МВС України: [монографія]. Х.: ФОП Бровін О. В, 2020. 500 с.

***António Casa Nova***

*MSc. Nursing, Associate Professor  
Polytechnic Institute of Portalegre  
Portalegre (Portugal)*

***Raul Cordeiro***

*Ph.D. Nursing, Coordinator Professor  
Polytechnic Institute of Portalegre  
Portalegre (Portugal)*

### **PSYCHOLOGICAL SUPPORT AND INTERVENTION IN ACCIDENTS IN FOREST FIRE FIGHTING BY AVIATION**

Portugal has one of the highest forest fire risk rankings in Europe. The answers are basically the same today as they were evident a decade ago [2, p.5]:

- (a) the high percentage of forest lands that are unmanaged;
- (b) the increase in fuel loads, both in amount and extent;

(c) the high number of unwanted fire ignitions during moderate to severe burning conditions;

(d) climate change.

Faced with a forest fire, the rapid mobilization of an initial attack aircraft is a determining factor in limiting the progression of the fire until the ground-based resources arrive.

In Portugal's history of aerial firefighting, it was only in 1970 that aerial reconnaissance actions were used for the first time. But, only after 1980, the use of aircrafts started in direct combat actions, through the launching of water, retardant products and through the transport of heli-transport teams [6, p. 9].

The use of aviation in fighting forest fires becomes essential for the control of nascent fires and as support for the circumscription of large fires. In Portugal, the aircraft included in the forest fire fighting device are:

- Helicopters.

- Aircraft.

Helicopters are very versatile means, as they can either transport combat teams or helicopters are very versatile means of firefighting, as they can transport firefighting teams or by spraying water, foam, or retardant products. They can also participate in rescue and primary evacuation and primary evacuation of victims in exceptional situations. For firefighting, helicopters can be equipped with a bucket carried as a suspended load.

All indicators confirm that aircraft, whether fixed-wing or rotary-wing, are one of the most important variables in the equation for rural fire-fighting resources. Different types of aircraft can be used, which respond differently to the orography of the Portuguese territory, as well as to the different water surfaces available, and which allow, depending on their availability, very acceptable discharge rates, either via scooping, for fixed-wing means, or in natural water points or others for rotary-wing means, working the most suitable aircraft for the territory being affected.

The following table identifies the different types of aircraft, and their classification is associated with the corresponding installed load. The table also mentions which are the most used aircraft in the different devices in the last 20 years, in Portugal.



Table 1

## Classification of the type of aircraft, used since the year 2000

Aircraft Type	Standard Capacity (litres)	Aircraft	Capacity (litres)
Light Helicopter	Up to 1,000	Ecureil AS350	900
Medium Helicopter	Between 1,000 and 2,500	Bell 205 and 212	1,200
Heavy Helicopter	Above 2,500	Kamov KA32	4,000
Light Aircraft	1,500-3,000	Dromader	2,200
Medium Aircraft	From 3.000 e 5.000	Airtractor FB	3.100
Heavy Aircraft	above 5.000	Canadair 215	5.350
In 2006 and 2007, through a bilateral agreement, two Beriev BE200 aircraft also participated			

Source: Assembleia da República 2020 [1]

Despite all the safety measures, in the last two decades, in Portugal, eight pilots of aircraft involved in fighting forest fires have died, three from helicopter accidents, three from Dromader and two from a Canadair aircraft crash, data revealed in the air accidents reports by the Portuguese Office for Prevention and Investigation of Accidents with Aircraft and Railway Accidents [3]. Also, the number of lives lost of civilians and forest firefighting crews has increased in the last decade [5].

Whenever these fatal accidents occur, a dependable structure of the Ministry of Health and the National Institute of Medical Emergency (INEM) is activated: the CAPIC [4].

The Center for Psychological Support and Intervention in Crisis (CAPIC) was created by INEM in 2004, in order to meet the psychosocial needs of the population and professionals. It is formed by a team of clinical psychologists with specific training in intervention in psychological crisis, psychological emergencies, and psychosocial intervention in catastrophe.

This service guarantees the position at the Urgent Patients Orientation Center (CODU), on a 24 / 24H basis, on a National scale, and the operationalization of the Mobile Emergency Psychological Intervention Units (UMIPE). CAPIC's areas of activity are broad and include, among others, the following functions:

a-) Teleassistance: intervene with CODU contacts in situations

of psychological crises, suicidal behaviors, victims of physical or sexual abuse / violence, among others.

b-) Mobile Emergency Psychological Intervention Unit (UMIPE): triggered by CODU to the location of the occurrences where their intervention is considered necessary, such as assistance to victims of accidents or their family and friends, support in the management of these occurrences, namely, support at the beginning of the grieving process as a result of unexpected and / or traumatic death, situations of imminent risk of suicide, psychiatric emergencies that pose a risk to life for oneself or others and intervention with victims of sexual abuse / rape. UMIPE are also integrated into INEM's response devices to exceptional situations, namely, fires, floods, explosions, natural and human disasters.

c-) Support for emergency teams professionals: aim at psychological intervention with emergency teams in emotionally demanding and potentially traumatic situations.

Summarizing and concluding whenever there is an accident involving an aircraft, this team of psychologists is immediately called to the scene and their role is responsible for ensuring psychological care for the victimized population and their families, as well as for emergency teams, with the aim of promoting the development of active adaptation strategies in crisis situations, minimize the negative impact of the event, restore the functional level and prevent the exacerbation of psychological symptoms. In the pursuit of these objectives, it proceeds to the evaluation, emotional stabilization, counseling and referral, proposes means of medical emergency appropriate to each situation, advises professionals on how to proceed in contexts of psychological crisis and takes steps to articulate with other entities.

## Literature

1. Assembleia da República, Observatório Técnico Independente. *Análise ao Dispositivo de Combate aos Incêndios Rurais 2020*, Nota Informativa 1/2020. Lisboa

URL:<https://www.parlamento.pt/Parlamento/Documents/oti/nota-informativa-1-2020.pdf> (date of access: 30.03.2021)

2. Beighley, M., Hyde, A. C., *Portugal wildfire management in a new era assessing fire risks, resources and reforms*. 2018, Instituto Superior de Agronomia, Lisbon, Portugal. URL: <http://www.webcitation.org/6zmIJTWGH> (date of access: 30.03.2021)

3. <http://www.gpiaa.gov.pt/> (date of access: 30.03.2021)

4. <https://www.inem.pt/category/servicos/centro-de-apoio-psicologico-e-intervencao-em-crise/> (date of access: 30.03.2021)

5. Ribeiro, L.M.; Rodrigues, A.; Lucas, D.; Viegas, D.X. *The Impact on Structures of the Pedrógão Grande Fire Complex in June 2017* (Portugal). *Fire* 2020, 3, 57. <https://doi.org/10.3390/fire3040057>.

6. Neto, L.; Martins, M., *Manual Operacional-Emprego dos meios aéreos em operações de protecção civil*. 2009, Autoridade Nacional de Protecção Civil. 1.<sup>a</sup> Ed. Carnaxide

**Олексій Горський**

*канд. техн. наук, доцент кафедри авіаційної психології,  
пілот-інструктор Центру льотної підготовки,  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)*

## **ВПЛИВ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ НА КОГНІТИВНІ ВЛАСТИВОСТІ ПІЛОТА**

Різноманіття емоційних проявів людини виражається в емоційних реакціях, емоційних процесах, почуттях, емоційних станах, відносинах. Вивчення емоційного стану як самостійного психологічного феномена необхідно при дослідженні взаємодії людини і техніки, особливо при дослідженні діяльності з управління літальним апаратом.

У пілота, крім переживань, властивих взагалі кожній людині, можуть виникати виражені емоції в зв'язку з його професійною діяльністю. Причинами виникнення емоцій при пілотуванні можуть бути: особливі випадки в польоті, політ в складних метеорологічних умовах, відповідальність за життя пасажирів, ускладнення умов польоту, необхідність зміни алгоритму дій або раптова зміна повітряної обстановки [1].

Управління літальним апаратом є емоційним видом людської діяльності. Емоції, що виникають при пілотуванні, багато в чому визначають ступінь працездатності пілота. Наприклад, небезпечна польотна ситуація може викликати у пілота негативні емоції, що пригнічують його психічну діяльність, знижують працездатність. Але ця ж ситуація може підвищити життєву енергію пілота, загострити його кмітливість і винахідливість [2].

Емоції виникають при надмірній мотивації по відношенню до реальних пристосувальних можливостей індивіда. Залежно від того, в якому з двох чинників в балансі мотивації і можливостей суб'єкта швидше настає невідповідність, можна виділити дві категорії причин, що викликають виникнення емоцій:

- 1) недостатність пристосувальних можливостей;
- 2) надмірна мотивація.

У першому випадку емоція виникає внаслідок того, що суб'єкт не може або не вміє дати адекватну відповідь на стимуляцію (ситуації, що відрізняються новизною, незвичністю або раптовістю). У другому випадку має місце надлишкова мотивація, що не знаходить застосування (перед дією, після дії) [3].

Очевидно, що діяльність пілота включає в себе компонент емоційної активації, що відповідає рішенням творчих завдань. Емоції включені в сам процес розумового пошуку, вони визначають ті чи інші області аналізу завдання і стратегію розумової діяльності.

У той же час, дослідження показують, що провідними властивостями психіки є оперативне мислення і антиципація, від ступеня сформованості і досконалості яких залежить успішність дій пілота як в стандартних, так і в позаштатних польотних ситуаціях. При цьому здійснюється передбачення подій, що розгортаються, виходячи з часткової інформації про їх розвиток [4].

У таких дослідженнях в основному використовуються як опорні поняття і визначення, що описують сферу свідомості і когнітивної діяльності.

Сучасні підходи до дослідження розумової діяльності операторів часто використовують процедури обробки одиниць зберігання і передачі інформації, що структурно відображають знання і досвід оператора [10].

У когнітивних науках такі одиниці називаються концептами і дозволяють створювати при належному рівні упорядкування та ієрархічності концептуальні схеми, а при характеристиці актів розуміння і певній вербалізації концепту, як понятійного сенсу - організувати в асоціативні семантичні мережі [5].

Подібне трактування суті концептуалізації процесу навчання і підготовки дозволяє переходити до побудови професійного тезауруса особистості пілота, як повного

систематизованого зводу освоєних соціальним суб'єктом знань, суттєвих для нього як засіб орієнтації в навколишньому середовищі, а понад це також знань, які безпосередньо не пов'язані з орієнтаційною функцією, але розширюють розуміння суб'єктом себе і світу, дають імпульси для радісного, цікавого, різноманітного життя. Такий підхід дає можливість проводити тезаурусний аналіз і ставити у відповідність динаміку формування навичок пілота з характером і динамікою зміни професійного тезауруса особистості цього пілота.

Такий підхід дозволяє прийти до висновку що тезаурус - це не просто система понять і зв'язків між ними, що зберігаються в пам'яті людини; тезаурус відображає глибину знання про процеси і явища. Таким чином, виникає розуміння того, що навчання можна уявити як розширення і структурування тезаурусу особистості [6].

Деякі дослідники вважають тезаурус способом семантичної організації світу, асоціюючи тезаурус з персональною картиною світу. Однак, головна відмінність картини світу від тезаурусу полягає в тому, що картина світу - це те, що знаходиться «в голові» людини, тобто сутність ментальна (ідеальна) по своїй онтології. Тезаурус існує і «за межами голови» людини - в діяльності та знаннях, що продукуються ним [7].

Таким чином, вважаємо, що тезаурус - це суб'єктно організоване знання, що характеризується: повнотою, сутнісністю, систематичністю, орієнтуючим призначенням і надмірністю. Головне призначення тезаурусу для суб'єкта - орієнтувати його в навколишньому середовищі і забезпечувати таким чином життєздатність суб'єкта.

Тезаурус представляється, як простір смислів, концептів, що вміщують в себе номінантні і асоціативні поняття, які встановлюють взаємну відповідність смислів, спонукають до активації інші концепти, виробляють нові концепти при їх перетині. Зв'язки всередині тезаурусу можуть бути генетичними (між батьківськими і дочірніми поняттями), синонімічними (замінними), асоціативними (тотожними, кодовими, ранговими) і так далі. Такий погляд на тезаурус дозволяє розглядати його як розподілену базу даних і, відповідно, проводити точну формалізацію побудови структури і зв'язності тезаурусу особистості.

При цьому визначальним є базис, на якому ґрунтуються знання і поняття, дії і процедури. А саме просторово-часові

відносини і зв'язку. При їх руйнуванні відбувається обвалення асоціативних зв'язків, відсутня активація необхідних номінантів.

Також доцільно зазначити, що, з огляду на вищевикладене, тезаурусний підхід дозволяє реалізувати положення інформаційної теорії емоцій [8], і вплив емоцій на структурну деградацію тезауруса, а саме - зменшення зв'язності концептів. Виходячи з поглядів на теорію мислення встановлюється [9], що емоції виконують функцію звуження тезауруса, відсікання асоціативних зв'язків, які направляють пошук вирішення проблемної ситуації. При цьому, позитивні емоції зменшують пошукову діяльність, негативні - активують «подсторожування» успішної стратегії діяльності та інтенсифікують пошукову діяльність.

Таким чином в рамках тезаурусного підходу вважаємо за можливе формування у пілотів навички формування та реалізації алгоритму дій у випадку різних польотних ситуацій з можливою розробкою моделі когнітивної і керуючої діяльності пілота, а також розвитку технологій навчання пілота діям в нестандартних ситуаціях, розглядаючи процедури мислення і прийняття рішення через призму формування і динамічного зміни професійного тезауруса особистості і фахівця, як складної багаторівневої системи понять, термінів, що викликають ці поняття з пам'яті людини, і зв'язків між ними, що характеризується відкритою, ієрархічною і динамічною структуризацією і служить як для зберігання наявних знань і досвіду людини, так і для добування нових, реалізації їх у професійній діяльності.

## Література

1. Ильин Е. П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин - СПб: Питер, 2001. - 752 с: ил.
2. Корчемный П.А. Психология летного обучения / А.П. Корчемный - М.: Воениздат, 1986. - 136 с.
3. Леонтьев А.Н. Потребности, мотивы и эмоции. / А.Н. Леонтьев - М.: Изд-во МГУ, 1971. - 40 с.
4. Гандер Д. В. Авиационная психология / Д.В. Гандер [ред. В.А. Пономаренко]. – М. Научно-исследовательский испытательный центр авиационной медицины и военной эргономики, 2010. – 148 с.
5. Абдулмянова И. Р. Формирование профессионального тезауруса личности как цель профессионального образования / И.Р. Абдулмянова // Вестник Томского государственного

педагогического университета. – 2010. - №2(92). – С.36-39.

6.Клепко С. Ф. Тезаурусний підхід до навчання в системі підвищення кваліфікації педагогічних працівників / С.Ф. Клепко // Постметодика. - 2014. - №3. - С. 2-13.

7.Неволин И.Ф., Позина М.Б. Тезаурус – как показатель компетентности личности / И.Ф. Неволин, М.Б. Позина // Вестник практической психологии образования. – 2010. – №2(23). – С.69-73.

8.Симонов П. В. Эмоциональный мозг / П.В. Симонов - М.: Наука, 1981. – 215 с.

9.Тихомиров О. К. Психология мышления: Учебное пособие. / О.К. Тихомиров - М.: Изд-во МГУ, 1984. - 272 с.

10. Луцький М.Г., Сидоров М.О. Онтологія безпеки авіації / Монографія. – К.: НАУ, 2011. – 408 с.

***Kasım TATLILIOĞLU***

*Ph.D. Psychology, Associate Professor  
Bingöl University  
Bingöl (Turkey)*

## **AN OVERALL EVALUATION ON COMMUNITY MENTAL HEALTH SERVICES**

**Abstract.** Community Mental Health Services, which are considerably new in the field of mental health in our country is very important in terms of mental health care and social rehabilitation of individuals with mental illness. While modern life has brought many facilities for human being as a whole, it has also caused people many contemporary problems. Societies are also affected from the economic, social and psychological problems of modern time. Community mental health centers have been established since the year 2009 in Turkey. With the help of these centers the need of hospitalization and exacerbation of the disease may decrease. There are some uncertainties about the services that will be offered to patients with mental disorders in the community mental health centers opened in our country. For this reason, it is considered important to know the practices aimed at protecting mental health. In this study, information was given about community mental health services.

**Key Words:** Community mental health, mental health workers, mental health education, psychological adaptation, mental symptoms.

**Research Type:** Review.

## 1. INTRODUCTION

Human beings want to have mental and physical health, attach to life, and also have a happy life. Mental health diseases are increasing all over the world. Mental health services' impacts on welfare and health of the individual in addition to economic and social systems make them important. Despite this importance, mental health services are among the areas with low policy priority in health systems. The increase in social and economic losses caused by mental illness brings the effectiveness of mental health services to the agenda (Çakmak & Konca, 2019: 51).

In recent years, there has been increasing acknowledgement of the important role mental health plays in achieving global development goals, as illustrated by the inclusion of mental health in the Sustainable Development Goals. Despite progress in some countries, people with mental health conditions often experience severe human rights violations, discrimination, and stigma (<https://www.who.int/health-topics/mental-health>).

The field of therapeutic mental health includes the services carried out from the time when the patient is admitted to the hospital until the monitoring phase after the patient's discharge. The holistic well-being of the patients is targeted in the field of therapeutic mental health. The rehabilitating mental health field is an area of practice that aims to minimize the symptoms caused by mental disorders, to integrate the patient into the community and to encourage social inclusion (Abay & Çölgeçen, 2018: 2178). In this context, there is a need for community-based current studies are needed the mental health field in Turkey.

## 2. LITERATURE REVIEW

### 2.1. What is Mental Health?

World Health Organization describes health as the state of being completely fine corporally, socially and psychologically.

Mental health includes our emotional, psychological, and social well-being. It affects how we think, feel, and act. It also helps determine how we handle stress, relate to others, and make choices. Mental health is important at every stage of life, from childhood and adolescence through adulthood (<https://www.mentalhealth.gov>).

Preventive mental health services cover following activities;



mental illness pre-vention, determination of risk factors, early diagnosis and treatment of mental disorders, giving social supports to people who affected by mental disorders, offering primary, secondary, tertiary levels of protection at the community level (Attepe-Özden, 2015: 191).

## **2.2. Who is Mental Health Worker?**

The terms of mental health worker has been used for defining psychiatrists, psychologists, counselors, social workers, nurses and occupational therapists who provide mental health services. Mental health professionals' personal values have a critical role in providing efficient services to culturally diverse clients, being social advocates, and promoting social justice.

## **2.3. What is Mental Illness?**

Mental illnesses are disorders that cause mental, emotional and beha-vioral disorders and are characterized by inconsistency, inadequacy, excess or non-conformity at different levels, and constitute harmony and dysfunctions in individuals (Abay & Çölgeçen, 2018: 2178). According to Keyes (2002; 2005), mental health and mental illnesses are separate but related concepts.

## **2.4. Causes of Mental Illness**

*Nowadays, with the effect of globalism, natural traumas such as epidemic, earthquake, flood and tsunami and social traumas such as war, terror, domestic violence, rape, torture and captivity influence individuals and societies directly or indirectly and could cause mental illness.* Every year the prevalence of psychological disorders increases worldwide among the general and working population. Global crises, increasing unemployment rates and changes in the labor market affect workers mental health. Most common psychological problems are depressive disorders, anxiety and adjustment disorders and posttraumatic stress disorder symptoms.

There are many risk factors and triggers, but here are a few examples:

- Genetics
- Environment
- Childhood trauma
- Stressful events
- Negative thoughts
- Unhealthy habits
- Drugs and alcohol
- Brain chemistry, etc. (<https://screening.mhanational.org>).

## **2.5. Treatment of Mental Illnesses**

Treatment of mental illnesses can be achieved by evaluating the biological, psychological and social dimensions of the patients with a biopsychological approach and by providing their well-being (Abay & Çölgeçen, 2018: 2178).

In community mental health, the emphasis is on the treatment of the mentally ill within their communities and within their own.

### **3. The Goal of the Community Mental Health**

The goal of the community mental health centers, which constitute the core of community based mental health service model, is to register the patients who live in a certain geographical region and have serious mental disorder in the center, to observe them regularly and to bring them back to community by providing their rehabilitation and treatment. Increasing number of people who live with mental health problems for many years in the community brings into focus the need for recovery within a coping and mental health promotion perspective. Community mental health centers are centers where patients with heavy mental disorders are provided with not only treatments in order to develop individual functioning, but also psychosocial support services, follow-up and treatment services in their own environment integrated with their primary healthcare services in accordance with the community-based mental health model. In order to provide an efficient mental health care service in a country, first the citizens of that country should be protected in terms of mental health, then the risky groups should be determined, early diagnosis and treatment methods should be provided and to increase the quality of healthy life mental health and rehabilitation services which are composed of education and consultancy steps, should be offered (İçel, Özkan & Aydoğan, 2016: 208).

### **4. CONCLUSION**

Nowadays, it's seen that one-way perspectives have been replaced by a multidisciplinary perspective in the evaluation of mental health disorders. Nowadays, mental health is appropriated as an undeniable part of general health. Mental disorders are very important problem of public health due to higher prevalence rates, disability observations and causing economical losses. According to World Health Organisation mental disorder is consist 12.3% of global burden diseases in the world. In Turkey, field studies indicated that prevalence of disorder related to mental health around 20% Primary care and general practitioners have a privileged site due to first application point of this public health problem. Problems about mental health Services have many different sources but primary care focusing solutions are taken in to account priorly

(Ocaktan, Özdemir & Akdur, 2004: 63). According to the study conducted by Bilge, Mermer, Çam, Çetinkaya, Erdoğan & Üçkuyu (2016), it is seen “the Community Mental Health Services in Turkey are not at targeted levels, however a progress has recently been experienced”. The increase in the studies and more reliable data about these centers can improve the efficiency of these centers (Uz-Gül and at all., 2014: 15).

As Pederson (2002) pointed out, psychology has been moving towards a more multicultural basis. During this transition some mental health professionals are expected to be under the influence of cultural encapsulation. These people are insensitive to cultural variations among individuals and assume their own view is the only right one (Wrenn, 1962, Pederson, 2002; cited in Kağmcı & Denizli, 2018: 22).

Mental health services should offer psychological treatment for problems that could be solved with psychotherapy before starting the medical treatment. Although psychiatric symptoms are common, people with symptoms have difficulty in benefiting from health care. National mental health policy should be of quality that prevents emergence of mental problems, early recognition of patients, treatment, and rehabilitation especially in society (Kurt & Akbaba, 2018: 538). According to the study conducted by Onan (2020) It was determined that patients followed up at the community mental health center had above moderate levels of treatment adherence. Referring patients to community mental health center’s, activating rehabilitation and psychoeducation services which include informing patients about their illness and treatment, and thus supporting patients in terms of getting employed would increase adherence.

## REFERENCES

- 1.Abay, A. R. & Çölgeçen, Y. (2018). Psychiatric social work- duties and responsibilities of social workers in preventive, therapeutic and rehabilitative mental health. *International Journal of Society Researches*, 9(16), 2147-2185.
- 2.Attepe-Özden, S. (2015). The role of social work in preventive mental health services. *Journal of Society and social work*, 26(1), 191-204.
- 3.Bilge, A., Mermer, G., Çam, M.O., Çetinkaya, A., Erdoğan, E. & Üçkuyu, N. (2016). Profile of community mental health centers in Turkey between 2013-2015 years. *Journal of Health Sciences of*

*Kocaeli University*, 2(2), 1-5.

4.Çakmak, C. & Konca, M. (2019). Evaluation of mental health services Efficiency of selected OECD countries. *Journal of Social Sciences of Mus Alparslan University*, 7(2) 51–56.

5.İçel, S., Özkan, B. & Aydoğan, A. (2016: 208). The role of the nurse in community mental health centers. *The Journal of Ankara Medical Faculty*, 16(2), 208-214.

6.Kağnıcı, D. Y. & Denizli, S. (2018). Examining mental health professionals' social justice attitudes in Turkey. *Eurasian Journal of Educational Research*, 75, 19-36.

7.Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior*, 43, 207-222.

8.Keyes, C. L. M. (2005). Mental illness and/or mental health? Investigating axioms of the complete state model of health. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73, 539-548.

9.Kurt, B. & Akbaba, M. (2018). Psychiatric health status and affecting factors of adults in a rural area in Çukurova region. *Sakarya Medical Journal*, 8 (3), 538-550.

10.Ocaktan, M. E., Oya Ö., Akdur, R. (2004). Mental health services in primary care. *Journal of crisis*, 12(2), 63-73.

11.Onan, N. (2020). Examination of medical treatment adherence in patients admitted to a community mental health center. *Journal of Duzce University Health Sciences Institute*, 10(3), 271-278.

12. Uz-Gül, E., Öztürk, C. D., Kılıçaslan Şahin, E. H. , Şahin, Ş.& Şimşek, E. (2014). The evaluation of the schizophrenia patients in Kırıkkale Community Mental Health. *The Journal of Kırıkkale Medical Faculty*, 16(2): 15-19.

**Online links:**

<https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab>.  
(Accessed, 01.04.2021).

<https://www.mentalhealth.gov/basics/what-is-mental-health>,  
(Accessed, 01.04.2021).

<https://screening.mhanational.org/content/what-causes-mental-illness/>(Accessed, 01.04.2021).

*Микола Борцов,  
завідувач сектору інформаційного забезпечення  
Національного бюро з розслідування авіаційних подій  
та інцидентів (НБРЦА)*

*Любов Помиткіна  
доктор психол. наук., професор,  
завідувач кафедри авіаційної психології  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)*

## **АНАЛІЗ ПСИХОЛОГІЧНИХ АСПЕКТІВ ПРОВЕДЕННЯ РОЗСЛІДУВАНЬ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ТА НЕСПРИЯТЛИВИХ УМОВАХ**

Розслідування авіаційних подій потребує певної спеціальної підготовки фахівців. Будь-яке розслідування події має свої загальні фактори ризику, не в останню чергу через фактори, з якими стикаються розслідувачі, працюючи в умовах невизначеності, горя, втоми і тиску відносно визначення причин подій. Комісії з розслідування авіаційних подій можуть також випробувати фактори ризику, які дуже індивідуальні в природі, і які можуть викликати значні небезпеки для комісії з розслідування.

Певною категорією фактора ризику є місце події, де ризику для особистої безпеки і захисту комісії з розслідування можуть бути одночасно складними і екстремальними. Такі місця події дуже різноманітні, а слідчим потрібно бути готовими відправитися в природні несприятливі зони – такі як джунглі, пустеля, гірську місцевість, ізольовані місця, і в умовах сильної спеки з вологістю чи надмірного холоду.

З такими екстремальними умовами розслідувачі зазвичай би не стикалися в їх нормальній повсякденній робочій обстановці. Однак SIA's повинні взяти до уваги той факт, що розслідувачам, можливо, доведеться відправитися в іноземні держави, де фактичне виробниче середовище може істотно відрізнятись від того, з чим вони стикалися в минулому.

Події в міських місцях розташування представляють набір інших факторів ризику для комісій з розслідування. Вони - зазвичай менш екстремальні, але, найчастіше, ставлять складні соціальні та оперативні завдання перед успішним

розслідуванням. Готовність до ризиків, пов'язаних з такими складними і екстремальними умовами, є фундаментальною потребою для забезпечення особистої безпеки і гарантією досягнення мети розслідування.

Спираючись на досвід фахівців з розслідування подій та з метою допомогти комісіям розслідування зрозуміти і керувати ризиками, зумовленими складними і екстремальними умовами, пропонуємо наступні викладення.

Перш за все, дотримання ряду заходів, які не конкретизують певні небезпечні місця розташування, але, застосування яких, допоможе підготовці розслідувачів для виконання їх завдань в усіх несприятливих середовищах. По-друге, заходів, які можуть бути застосовані при розміщенні в особливих місцевостях, з тим, щоб розслідувачі були підготовлені і змогли реагувати на фактори ризику, викликані певними умовами.

Виходячи з досвіду розслідувачів, варто врахувати наступні заходи при підготовці до проведення розслідувань в цих умовах: навчання, медичні / здравоохоронні заходи, аналіз ступеня ризику, планування, процедури, устаткування, допомога фахівця.

При плануванні важких місій вкрай важлива психологічна готовність. Необхідні спеціальні знання і навички забезпечують ефективне виконання завдань. Тренінг по розслідуванню пригод забезпечує деякі основні знання з техніки безпеки, але існує широкий діапазон тем, які могли бути також розглянуті з метою поліпшити навички і рівень компетентності розслідувачів.

Практики визначають важливими для розгляду наступні теми:

1. Навчання в екстремальних умовах - деякі SIA створили навчальні програми з метою дати можливість розслідувачам діяти в екстремальних гарячих або холодних кліматичних умовах. Такі програми є цінним джерелом досвіду для розслідувачів, і сприяють у підтвердженні можливостей комісій з розслідування, зокрема щодо доцільності та використання обладнання та одягу.

2. Фізична і психологічна підготовка – визначення факторів ризику, пов'язаних з дією в конкретних місцях або ситуаціях, встановлення фізичних та психологічних вимог безпеки для членів виїзної команди.

3. Навчання наданню першої допомоги – правильні дії на місці події в разі травмування себе або інших, знати, як

спостерігати і піклуватися про людей в команді, вимоги гігієни / охорони здоров'я, травми / захворювання і лікування в різних екологічних і погодних умовах.

4. Розслідування під впливом різних ситуацій і умов; вміння зібрати і зберегти докази в умовах обмежень, пов'язаних з погодою, часом, місцем розташування, ситуацією тощо.

5. Можливе також навчання для певного місця розташування і ситуації;

1) Спеціальна Комплексна програма Розслідування (Джунгли / Арктика / Гори / Пустеля);

2) Укуси отруйної змії / павука / укуси комах, запобігання і профілактика; інші проблеми в умовах дикої природи;

3) Тропічні хвороби – визначення, реагування, захист;

4) Навчання особливих умов, таких як:

- Навчання по вертольотам – презентація та використання лебідки під час посадки / висадки з вертольота на рівнинній місцевості і під час посадки / висадки з вертольота на схилах;

- Навчання по вертольотам в умовах підводного порятунку  
- потрібно, якщо політ здійснюватиметься над великими площами моря;

- Багаття, приготування / споживання оперативних пайків;

- Установка наметів, гамаків і т.і.

6. Проведення щорічних оглядів навчальних впроваджень, обмін накопиченим досвідом (успішним і негативним), визначення / перегляд рекомендацій з безпеки (наприклад, обладнання, оцінка ступеня ризику), практики використання обладнання.

Навчання може проводитися один раз в якості отримання базових знань, але деякі програми навчання повинні оновлюватися з певною періодичністю. SIA's можуть також виділити пріоритетні програми навчання, щоб в першу чергу забезпечити управління підвищеними ризиками.

Завдання розслідування події можуть накладати великі фізичні та розумові навантаження на розслідувачів та їх супроводжуючих, і особливо ці тиску зростають, коли розслідування проводиться в екстремальних умовах. Дуже важливо, щоб розслідувачі постійно підтримували себе в хорошій фізичній формі і дбали про своє здоров'я, а також оцінювали свою фізичну підготовку для здатності проводити дії в екстремальних і несприятливих умовах. Розслідувачам слід проходити щорічний медичний і фізіологічний огляд для оцінки

їх фізичної підготовки, а також з метою виявлення медичних протипоказань.

Авіаційна медицина володіє хорошими стандартами для проведення медичного огляду, але також до них можуть бути додані деякі тестові фізичні вправи, щоб допомогти в цілому оцінити фізичну підготовку розслідувачів.

До передбачуваного відрядження на місце події можна підготуватися завчасно, упевнившись в деяких фактах і прийнявши до відома наступні рекомендації:

1. Необхідно використовувати максимально широкий діапазон джерел інформації. Проконсультуватися у державних посольствах і уповноважених туристичних представництвах. Отримати поради від SIA's і медичного персоналу, а також, можливо, від колег з регіону події.
2. Необхідно зв'язатися з медиками, що спеціалізуються по тропічним захворюванням, в разі передбачуваного розслідування в тропічному кліматі.
3. Перед від'їздом необхідно підготувати всі належні (профілактичні) медикаменти, щоб максимально забезпечити себе в умовах дикої природи.
4. Необхідно мати аптечку першої медичної допомоги з вмісту, придатними для даного місця розташування.

Переконайтеся в тому, що у Вас проведені своєчасно всі необхідні вакцинації, обов'язкові для даного регіону / країни і вони дійсні на дату перебування.

Також надзвичайно важливим є аналіз ступеня ризику під час поїздок в несприятливі і екстремальні зони. Аналіз ступеня ризику повинен ідентифікувати всі ризики, пов'язані з розміщенням в новому середовищі, і таким чином мінімізувати їх вплив. Аналіз може включати в себе наступне: інформація про подію / інциденті від SIA / ІС (Відповідальні за розслідування на місці події), або, в разі відсутності зв'язку з ІС до від'їзду зі своєї країни, інформація від посольства держави, де стався інцидент. Необхідно визначити наступне:

- I. точне розташування місця події;
- II. погода на території / сезон / видимість;
- III. доступ до місця; доступність огляду, варіанти краху / параметри відновлення;
- IV. доступ до уламків; віддаленість району і відстань до найближчого населеного пункту;
- V. фактична інформація про подію; розташування частин / компонентів повітряного судна;



- VI. тип необхідного обладнання;
- VI. місцеві можливості для очищення і дезінфекції обладнання;
- VIII. можливості розслідування і наявна допомогу від держави місця події.

Врахування усіх вищезазначених пунктів забезпечить точність, вчасність, ефективність та результативність покладеної місії. Таким чином, можна констатувати, що підготовка до здійснення розслідування авіаційної події є неабияким складним завданням, у ході якого необхідно враховувати усі вище перелічені поради задля успішної операції.

**Оксана Романенко**  
*доктор психол. наук, професор*  
*Національна академія внутрішніх справ*  
*м. Київ (Україна)*

## **НАПРЯМИ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ДОПОМОГИ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ПОСТ-ТРАВМИ**

Діяльність в особливих умовах є невід'ємною ознакою людського буття, що має тенденцію до ускладнення у складних і динамічних умовах сьогодення. До таких видів діяльності відносять ліквідацію стихійних катастроф, участь у збройних конфліктах, правоохоронну діяльність тощо. Це вимагає від людини значної психічної та фізичної напруги та може супроводжуватися пост-травматичними стресовими розладами. Нерідко при цьому виникають особистісні зміни, які можуть носити як деструктивний, так і конструктивний характер. Згідно з результатами психологічних досліджень та клінічних спостережень наслідків пост-травми, ці явища містять у собі не лише негативний досвід, але й дозволяють людині набути принципово нових можливостей (О. Бондаренко, Р. Девіс, П. Лушин, Ф. Шапіро, Т. Міллон та ін.).

Пост-травматичні переживання характеризуються такими ознаками: дисоціація основ ідентичності, які склалися раніше; невизначеність умов для подальшого розвитку особистості; обмеження можливостей. Саме невизначеність виступає точкою відліку для визначення процесу особистісних змін. Цей процес має властивості нелінійного, непередбачуваного, незворотного руху. Про це свідчить досвід людей, які пережили душевну травму. Водночас вони зазначають про наявність в цих ситуаціях сильного потоку життєвої енергії [4, с. 8–14].

Характерною ознакою стану людини, що знаходиться в умовах пост-травми, є чисельні спроби захиститися від хворобливих спогадів, які виявляються неефективними. Людина не може забути попереднє стабільне життя та пережиті травмувальні події. Це протиріччя може бути зняте лише в рамках нової ідентичності, що поєднує в собі як тенденцію до стабілізації, так і до саморуйнування. Поширення посттравматичних розладів у сучасних умовах обумовлюють необхідність інтенсифікації пошуку шляхів підвищення якості та доступності психологічної допомоги.

Особистісні зміни в умовах пост-травми характеризуються такими ознаками: по-перше, вони обумовлюються міжсистемним переходом до нової ідентичності; по-друге, цей перехід поєднує як негативні, так і позитивні аспекти (негативні – внаслідок пережитих психологічних травм, що проявляються в невизначеності, позитивні – виникнення принципово нових можливостей, що часто мають соціальне значення) [2].

У процесі визначення напрямів психологічної допомоги психолог застосовує інтегративні робочі моделі. Вони визначають характер інтервенцій, тривалість курсу психологічної допомоги, часовий діапазон біографії клієнта, що виноситься на обговорення, вибір методів, характер взаємодії та бажаний результат. Таким чином, психолог розглядає ситуацію клієнта та картину його поведінки через своєрідну призму, що створена принципами теорії і практики самого терапевта. Це обумовлює певний спосіб сприймання психологом проблеми клієнта та визначає стратегії й тактики психотерапевтичного впливу. Переваги різних психотерапевтичних підходів дозволяють розробити інтегративну модель психологічної допомоги в умовах пост-травми.

Питання про застосування різних психотерапевтичних методів у структурі інтегративної моделі має вирішуватися психотерапевтом після надання клієнту первинної психологічної допомоги. Особливий метод психологічної допомоги в умовах пост-травми отримав назву кризової інтервенції, яка характеризується такими ознаками: сприяння вираженню сильних емоцій; зменшення негативних почуттів завдяки процесу повторення; відкриття доступу до дослідження гострих проблем; формування розуміння актуальних проблем для підтримки клієнта; створення фундаменту для прийняття людьми пережитого досвіду [3, с 98–103].

Кризова інтервенція завжди центрована на проблемі,

актуальній ситуації, а не на особистості, оскільки на цьому етапі у людини нема сил з нею впоратися. Психотерапевту слід ідентифікувати невіршені «історичні» проблеми, які залучені в кризову ситуацію, а потім сконцентруватися на актуальній проблемі. При цьому навички активного слухання дозволяють зменшити хаос та сприяти відновленню контролю. Кризова інтервенція спрямована на те, щоб зробити можливою подальше опрацювання проблеми, а не терміново її вирішити.

На першій стадії роботи здійснюється збір інформації та вирішуються такі завдання:

- 1) Допомога клієнту в ідентифікації почуттів та поєднанні їх зі змістом ситуації. Це дозволяє знизити емоційну напругу та дає можливість визначення кризи через окремі події та проблеми.

- 2) Максимально повне дослідження проблеми разом із клієнтом.

- 3) Ідентифікація події, що викликала пост-травму, та відокремлення «історичних» проблем від актуальної ситуації.

На другій стадії роботи здійснюється формулювання та переформулювання проблеми та вирішуються такі завдання:

- 1) Визначення «вузлових» аспектів проблеми, можливий її розподіл на більш мілкі проблеми, які її складають.

- 2) З'ясування того, що клієнт вже здійснював для опрацювання пост-травми. Повторення неефективних способів вирішення проблеми може її підтримувати. Відокремлення проблеми від неефективних способів її вирішення дає змогу поглянути на неї з іншого боку.

- 3) Визначення ресурсів для опрацювання проблеми. Для цього слід з'ясувати, що допомагало клієнту раніше вирішувати складні ситуації.

На третій стадії висувуються гіпотези щодо альтернатив вирішення проблеми, що здійснюється в такій послідовності:

- 1) З'ясування причини кризи та відмова від спроб вирішення проблеми, якщо клієнт намагається контролювати події, які йому не підвладні, або намагається прийняти певне рішення, що сприятиме поглибленню кризи.

- 2) Визначення того, що реально можна зробити для поліпшення ситуації з опорою на минулий досвід.

- 3) Виявлення хибних способів контролю та попередження передчасних рішень.

У процесі опрацювання кожної зі стадій кризової інтервенції відкриваються можливості для застосування

інтегративного підходу. Так, при відокремленні «історичних» проблем від актуальної ситуації можливо застосування інтерпретаційних психоаналітичних технік. Визначення «вузлових» аспектів проблеми та її переформулювання може здійснюватися з опорою на систему переконань клієнта, виявлення раціональних та ірраціональних компонентів цієї системи на основі методів когнітивної психотерапії. Аналіз засобів опрацювання пост-травми клієнтом дозволяє уникнути повторення неефективних способів вирішення з використанням методів поведінкової психотерапії. Усвідомлення конструктивної значущості кризової події, встановлення зв'язку пост-травми з екзистенціальними проблемами доцільно проводити з позицій гуманістичної психотерапії.

Завдання психотерапевтичного впливу фокусуються на трьох складових самосвідомості: саморозумінні (когнітивний аспект), самоставленні (емоційний аспект) і саморегуляції (поведінковий аспект), що дозволяє визначити загальну мету психотерапії як розширення сфери самосвідомості пацієнта. Доведено, що найбільший внесок у результати психотерапії мають особистісні якості клієнта, зокрема, мотивація до змін, на другому місці знаходяться особистісні якості психотерапевта, лише на третьому – використання певних психотерапевтичних методів [1].

Цілі й завдання психотерапії як методу, орієнтованого на особистісні зміни, достатньою мірою відрізняються залежно від теоретичних уявлень про особистість і природу її порушень. Водночас опора на загальні фактори психотерапевтичного впливу істотно об'єднує позиції різних психотерапевтичних підходів. Ці фактори притаманні різним формам і методам психотерапії та визначаються як механізми, завдяки яким можна досягти бажаних змін у мисленні та поведінці клієнтів.

Реалізація комплексного підходу до психологічного супроводу особистості в умовах пост-травми передбачає вирішення таких завдань: просвітницьких, що сприяє усвідомленню клієнтами своїх проблем; психопрофілактичних, націлених на формування здорового способу життя та створення умов для ефективною реабілітації; соціальних (сімейна і групова терапія, підтримка з боку громадських організацій; психотерапевтичних (лікування неврозів, фобій, психосоматичних розладів тощо). Серед сучасних психотерапевтичних методів, які визнаються найбільш ефективними для подолання пост-травматичного синдрому є

метод EMDR Ф. Шапіро, метод візуально-кінестетичної дисоціації Ф. Джербода, метод редукції травматичного інциденту, терапія уявного поля (ТМП), психологічний дебрифінг та ін.

Оцінка ефективності психологічної допомоги здійснюється на основі аналізу обсягу та якості тих змін, що відбулися з клієнтом як у ході терапевтичної комунікації, так і в реальному житті. Важливим є врахування взаємодії когнітивних, емоційних і поведінкових механізмів особистісного зростання клієнта у процесі опрацювання пост-травми.

В умовах пост-травми психолог відмовляється від опори на поняття узагальненої особистісної норми, а намагається з'ясувати для себе особливості загальних закономірностей та індивідуальних проявів у поведінці клієнта, орієнтуватися на його особисті досягнення. Це передбачає створення умов для прояву природних рушійних сил особистісного зростання, провідними з яких виступають система відношень особистості та діяльність.

Інтегративний підхід у психотерапії дозволяє розробити глобальну модель переструктурування особистості в умовах пост-травми, яка ґрунтується на таких видах особистісних змін:

1. Зміни особистості у процесі міжособистісних взаємин, провідним чинником яких є здатність до соціальної емпатії. Це положення застосовується майже у всіх техніках поведінкової психотерапії, індивідуальній психології А. Адлера, гештальт-терапії.

2. Зміни особистості на основі взаємодії. Психотерапевтичні засоби дозволяють перевірити ефективність старих форм взаємодії та набуті й апробувати нові, які є більш адаптивними. Ці поведінкові техніки застосовуються в поєднанні з методами когнітивної та раціонально-емотивної терапії.

3. Зміни особистості в результаті подолання криз розвитку, протягом яких з'являються новоутворення. Ця модель застосовується в психоаналітичних концепціях, зокрема при розгляді таких понять, як конфронтація, регресія, систематична інтерпретація повсякденного оточення тощо. У когнітивній психотерапії вона лежить в основі зміни переконань, що дозволяє переоцінити наявні ірраціональні когніції та сформувати нові, більш ефективні.

4. Зміни особистості в процесі навчіння, що лежить у основі поведінкової психотерапії. Водночас різноманітні види

процесів навчіння визнаються майже всіма психотерапевтичними підходами.

5. Модель особистісних змін на основі соматопсихічної взаємодії, що застосовується в тілесно-орієнтованій психотерапії. Вивчається зв'язок особистісних змін з усвідомленням тілесних можливостей або в результаті подолання тяжкого захворювання.

Психологічна допомога особистості в умовах пост-травми націлена на зміну ставлення до невизначеності, сприймання кризових ситуацій як перехідних до нового життєвого етапу. Це допомагає клієнту розширити спектр власних ресурсів. Погляд у минуле дозволяє розглянути власне життя як ресурс для побудови нового майбутнього. Психолог може допомогти клієнтові не лише вибрати кілька варіантів майбутнього, але й зробити акцент на теперішньому. Такий підхід дозволяє працювати не з проблемою на самій вершині її розвитку, а з ситуацією її передвирішення, коли клієнт досягає того оптимального стану, в якому готовий змінити своє життя на краще. Важливим є врахування взаємодії когнітивних, емоційних і поведінкових механізмів особистісного зростання клієнтів у процесі опрацювання пост-травми.

### Література

1. Александров А. А. Психотерапия: [учеб. пособие] / А.А. Александров. – СПб. : Питер, 2004. – 480 с.
2. Лушин П. В. О психологии человека в переходный период: Как выживать, когда все рушится? / П. В. Лушин. – К. : Наук. світ, 2007. – 205 с.
3. Мастерство психологического консультирования / [под. ред. А. А. Бадхена, А. М. Родиной]. – СПб. : Речь, 2006. – 240 с.
4. Пушкарев А. Л. Посттравматическое стрессовое расстройство. / А. Л. Пушкарев, В.А. Доморацкий, Е. Г.Гордеева М.: Эксмо, 2000. – 239 с.

**Олександр Колесніченко**

*доктор психол. наук, старший науковий співробітник  
Національна академія Національної гвардії України  
м. Харків (Україна)*

**Яніна Мацегора**

*канд. психол. наук, старший науковий співробітник  
Національна академія Національної гвардії України  
м. Харків (Україна)*

## **ВИЗНАЧЕННЯ ВНЕСКУ ОКРЕМИХ МОТИВІВ У ЕФЕКТИВНІСТЬ СЛУЖБОВО-БОЙОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ГВАРДІЇ УКРАЇНИ**

До початку бойових дій на сході України діяльність військовослужбовців НГУ цілком була зосереджена на виконанні правоохоронних функцій. Тому, здійснюючи рекрутинг, професію військовослужбовця НГУ позиціонували, як один із видів праці в правоохоронних органах, не роблячи особливого акценту на військовій організації служби в НГУ. Відповідно, в рамках професійного психологічного відбору на службу в НГУ для оцінки мотивації використовували ті самі методики, що й в цілому по Міністерству внутрішніх справ, до якого належить НГУ. Проте, з початком бойових дій стало очевидно, що існуюча система оцінки мотивації кандидатів на військову службу до НГУ не задовольняє вимогам до професії – значно зменшилась кількість бажаючих укласти чи продовжити контракт на військову службу, істотно збільшилась текучість кадрів, кількість порушень дисципліни, в тому числі зловживання алкоголем, самовільне покидання частини, не виконання наказів, інші порушення дисципліни, які так чи інакше пов'язані із невідповідністю мотивації військовослужбовців вимогам професії. Стало актуальним питання визначення адекватної мотивації професійної діяльності для військовослужбовців НГУ, підбору чи розробки нових психодіагностичних методик для її оцінки.

Для визначення внеску окремих мотивів в ефективність військовослужбовців було використано процедуру регресійного аналізу, яка дозволила укласти рівняння регресії. При проведенні регресійного аналізу у якості залежної змінної було використано «Загальний показник ефективності СБД»; незалежних змінних – показники за шкалами «Закритої анкета

вивчення мотивації професійного вибору абітурієнтів ВНЗ МВС» (Д. Кобзін, А. Москаленко) (2-9 змінні), «Методики визначення мотиваційного профілю особистості» (Ш. Річі, П. Мартін) (10-21 змінні) та «Опитувальника для визначення джерел мотивації» (Д. Барбуто, Р. Сколл) (22-26 змінні): ефективність – «Загальний показник ефективності СБД»; М1 – «Мотиви, пов'язані з об'єктивними соціально заданими цілями і змістом професії»; М2 – «Мотиви, пов'язані з особистісним розвитком і професійним удосконаленням»; М3 – «Самостійний вибір професії»; М4 – «Несамостійний вибір професії»; М5 – «Мотиви, пов'язані із зовнішнім престижем професії і матеріальним благополуччям»; М6 – „Мотиви, пов'язані із романтичною привабливістю професії»; М7 – «Мотиви, пов'язані із прагненням компенсувати характерологічні недоліки»; М8 – «Асоціальні мотиви (відношення до професії як до засобу задоволення особистих асоціальних потреб»); М9 – «Потреба у високій зарплатні і матеріальній винагороді»; М10 – «Потреба в добрих умовах праці і комфортному оточенні»; М11 – «Потреба у чіткому структуруванні роботи та зворотному зв'язку»; М12 – «Потреба в соціальних контактах»; М13 – «Потреба формувати та підтримувати довгострокові стабільні взаємини»; М14 – «Потреба в завоюванні визнання з боку інших людей»; М15 – «Потреба ставити для себе сміливі, складні цілі і досягати їх»; М16 – «Потреба у впливовості і владі, прагнення керувати іншими»; М17 – «Потреба у різноманітті, перервах і стимуляції, прагнення уникати рутини»; М18 – «Потреба бути креативним, думаючим працівником, відкритим для нових ідей»; М19 – «Потреба в самовдосконаленні, зростанні й розвитку як особистість»; М20 – «Потреба в цікавій, суспільно корисній праці»; М21 – «Внутрішні процеси»; М22 – «Інструментальна мотивація»; М23 – «Зовнішня концепція Я»; М24 – «Внутрішня концепція Я»; М25 – «Інтерналізація мети».

Так, у високоефективних військовослужбовців рівняння регресії має наступний вигляд (1):

$$\text{Ефективність} = 8,351 + 0,200 \text{ «М5»} + 0,083 \text{ «М12»} + 0,086 \text{ «М15»} + 0,082 \text{ «М17»} + 0,411 \text{ «М23»} + 0,832 \quad (1)$$

8,351 – константа, М5 – Мотиви, пов'язані із зовнішнім престижем професії і матеріальним благополуччям; М12 – Потреба в соціальних контактах; М15 – Потреба ставити для себе сміливі, складні цілі і досягати їх; М17 – Потреба у різноманітті, перервах і стимуляції, прагнення уникати рутини; М23 – Зовнішня концепція Я; 0,832 – помилка вимірювання.



Одразу зазначимо, що всі мотиви, які увійшли до рівняння регресії позитивно впливають на ефективність військовослужбовців третьої групи, проте, ці мотиви це лише мала частина (близько чверті умов, чи 0,268) того, що визначає їх ефективність. Найбільший вплив на ефективність чинить «Зовнішня концепція Я» (0,411) та «Мотиви, пов'язані із зовнішнім престижем професії і матеріальним благополуччям» (0,200). Інші три мотиви, що увійшли до рівняння мають приблизно однакові коефіцієнти – «Потреба ставити для себе сміливі, складні цілі і досягати їх» (0,086), «Потреба в соціальних контактах» (0,083), «Потреба у різноманітті, перервах і стимуляції, прагнення уникати рутини» (0,082). Як бачимо, на ефективність високоефективної групи військовослужбовців впливає дві групи мотивів: перша, пов'язана із збільшенням їх орієнтації на престиж (суспільну оцінку суспільної значущості діяльності) та зовнішні вимоги до діяльності, яку доцільно позначити, як збільшення орієнтації на вимоги громадянського суспільства до діяльності правоохоронця. Друга, пов'язана із потребою у різноманітненні професійної діяльності, певне, для підтримання високої зацікавленості, процесом праці, «тонусу» праці. Зазначимо, що обидва ці моменти – вихід за межі суто індивідуального та зацікавленість процесом праці – є важливими засобами боротьби із стагнацією, професійним вигоранням.

У низькоефективній групі військовослужбовців рівняння регресії має зовсім інший вигляд (2):

$$\begin{aligned} \text{Ефективність} = & 22,693 + 0,346 \text{ «M2»} - 0,254 \text{ «M9»} - 0,307 \\ & \text{«M10»} + 0,352 \text{ «M11»} + 0,014 \text{ «M13»} - 0,179 \text{ «M14»} - 0,116 \\ & \text{«M15»} + 0,012 \text{ «M16»} - 2,768 \text{ «M22»} + 2,305 \text{ «M23»} - 0,136 \\ & \text{«M24»} + 1,038 \text{ «M25»} + 0,00, \text{ де} \end{aligned} \quad (2)$$

22,693 – константа, M2 – «Мотиви, пов'язані з особистісним розвитком і професійним удосконаленням»; M9 – «Потреба у високій зарплатні і матеріальній винагороді»; M10 – «Потреба в добрих умовах праці і комфортному оточенні»; M11 – «Потреба у чіткому структуруванні роботи та зворотному зв'язку»; M13 – «Потреба формувати та підтримувати довгострокові стабільні взаємини»; M14 – «Потреба в завоюванні визнання з боку інших людей»; M15 – «Потреба ставити для себе сміливі, складні цілі і досягати їх»; M16 – «Потреба у впливовості і владі, прагнення керувати іншими»; M22 – «Інструментальна мотивація»; M23 – «Зовнішня концепція Я»; M24 – «Внутрішня концепція Я»; M25 –

«Інтерналізація мети», 0,00 – помилка вимірювання.

Одразу відзначимо, що згідно рівнянню, ряд мотивів у військовослужбовців цієї групи чинять негативний вплив на ефективність їх діяльності. Серед них, особливо виділяються (за коефіцієнтом) такі мотиви, як «Інструментальна мотивація» (-2,768) та «Внутрішня концепція Я» (-2,305), які передбачають знецінення, втрачання професією військовослужбовця самостійної цінності, сприяння її лише, як засобу для отримання задоволеності. Другу (за показниками коефіцієнтів) групу мотивів, які чинять негативний вплив на ефективність діяльності військовослужбовців четвертої групи, утворюють такі мотиви, як «Потреба в добрих умовах праці і комфортному оточенні» (-0,307) та «Потреба у високій зарплатні і матеріальній винагороді» (-0,254), які ще більше підкреслюють «споживче» ставлення до професії. До третьої групи мотивів з негативним впливом на ефективність, які мають найменші коефіцієнти, належать такі мотиви, як «Потреба в завоюванні визнання з боку інших людей» (-0,179) та «Потреба ставити для себе сміливі, складні цілі і досягати їх» (-0,116). Стимуляція цих мотивів ще більше посилить залежність цих військовослужбовців, їх орієнтацію на пошук емоцій (емоційних гоїдалок).

Серед мотивів, які позитивно впливають на ефективність професійної діяльності у військовослужбовців четвертої групи також умовно можна виділити три групи. Перша – «Зовнішня концепція Я» (2,305) та «Інтерналізація мети» (1,038). Мотиви цієї групи прагнуть змістити орієнтацію цих військовослужбовців із вузько індивідуальних на групові потреби, вимагають їх більшої професійної соціалізації, інтеріоризації цінностей професійної групи. До другої групи належать такі мотиви, як «Мотиви, пов'язані з особистісним розвитком і професійним удосконаленням» (0,346) та «Потреба у чіткому структуруванні роботи та зворотному зв'язку» (0,352) ці мотиви підкреслюють необхідність орієнтації на думку більш досвідчених товаришів по службі при освоєнні професії, набуття професійних якостей. Третя група мотивів, спрямована на підвищення статусу цих військовослужбовців в військовому колективі. До неї увійшли такі мотиви, як «Потреба формувати та підтримувати довгострокові стабільні взаємини» (0,014) та «Потреба у впливовості і владі, прагнення керувати іншими» (0,012).

Таким чином, більше залучення низькоефективних військовослужбовців у життя військового колективу, їх більш

інтенсивна професіоналізація, формування професійних якостей і підвищення професійного статусу мають покращити ефективність цих військовослужбовців. У той час, як посилення мотивації знецінення професії військовослужбовця НГУ, інструментально-споживче ставлення до неї, посилення залежних рис особистості та посилення орієнтації на внутрішнє насичене емоційне життя (а не на зовнішню, суспільно корисну активність) здатні ще більше знизити ефективність цих військовослужбовців.

*Олена Хохліна*

*доктор психол. наук, професор,  
професор кафедри авіаційної психології  
Національний авіаційний університет  
Київ (Україна)*

### **ЗМІСТ СКЛАДОВИХ ОСОБИСТОСТІ ЯК КОНЦЕПТУАЛЬНА ОСНОВА ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ СТАНОВЛЕННЯ ПРОФЕСІОНАЛА**

Досягнення найвищого рівня розвитку людини як особистості уможливується лише у процесі її активності, зокрема при здійсненні ефективної діяльності; в ній вона може максимально самореалізуватися та розкрити свої здібності, знайти смисл життя та стати ним задоволеною. Зазначене обумовлює актуальність досліджень з проблеми становлення особистості фахівця у професійній діяльності. Такі дослідження проводяться щонайперше в аспекті особистісного підходу, відповідно до якого кожне психічне явище, що проявляється в діяльності, а відповідно й сама ця діяльність та її елементи, має розглядатись, вивчатись, розвиватись з урахуванням його особистісної зумовленості. Концептуальною ж основою особистісного підходу, виходячи з праць С.Л.Рубінштейна, Н.С.Лейтеса, К.К.Платонова, І.Д.Беха, В.В.Рибалки, Б.О.Федоришина та ін., має бути уявлення про особистість як цілісне утворення, що має певну психологічну структуру[4 та ін.].

Особистість розглядаємо як соціально-психологічну сутність людини, яка формується в результаті засвоєння нею суспільного досвіду людства (соціалізації) та становлення самосвідомості (індивідуалізації); як саморегульоване системне утворення, що складається з соціально значущих психічних властивостей, які забезпечують вибірковість відношень та

регуляцію поведінки людини як поведінки суб'єкта активності[5]. Як свідчить проведений нами аналіз літературних джерел з проблеми структури особистості[6], найживанішою у сучасній вітчизняній психології залишається одновимірна структура О.Г.Ковальова, у якій виокремлюються самосвідомість, спрямованість, здібності, характер, темперамент [1,2]. Водночас виявлено, що трактування суті зазначених складових особистості, в результаті розвитку психологічної думки, накопичення та узагальнення психологічних знань з цього питання впродовж останніх років, стало більш повним та змістовним. Наведемо найсуттєвіші узагальнені теоретичні дані щодо змісту структурних компонентів особистості.

Самосвідомість. Механізмом саморозвитку особи, як стрижня її особистісного становлення, є здатність до самопланування, саморегуляції та самоорганізації (О.О.Бодальов). Це ж можливе на основі виникнення самосвідомості, завдяки якій починається самодетермінація особистісного становлення - особа сама починає організовувати власне життя, розвиток; вона стає здатною «дати собі раду» у плані актуальних, найближчих потенційних дій, дій на життєву перспективу (Б.Ф.Ломов) [4,5 та ін.].

Самосвідомість розглядається як вищий рівень свідомості, але якщо свідомість зорієнтована на відображення всього оточуючого світу, то самосвідомість – самого себе. Самосвідомість визначається як усвідомлення себе як усталеної, визначеної одиниці, яка зберігається незалежно від змінних умов - усвідомлюється своя ідентичність. Це явище осягається, вивчається та формується відповідно до когнітивного (знання про себе), емоційного (ставлення до себе) та оцінно-вольового (контроль та регуляція власної активності); суть самосвідомості розкривається також через поняття рефлексії, «Я-концепції» (як відносно сталої, досить усвідомлюваної, супроводжуваної переживаннями неповторності система уявлень про себе, на основі якої людина будує свої взаємодії з іншими людьми і ставиться до себе) та самооцінки.

Стрижнем самосвідомості є самооцінка особистості. Самооцінка визначається як оцінка себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей; вона позначається на рівні домагань людини - рівні тих завдань, до виконання яких людина вважає себе здатною. Саме рівень домагань покладається в основу визначення самоповаги (І.Джеймс). Самооцінка ж може бути глобальною чи частковою; адекватною чи неадекватною,

тобто правильною чи неправильною відносно реальних можливостей людини. Адекватна самооцінка відповідає можливостям людини і може бути високою, середньою та низькою. Адекватну самооцінку мають люди, про яких говорять: «вони впевнені в собі і щасливі на своєму рівні домагань» [2,3].

Спрямованість особистості - це система спонукань, що визначає вибірковість відношень та активності людини; вона показує чому людина так чи інакше ставиться та діє. Центральним утворенням, суттю спрямованості є мотиваційна сфера, а в її основі лежать потреби. Саме вони визначають всі спонукання, які поділяються на усвідомлені та неусвідомлені. На змістову сторону всієї спрямованості (як і особистості загалом) впливає така її складова, як ціннісні орієнтації. До усвідомлених спонукань (власне мотивів) відносяться життєві цілі, життєві плани, інтереси, ідеали, світогляд, переконання, а також самооцінка; до неусвідомлених - потяг, бажання, установка [1,2,3 та ін.].

Здібності розглядаються як ансамбль властивостей, які забезпечують відносну легкість та високу якість оволодіння певною діяльністю та її виконання; вони, за С.Л.Рубінштейном, складаються із злагодженої та відпрацьованої сукупності способів дій, за допомогою яких здійснюється діяльність, та якостей психічних процесів, за допомогою яких ці процеси здійснюються та регулюються. Ядром є остання складова. Здібності поділяються на загальні (здібність до багатьох видів діяльності; за С.Л.Рубінштейном – обдарованість) та спеціальні (здібності до конкретних видів діяльності - математичні, музичні, педагогічні, образотворчі, конструктивно-технічні та ін.). По мірі розвитку, в результаті виконання та засвоєння різних видів діяльності відбувається спеціалізація загальних здібностей, і навпаки - становлення спеціальних здібностей позначається на розвитку загальних. Спеціальні здібності пов'язані і генетично, і структурно з загальними здібностями, а загальні проявляються і розвиваються в спеціальних. Однак взаємозв'язок між загальними та спеціальними здібностями різний: чим більшу роль в тій чи іншій спеціальній здібності відіграють спеціальні задатки та спеціальна техніка, тим меншою буде відповідність і більшою диспропорція між загальними та спеціальними здібностями. Чим менше специфічно технічний характер носить спеціальна здібність, тим більше її відповідність, зв'язок із загальними здібностями (С.Л.Рубінштейн).

Суть здібностей розкривається через поняття «задатки», «нахили», «власне здібності», «обдарованість», «геніальність» та їх співвідношення. Розуміння суті здібностей торкається й питання співвідношення здібностей, з одного боку, та знань, умінь і навичок (як складових досвіду), з іншого. Розвиток здібностей у психології розглядається як власне психічний розвиток; засвоєння знань, умінь й навичок - як ефекти педагогічного впливу, як умову розвитку здібностей. Успішність засвоєння знань, умінь і навичок передбачає наявність здібностей, а формування здібностей передбачає опанування пов'язаних з ними знань, умінь, навичок [1,2,3 та ін.].

Характер визначається як психічна властивість особистості, що складається з сукупності відносно сталих її рис, у яких відображається ставлення до навколишнього світу та які визначають стиль її поведінки з людьми в типових умовах. Характер, на думку Г.Олпорта, є поняттям етичним та оцінюється за моральним стандартом чи системою цінностей. Саме він визначає найбільшою мірою те, якою є людина; він – як би каркас, відбиток особистості (як відбиток пальця). Знати характер людини – значить знати її риси – властивості, які визначають поведінку у типових умовах, є суттєвими і відносно стійкими. Сукупність рис забезпечує стабільність, передбачуваність поведінки людини, можливість її впізнати. Виокремлюються риси, пов'язані з психічними процесами (вольові, емоційні, інтелектуальні) та моральні; пов'язані зі ставленням до навколишнього світу, діяльності, інших людей, до себе, речей. Відмічаються й такі, що пов'язані з діяльністю - мотиваційні та інструментальні. Важливим при характеристиці особистості є виявлення конгруентності наявних у неї рис. У плані типології характеру розглядаються її акцентуації - крайні варіанти норми, коли окремі риси характеру занадто посилені, у зв'язку з чим виявляється вибіркова вразливість щодо певних психологічних впливів при підвищеній стійкості до інших (О.Є.Личко, К.Леонгард) (там само).

Темперамент - психічна (але найбільшою мірою біологічно обумовлена) властивість особистості, яка характеризується динамікою протікання психічної діяльності (за параметрами інтенсивності, швидкості, темпу, ритму та ін.), тобто характеризує її з точки зору динамічної своєрідності і накладає відбиток на протікання всіх сторін психічного життя. Він найбільшою мірою позначається на емоційному житті, у руховій сфері людини, її діяльності, поведінці в цілому. На

змістову сторону особистості темперамент не впливає. В основі темпераменту лежать особливості нервової системи, які визначаються співвідношенням та характеристиками процесів збудження та гальмування [1,2,3 та ін.].

Отже, необхідною концептуальною основою забезпечення становлення професіонала в контексті особистісного підходу має слугувати уявлення про суть особистості, її структуру та психологічний зміст її складових.

### Література

1.Ковалев А.Г. Психологическая структура личности / Ковалев А.Г. // Общая психология / Под ред. В.В.Богословского. – М.: Просвещение, 1981. – С.70-73.

2.Ковалев А.Г. Психология личности / Ковалев А.Г. – М.: Просвещение, 1970. – 391 с.

3.Хохліна О.П. Загальна психологія /Хохліна О.П.// Загальна психологія. Соціальна психологія. Захист бакалаврської роботи: Методичні рекомендації з підготовки до державної атестації. / О.П.Хохліна, С.Л.Горбенко. – К.: НАВС, 2014. – С.6-71.

4.Хохліна О.П. Методологічні й теоретичні основи психології: Навчальний посібник / Хохліна Олена Петрівна – К.: Нац. акад. внутр. справ, 2014. – 232 с.

5.Хохліна О.П. Проблема змісту особистості як базової категорії психології / Хохліна О.П. // Актуальні проблеми психології: Зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Том XIV: Методологія і теорія психології. Вип. 2. – Київ-Ніжин: Видавець «ПП Лисенко М.М.», 2019. – С.388-397.

6.Хохліна О.П. Проблема структури особистості у психології / Хохліна О.П. // Юридична психологія. – 2016. – №2. – С.20-31.

7. Луцький М.Г., Сидоров М.О. Онтологія безпеки авіації / Монографія. – К.: НАУ, 2011. – 408 с.

*Олена Кривошишина*  
*доктор психол. наук, професор,*  
*професор кафедри практичної психології та педагогіки*  
*Львівський державний університет безпеки життєдіяльності*  
*Львів (Україна)*

## **ОСОБИСТІСНИЙ ДОСВІД ЯК ПРЕДИКТОР ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВИХ ПЕРСПЕКТИВ СТУДЕНТІВ**

У просторі динамічних змін сучасного світу складні умови суспільного життя вимагають від особистості вміння орієнтуватися в часовому векторі власного життя, адекватно сприймати теперішнє, передбачати можливі події, ставити цілі та обирати шляхи їх досягнення. У зв'язку з цим проблема розуміння особистісного досвіду як предиктора побудови узгодженої реалістичної життєвої перспективи є актуальною.

Сучасні дослідники аналізують унікальний життєвий досвід особистості з опорою на напрацювання представників наративного підходу, сутність якого полягає у спробі оцінити конструктивність змісту оповідної форми в контексті осмислення людиною самої себе і власного життя (М. Вайт, Д. Епстон, Дж. Брунер, В. Лабов, Дж. Валецький, Н. В. Чепелева, М. М. Бахтін, В. Пропп). Наратив дає можливість наблизитись до особистості та різних аспектів її досвіду і виявити, ті моменти життя, що стають подіями і в майбутньому будуть складовими його структури.

Н. В. Чепелева виокремлює два рівні досвіду: особистий та особистісний. Частина життєвих ситуацій автоматично потрапляє до життєвого досвіду людини, не проходячи етап структурування та усвідомлення – це особистий рівень досвіду. Особистий досвід людини формується її життєвими ситуаціями, характером поведінки людини в них, особливостями взаємодії з іншими людьми і присвоюється людиною «автоматично», без переробки й осмислення. Якщо ж цей досвід якимось способом структурується, осмислюється та інтерпретується, він стає особистісним та відслідковується в особистісних концепціях, міфах, сценаріях та інших когнітивних структурах. Особистий досвід може бути як зовнішнім, так і внутрішнім. Особистісний досвід завжди є внутрішнім. Однак обидва виокремлені типи досвіду можуть діяти на свідомому і несвідомому рівнях [2].

Сутність та зміст категорії життєва перспектива традиційно визначають як сукупність уявлень людини про



власне майбутнє, упорядкованих щодо часової осі. За думкою більшості авторів життєва перспектива – це цілісна картина майбутнього, що включає низку можливих (планованих і очікуваних) подій, які перебувають у багатосторонньому, часом неоднозначному взаємозв'язку один з одним. Є. І. Головаха життєву перспективу розглядає як цілісну картину майбутнього в складному та суперечливому взаємозв'язку прогнаних та очікуваних подій, з якими людина пов'язує соціальну цінність та індивідуальний смисл свого життя [1].

З метою здійснення емпіричного дослідження впливу особистісного досвіду на формування життєвої перспективи студентів нами висунута робоча гіпотеза: компоненти структури особистісного досвіду корелюють з компонентами життєвої перспективи особистості через механізми усвідомлення та інтерпретації. Загальна вибірка дослідження: 48 респондентів – студенти ЛДУБЖД.

За результатами якісного та кількісного аналізу описаних респондентами значущих подій минулого, теперішнього та майбутнього виокремлено наступні ознаки: опис події за нормативним принципом (соціальною ознакою) чи за особистісним; особистісні смисли події описуються чи не описуються. Отримані дані, дозволяють зробити висновки про те, що описуючи власний життєвий досвід, більшість респондентів (60%) використовують особистісний принцип, тобто у виборі подій вони керуються власними уявленнями про значущість цих подій у власному житті; 40% респондентів описують свій досвід через соціально значущі події. У той же час, у перспективі власного майбутнього: 52% респондентів обирають соціально значущі події; 48% – демонструють особистісний принцип вибору подій.

За результатами відсоткового аналізу (методика «Шкала задоволеності життям») визначено рівні задоволеності життям респондентів загальної вибірки: 41% респондентів мають високий рівень задоволеності життям, 36% – середній рівень, 23% – низький рівень задоволеності життям. Встановлено, що найбільша задоволеність власним життям проявляється відносно особистісного майбутнього, тобто подій, які плануються чи передбачаються у перспективі власного життя (90%). Достатній ступінь незадоволеності виявлено стосовно власного сьогодення – так, майже 17% респондентів незадоволені власним теперішнім. У відношенні до власного минулого найчастіше учасники дослідження обирали відповідь «скоріше задоволений» (62%).

Часову спрямованість респондентів досліджено за допомогою методики «Часові децентрації» Є.І. Головахи та О.О. Кроніка. Часові децентрації вказують найбільш характерні, типові для людини орієнтації на минуле, теперішнє або майбутній час. Серед загальної вибірки респондентів переважає орієнтація на теперішнє— 39%, тобто фіксація в сьогоденні життя тільки тут і тепер, у цьому моменті; фіксація на майбутньому – 36%; фіксація на минулому – 25%. Встановлено, що показники часової перспективи збалансовані, з переважанням орієнтації на теперішній час та майбутнє.

За результатами методики «Смисложиттєві орієнтації» (Д.О.Леонтьєв) респонденти продемонстрували такі показники: 21% – орієнтовані на цілі в житті, тобто орієнтація на майбутнє; 22% – на життєвий процес, тобто орієнтація на «тут і тепер»; 19% – на життєвий результат; 16% – на локус контролю – «Я», що може бути пов'язано з тим, що респонденти на момент опитування займали активну позицію щодо власного життя; 22% – на локус контролю – життя, тобто впевненість, що людина може контролювати своє життя. Аналіз смисложиттєвих орієнтацій дає підстави зробити висновок, що для респондентів характерним є усвідомлення власного життя, як контрольованого та керованого. За результатами аналізу значущих подій (Шкала життєвих подій Холмса та Рейха) встановлено, що високий індекс (більше 300 балів) виявлено у 5% респондентів загальної вибірки; індекс вище середнього (200 -300 балів) у 35%; помірний індекс ( 150-200) у 45 %, низький індекс (до 150 балів) у 15% респондентів. Відповідно до отриманих результатів індексу життєвих подій визначено, що у 85% респондентів критичний рівень впливу стресових чинників, що негативно впливає на формування життєвих перспектив.

За результатами діагностики типу інтерпретації досвіду визначено наступне: ідеалізація досвіду в перспективі – 37% респондентів (досвід стає основою для формування перспективи, причому не враховується теперішня та бажана майбутня ситуації), ігнорування досвіду в перспективі – 26% (досвід не враховується у побудові перспективи особистості), застрягання в минулому досвіді – 7% (перспектива не будується взагалі, ситуація минулого не закінчується), трансформація досвіду в перспективі –30% (досвід враховується у побудові перспективи особистості, через аналіз теперішньої та майбутньої ситуацій). Встановлено, що найбільше характерними є типи взаємозв'язку досвіду з перспективою: ідеалізація досвіду в перспективі та

трансформація досвіду у побудові життєвої перспективи.

З метою виявлення впливу особистісного досвіду на формування життєвої перспективи студентів здійснено кореляційний аналіз за критерієм Кендала. Результати кореляційного аналізу засвідчили наявність значної кількості прямих та обернених зв'язків на рівні значущості  $p \leq 0,05$ ,  $p \leq 0,01$ .

Встановлено наявність прямих кореляційних взаємозв'язків смисложиттєвої орієнтації на теперішнє з теперішніми діями інших ( $r = 0,488^{**}$ ,  $p \leq 0,01$ ), з теперішнім внеском нового змісту у життя ( $r = 0,338^*$ ,  $p \leq 0,05$ ), з майбутніми діями інших ( $r = 0,568^{**}$ ,  $p \leq 0,01$ ), ( $r = 0,488^{**}$ ,  $p \leq 0,01$ ), з креативністю ( $r = 0,355^*$ ,  $p \leq 0,05$ ), з заниженим рівнем соціальної фрустрації ( $r = 0,913^*$ ,  $p \leq 0,05$ ), та зворотній зв'язка з орієнтацією на майбутнє ( $r = -0,353^*$ ,  $p \leq 0,05$ ), середнім рівнем емпатії ( $r = -0,593^*$ ,  $p \leq 0,05$ ). Емпірично доведено, що на формування смисложиттєвої орієнтації на теперішнє впливають типи життєвих перспектив: теперішні дії інших (дуже високий, середній, помірний рівень), теперішній внесок нового змісту у життя (дуже високий, високий, середній рівень), майбутні дії інших (середній, помірний, низький рівень).

Встановлено наявність помірних прямих кореляційних взаємозв'язків смисложиттєвої орієнтації на минуле з теперішніми власними діями ( $r = 0,442^*$ ,  $p \leq 0,05$ ), з теперішніми негативними переживаннями ( $r = 0,457^*$ ,  $p \leq 0,05$ ), з механізмом психологічного захисту гіперкомпенсацією (реактивне утворення) ( $r = 0,389^*$ ,  $p \leq 0,05$ ),  $r = 0,488^{**}$ ,  $p \leq 0,01$ ), з захисним механізмом заміщення ( $r = 0,385^*$ ,  $p \leq 0,05$ ), з низьким рівнем креативності ( $r = 0,491^*$ ,  $p \leq 0,05$ ) та обернений зв'язок з механізмом захисту раціоналізацією ( $r = -0,351^*$ ,  $p \leq 0,05$ ) та з високим рівнем креативності ( $r = -0,452^*$ ,  $p \leq 0,05$ ). Емпірично доведено, що на формування смисложиттєвої орієнтації на минуле впливають типи життєвих перспектив: теперішні власні дії (дуже високий, середній, помірний рівень), теперішній негативні переживання (дуже високий, високий, середній рівень), також необхідно відмітити наявність впливу непродуктивних механізмів психологічного захисту гіперкомпенсації та заміщення та зворотнього взаємозв'язку з високим рівнем креативності респондентів.

Висновки. Узагальнений аналіз отриманих даних показує, що структура організації особистісного досвіду студентів та вид його інтерпретації впливає на процес формування життєвої перспективи.

## Література

1. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи: монография / Е. И. Головаха. – К.: Наукова думка, 1988. – 144 с.

2. Чепелева Н. В. Социокультурные факторы понимания и интерпретации личного опыта // Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика / за ред. Н. В. Чепелевої. – Т. 2, вип. 3. – К.: Міленіум, 2005. – С. 6–13.

**Олена Отич**

*доктор пед. наук, професор,  
професор кафедри авіаційної психології  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)*

### **СУЧАСНІ ПСИХОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ВИЗНАЧЕННЯ ПОСТТРАВМАТИЧНОГО СТРЕСОВОГО РОЗЛАДУ**

Зростання кількості й розширення географії військових і соціальних конфліктів, екологічних та техногенних катастроф, а також інших психотравматичних ситуацій, в які волею чи неволею попадає значна кількість населення Землі на початку ХХІ століття, зумовлюють все частіше виникнення в людей посттравматичного стресового розладу (ПТСР) і звернення їх за допомогою до психологів.

Водночас, для того, щоб надати кваліфіковану психологічну допомогу особистості з ПТСР, фахівцям психологічних служб необхідно мати чітке уявлення щодо його сутності та найважливіших ознак. Це актуалізує необхідність теоретичного дослідження сучасних психологічних підходів до визначення поняття «посттравматичний стресовий розлад».

Результати історичного аналізу цих підходів засвідчують, що перші спроби усвідомлення і визначення психологічної сутності переживання людиною перенесеної психотравми з'явилися у зарубіжній психології у середині ХХ століття. Це було спричинене науковим осмисленням проявів посттравматичного розладу в учасників II Світової війни («окопний синдром», «серце солдата», «снарядний шок») та новим сплеском посттравматичних розладів військових, які

брали участь у локальних війнах у В'єтнамі (в'єтнамський синдром), Афганістані (афганський синдром) та інших гарячих точках світу.

У 1980 р. термін «посттравматичний синдром» було внесено до Діагностичного та статистичного керівництва з психічних розладів (Diagnostic and Statistical Manual of mental disorders – DSM III), а у 1995 р. – до Міжнародної класифікації хвороб (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems ICD-10) [7, с. 37].

Слід зазначити, що серед зарубіжних психологів немає однастайності у питанні визначення сутності посттравматичного стресового розладу й закріплення цього розуміння у відповідній дефініції. Так, американські військові психологи виступили з вимогою замінити термін «ПТСР» на термін «психологічне поранення», аргументуючи це слабкістю офіційної концепції ПТСР, неточністю дефініції цього поняття та невибудованістю ієрархії симптомів розладу.

В українській психології поняття «посттравматичний стресовий розлад» узятє за основу і в науковому осмисленні цього явища й при наданні психологічної допомоги постраждалим від психотравмівних ситуацій.

Так, З. Кісарчук визначає ПТСР як інтенсивну і, як правило, пролонговану реакцію на сильний травмівний стресор, такий як природні катаклізми (землетруси, повені, пожежі), лиха, викликані людьми (переслідування, терористичні акти, воєнні дії), насильство (розбійний напад, згвалтування, тортури) [3, с. 10]. В. Цихоня уточнює, що це *«тяжкий психічний стан, який виникає в результаті одиночної або повторюваної психотравмівної події»* [7, с. 37]. Аналізуючи особливості прояву ПТСР у різних категорій людей, вчений виокремлює у самостійний різновид таких розладів військово-травматичний стрес і наводить статистичні дані щодо кількості його випадків (від 10 до 50% від загальної кількості) та тривалості розладів у часі (до 15-20 років після закінчення участі у військових діях) [7, с. 38].

І.Малкіна-Пих, досліджуючи посттравматичний стресовий розлад, визначає його як непсихотичну відтерміновану реакцію на травматичний стрес, здатний викликати психічні порушення практично у будь-якої людини й зазначає, що це один із можливих психологічних наслідків переживання такого стресу, який виникає приблизно у 20% осіб, що попали у ситуації, пов'язані із серйозною загрозою для їхнього життя чи здоров'я

[4, с. 77-79]. Утім, за інформацією української дослідниці К. Давіденко, таких осіб виявляється близько 25-30% серед тих, хто переніс травматичну подію [2]. Вона звертає увагу на те, що неповне чи неадекватне відреагування людиною психологічної травми може спричинити фіксацію на ній і перехід постстресового стану в хронічну форму, коли порушуються усі рівні людського функціонування й виникають стійкі особистісні зміни не лише в осіб, які безпосередньо пережили психотравму, але й у членів їх сімей.

Прояви ПТСР є різноманітними. Як правило, до них належать повторювані нав'язливі спогади про травмівну подію, які з'являються у період до шести місяців після того, як вона відбулася, і тривають більше ніж один місяць. Нерідко вони супроводжуються нічними кошмарами, флешбеками, униканням подразників, пов'язаних із травмівною подією. На цьому фоні можлива поява психосоматичних порушень та таких психічних розладів як тривога, депресія, алкоголізм, наркоманія, суїцидальні ідеї.

Серед типових емоцій осіб, які пережили психотравмівну ситуацію, переважають гнів та дратівливість; почуття провини, сорому або самозвинувачення; недовіри та зради, безвиході та відчуженості, «несправедливості долі» [5].

Основні симптоми ПТСР вчені поділяють за категоріями: симптоми присутності, симптоми уникання, негативні зміни когнітивних процесів та настрою, а також зміни у збудженні та реактивності [1].

Попри певну індивідуальність проявів посттравматичного стресового розладу в особистості, на їх генезу суттєвим чином не впливають її особистісні особливості чи передуючі невротичні стани, оскільки стресогенний вплив ситуацій, пов'язаних із загрозою існуванню людини, нівелює цей зв'язок. Визначальним у цьому плані, на думку Н. Тарабриної [6], є те, що ці події мали екстремальний характер, виходили за межі звичних людських переживань й зумовлювали інтенсивний страх за своє життя та відчуття безпорадності. І в цьому виявляється відмінність розуміння вченою чинників, що зумовлюють ПТСР від думки представників української медичної психології, які вважають, що ключовими чинниками розвитку цього розладу є індивідуальна вразливість/стійкість та спадковість (40%) [8].

Неоднозначність розуміння вченими сутності, симптомів та чинників виникнення посттравматичного стресового розладу,

різноманітність підходів до його визначення та класифікації симптомів актуалізують необхідність подальших наукових пошуків у галузі екстремальної психології з метою уточнення змісту і обсягу поняття ПТСР та розроблення максимально ефективних методів надання психологічної допомоги різним категоріям населення, постраждалого від психотравмивних подій.

## Література

1. Барнхилл Дж. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) / Режим доступа: <https://www.msmanuals.com/ru/>

2. Давіденко К. Посттравматичний стресовий розлад: рекомендації з профілактики та лікування / Режим доступу: <https://www.umj.com.ua/article/159875/posttravmatichnij-stresovij-rozlad-rekomendatsiyi-z-profilaktiki-ta-likuvannya>

3. Кісарчук З.Г. Поняття «криза», «стрес», «психотравма», «посттравматичний стресовий розлад» // Психологічні допомога постраждалим внаслідок кризових травматичних подій: метод. посіб. / за ред. З.Г. Кісарчук. – К.: ТОВ «Вид-во «Логос», 2015. – С. 8-10.

4. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / И. Г. Малкина-Пых. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с. ISBN S-699-07895-3

5. Международная классификация болезней (10-й пересмотр). Клиническое описание и указания по диагностике. – К., 2005. – 306 с.

6. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н.В. Тарабрина. – СПб.: Питер, 2001.

7. Цихоня В.С. Памятка про посттравматичний стресовий розлад / В.С. Цихоня // Ліки України. – 2016. - № 7-8 (203-204). – С. 37-39.

8. Що треба знати про посттравматичний стресовий розлад: інформація офіційного сайту МОЗ України / Режим доступу: <https://moz.gov.ua/article/health/scho-treba-znati-pro-posttravmatichnij-stresovij-rozlad>

*Едуард Помиткін  
доктор психол. наук, професор  
провідний науковий співробітник  
Інститут педагогічної освіти і освіти дорослих імені  
Івана Зязюна НАПН України,  
м. Київ, (Україна)*

## **ПІДГОТОВКА МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ ДО САМОРЕАЛІЗАЦІЇ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ**

Чимало поколінь наших попередників мріяли про те, що у світі нарешті завершаться війни, люди знайдуть ліки від усіх хвороб і запанує мир. Насправді ж перша чверть ХХІ століття принесла світу й Україні чимало викликів. Серед них – екологічна криза, військові події на Сході нашої держави, пандемія COVID-19. Маємо констатувати, що світ не став безпечним і спокійним місцем, де люди здобули щастя і досягли здійснення заповітних мрій.

В екстремальних умовах життєдіяльності для особистості вкрай важливо мати стійкі внутрішні орієнтири - цінності і смисли, які допомагають свідомо долати життєвий шлях, моделювати власне майбутнє. В нагоді в цьому можуть значною мірою стати представники «допомагаючих» професій, зокрема, психологи та педагоги. Звичайно, вони мають володіти сформованими цінностями та смислами, бути справжніми професіоналами. Однак нерідко і після завершення навчання у ВНЗ студенти не розуміють своїх подальших кроків, не усвідомлюють напрямів особистісної і професійної самореалізації. Чи зможуть вони здійснювати ефективну допомогу і спрямовувати інших до особистісної самореалізації? Для подолання цього протиріччя вже з перших років навчання у ВНЗ доцільно розвивати у студентської молоді здатність до особистісного життєпроектування. Одним із засобів означеного розвитку стала розробка і впровадження навчальної дисципліни «Психологія особистісного життєпроектування» (Помиткіна Л.В., Помиткін Е.О.).

Метою викладання дисципліни є розвиток усвідомлення цінності життєвого часу, формування знань про потреби розвитку особистості на кожному віковому періоді онтогенезу та оволодіння навичками проектування життєвого шляху як творчого задуму особистості.



Завданнями вивчення навчальної дисципліни визначено:

- оволодіння теоретичними знаннями щодо сенсу життя, його мети, життєвої місії особистості;
- розуміння принципів періодизації і психологічних закономірностей життєвого шляху людини;
- розробка особистісного життєвого проекту з урахуванням індивідуально-психологічних особливостей та метамотивів.

За своєю структурою дисципліна містить 5 тематичних розділів. На вступному занятті відбувається розвиток мотивації студентів для подальшого вивчення курсу. Викладач наводить аргументи та статистику, що свідчать про доцільність самопізнання і пошуку шляхів власної самореалізації у юнацькому віці.

Тема 1. – «Тривалість життя як природний, соціальний та психологічний феномени» актуалізує проблему обмеженості життєвого часу всіх живих істот на планеті та підводить до усвідомлення цінності життєвого часу людини. Студенти знайомляться з особливостями сприйняття життєвого часу людиною та визначають власне ставлення до життєпроекування.

Тема 2. – «Життєвий шлях особистості та його періодизація» знайомить майбутніх психологів з періодами життєвого шляху рослин, тварин і людини. Студенти дізнаються про потреби розвитку особистості на різних етапах онтогенезу. Вони здійснюють рефлексію власного ставлення до таких подій життєвого шляху як народження, дитинство, юність, молодість, зрілість, старість, завершення життя.

Тема 3. – «Призначення життєвого шляху: мрії, здібності, сенс життя та покликання людини» допомагає молоді виробити власні суб'єктивні критерії успішності життя. За допомогою тестування студенти визначають і уточнюють особистісні здібності та накреслюють шляхи реалізації особистісного потенціалу. Значна увага приділяється також оволодінню теорією мотивації і метамотивації особистості, що дозволяє розширити репертуар життєвих сценаріїв, вийти за межі мисленневих шаблонів і стереотипів цілепокладання.

Тема 4. – «Психологічні закономірності життєвого шляху особистості» знайомить студентів з поняттям психологічних закономірностей і специфікою їх емпіричного підтвердження. Студенти досліджують психологічні закономірності життєвого шляху видатних представників людства, співвідносять отримані

дані з власними уявленнями про важливі етапи і події життя, продовжують самопізнання на основі психологічного тестування. Вивчення теми завершується написанням есе "Моє головне життєве досягнення в майбутньому".

Тема 5. – «Життєвий шлях як творчий проєкт особистості» - занурює майбутніх психологів у психологічний зміст категорій: ретроспекція, рефлексія, усвідомлення, моделювання, життєпроєктування. Вони знайомляться з психологічною моделлю розвитку свідомості та ціннісних орієнтацій особистості.

Вивчення цих теоретичних основ є необхідною умовою свідомого особистісного та професійного самовизначення психологів, формування здатності в майбутньому здійснювати дієву допомогу клієнтам у знаходженні внутрішніх орієнтирів - цінностей і смислів, що допомагають реалізувати особистісний потенціал в екстремальних умовах.

Домашнє завдання з дисципліни виконується з метою закріплення та поглиблення теоретичних знань та вмінь, набутих студентом у процесі оволодіння навчальним матеріалом. Для успішного виконання домашнього завдання студент повинен знати психологічні закономірності життєвого шляху особистості, провести діагностику особистих нахилів, якостей і здібностей, знати основні принципи життєпроєктування.

Для виконання домашніх завдань студенти мають можливість використовувати психологічні тести, що розташовані на сайті <https://pcenter.kiev.ua/portfolio/psixologicheskie-testy-onlajn/> та заносять отримані результати до психологічної карти самопізнання. Це дозволяє майбутнім психологам по завершенні вивчення дисципліни дослідити власний психологічний профіль особистості та використати отримані результати при розробці власного життєвого проєкту. Розробка та захист студентами власного життєвого проєкту є завершальним етапом навчання, який інтегрує як особистісні, так і професійні здобутки, узагальнює отримані знання, вміння та навички.

Для активізації навчально-пізнавальної діяльності студентів під час вивчення дисципліни застосовуються такі методи: групова дискусія, тренінгові вправи, ситуаційні задачі тощо. Реалізація цих методів здійснюється при проведенні лекцій та практичних занять, самотійному вирішенні задач, роботі з навчальною літературою, виконанні домашнього завдання.

У цілому дисципліна «Психологія особистісного життєпроекування» розрахована на 90 год., з яких 15 лекційних, 30 практичних занять і 45 год. самостійної роботи студентів.

Впровадження навчальної дисципліни «Психологія особистісного життєпроекування» в освітню практику здійснювалося на базі Національного авіаційного університету впродовж 2020-2021 рр. У ньому брали участь студенти 1 курсу спеціальності 053 «Психологія» освітніх програм «Психологія» та «Психологія бізнесу».

За відгуками студентів та результатами анкетування введення цієї дисципліни було доцільним як для особистісного, так і для подальшого професійного самовизначення майбутніх психологів. Розуміння себе, власних нахилів і здібностей допомогло накреслити варіанти самореалізації, сприяло зменшенню невизначеності, а як наслідок – зниження особистісної тривожності.

#### Література

1. Луцький М.Г. Методологія інформатизації науково-практичного супроводження експлуатації авіаційної техніки / Інженерія програмного забезпечення. – 2011. – №1(5). – С.25-34.

2. Zinovieva, I.S., Artemchuk, V.O., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kovach, V.O., Iatsyshyn, A.V., Romanenko, Y.O., Radchenko, O.V.

The use of online coding platforms as additional distance tools in programming education (2021) Journal of Physics: Conference Series, 1840 (1), art. no. 012029.

DOI: 10.1088/1742-6596/1840/1/012029

3. Iatsyshyn, A.V., Kovach, V.O., Romanenko, Y.O., Deinega, I.I., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kutsan, Y.G., Artemchuk, V.O., Burov, O.Yu., Lytvynova, S.H. Application of augmented reality technologies for preparation of specialists of new technological era (2020) CEUR Workshop Proceedings, 2547, pp. 181-200.

*Людмила Москальова*  
доктор пед. наук, професор  
проректор з наукової роботи  
Мелітопольський державний педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького  
м. Мелітополь (Україна)

*Світлана Подпльота*  
доктор філософії в галузі педагогіки  
асистент кафедри іноземних мов  
Мелітопольський державний педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького  
м. Мелітополь (Україна)

## **МОДЕРНІЗАЦІЯ ВИХОВНОГО ПРОЦЕСУ В ОСВІТНЬОМУ ПРОСТОРІ УКРАЇНИ**

Освіта для демократичного громадянства охоплює як пізнавальні, так і моральні характеристики. Відповідальність за розвиток моральних чеснот підростаючого покоління лежить на плечах педагогів. Проте ці характеристики постійно ставляться під сумнів у нинішньому суспільстві, в якому практичні навички набувають більшого значення, ніж моральні цінності. Розвиток пізнавальних навичок сам по собі не може достатньо вплинути на формування соціальної диспозиції і може зрештою створити «егоїстичних фахівців», які не мають ані моральних, ані демократичних достоїнств, необхідних для побудови достойного суспільного життя.

Зростаючий інтерес до ролі таких фахівців-активних вихователів суспільних морально-етичних цінностей і норм пов'язаний із посиленням незадоволеності плодами постмодерністського дитино центристського підходу, що починається з другої половини ХХ століття. Цей підхід запропонував педагогіку, орієнтовану на вихованців, спрямовану на їх потреби та на розвиток їх компетенції. Діти стали центром навчального процесу. Педагог став виконувати роль зацікавленого спостерігача і має заохочувати, слухати і стимулювати, а здобувач освіти, в свою чергу, отримав право вирішувати, коли ця увага йому необхідна.

Головна роль дорослих полягає у задоволенні бажань дитини. Дитині все сходить з рук і вона уникає покарань і доган. Дорослі утримуються від директивних дій і прагнуть захистити

дитину від будь-яких неприємностей. Такі дії мали на меті створити безхмарне майбутнє для підростаючого покоління. Такий педагогічний підхід, що дозволив дитині повну свободу дій, викликав ряд занепокоєнь і повстала перед педагогами низка важливих питань: Чи будуть ці індивідуалістичні цілі розвивати моральну, відповідальну людину, що в майбутньому принесе користь суспільству? Чи може дитина пасивно вивчати норми і цінності суспільства?

Сьогодні ми стали свідками антисоціальної поведінки молоді: зросла кількість повідомлень про фізичне, психологічне та сексуальне насильство, збільшилася кількості випадків злочинності серед молоді. Це зростання антисоціальної поведінки сигналізує про неповагу до соціальних норм і цінностей, або, ще гірше, про їх незнання.

Для того, щоб протидіяти цим антисоціальним тенденціям, в контексті соціально-конструктивістського підходу має бути застосований новий прогресивний підхід, направлений на активну освітню підготовку, спрямовану на розвиток ролі демократичних громадян серед молодого покоління з метою побудови моральних цінностей для створення стійкої спільноти. Педагог як найбільш зрілий член цієї спільноти, має нести своєрідну відповідальність за ведення взаємодій і взаємозв'язків, які є самим життям групи як спільноти. Прийшов час замислитися над плодами прогресивної освіти, орієнтованої на вихованців. Свобода має розглядатися як засіб, а не кінцева мета. Джон Дьюї, американський філософ, психолог та реформатор освіти, ще на початку ХХ століття писав: «Однак не може бути більшої помилки, ніж розглядати таку свободу як самоціль. Потім вона має тенденцію до руйнування спільної діяльності» [1, с. 63].

Суспільство підтримує себе шляхом безперервного самовідновлення, яке відбувається за допомогою освітнього зростання молоді. Роль педагога, як носія моральних цінностей і норм, в цьому процесі є домінуючою. Педагог має будувати освітній процес через призму моральних цінностей шляхом підвищення особистої зацікавленості в соціальних нормах і потребах, з особливою увагою до автономії особистості, її роздумів і суджень.

Такий підхід вимагає певного рівня моральної мужності від педагогів, які, як очікується, виступатимуть моральними взірцями та сприятимуть формуванню моралі шляхом вирішення поточних соціальних проблем. Педагоги зобов'язані

обговорювати поведінку людей в конфліктних ситуаціях, а не уникати розв'язання етичних дилем. Крім того, від них очікується розвиток соціального самоврядування, яке підтримує соціально-культурні та політичні зміни, орієнтовані на справедливості, а також залучення молоді до культурних практик і дискурсів, замість того, щоб розглядати їх педагогічне завдання лише з орієнтацією на предмет. Сьогодні багато закладів освіти прогресивних країн світу визнали перевагу тьюторської системи освіти, яка характеризується як «педагогічна перлина, коштовність у короні Оксфорда» та найкращий спосіб «кинути виклик, стимулювати та посправжньому виховувати високоякісну молодь», здатну аналізувати та критично мислити в контексті ліберальної освіти [3, с. 3-4].

Тьюторська система закладів вищої освіти має дуже довгу історію. Вона бере початок від колегіальної системи в Оксфордському та Кембриджському університеті у Великобританії, де студентам викладали як індивідуально, так і в дуже малих групах з двох-трьох осіб. Тьюторство, засноване на дискусіях та методі сократівського діалогу, протягом століть розвивалося і трансформувалось так, що сьогодні має багато інтерпретації та формулювань на практиці. Насправді, у Великобританії в 1960-х роках були думки, що тьюторство є надто елітарним та нерелевантним у контексті сучасного університету, де великі лекції вважалися більш ефективними та доречними. Однак на захист тьюторської системи стали багато учених, серед яких Вілл Грейберн Мур, який стверджував, що «індивідуальна спрямованість тьюторського методу та унікальна здатність сприяти діалогу, аргументації та незалежній думці переважають будь-яку критику проти нього» [2, с. 20].

Ми вважаємо, що навчання - це не тільки запам'ятовування, практика та іспити. Це також здатність міркувати, дискутувати і мислити незалежно - всі атрибути, які необхідно розвивати для майбутнього успіху у дорослому житті. Розвиток цих здібностей вимагає, щоб вихованці зіткнулися з проблемою шляхом обговорення, дебатів і прямого контакту з викладачем. У сучасному світі інформація вільніша і доступна, ніж будь-коли раніше, і метод, який фокусується на обробці концепцій, ідей і знань за допомогою обговорення, є більш актуальним, ніж будь-коли раніше.

Необхідно наголосити на тому, що тьюторський підхід можливий за умови роботи один на один або ж у невеликих

групах. Така взаємодія сприяє налагодженню контактів між студентами та педагогами; розвиває взаємність та співпрацю серед студентів; використовує прийоми активного навчання; забезпечує оперативний зворотній зв'язок; акцентує увагу на виконанні завдань; розвиває таланти та індивідуальні здібності і, що найголовніше, сприяє духовно-моральному самовихованню молоді. Адже, тьютор не просто фахівець в питаннях супроводу процесу реалізації індивідуальних освітніх маршрутів у відкритому освітньому середовищі, а й одночасно експерт в питаннях духовності та моральності. Він формує особистісну системи цінностей, духовного зростання, моральної свідомості молодого покоління через допомогу в освоєнні знань про морально-етичних цінності, оволодіння суспільними нормами і правилами поведінки; мотивацію моральної поведінки.

Отже, пропонуємо чотири напрями, на які система освіти повинна зосередити свою увагу для зміцнення демократичних і моральних цінностей. Перший напрям стосується переваг і ролі педагога щодо моральних і демократичних аспектів, а також ставлення молоді до цих цінностей. Його роль полягає у наданні морального прикладу, який служить натхненням для вихованців розвивати повагу, порядність і соціальний етикет. Другий напрям пов'язаний з потребою у навчальній програмі демократичного громадянства, в якій навчальний матеріал аналізується в рамках комплексних питань, що впливають із соціальних протиріч і мультикультурних аспектів, а не з вузьких дисциплінарних питань. Третій напрям стосується методик викладання, які підходять для демократичного та морального виховання. Особлива увага приділяється інтерпретації та конструювання думок на основі власного досвіду та взаємодій. Ці аспекти ґрунтуються на демократичних цінностях, які підкреслюють спільну відповідальність і прийняття рішень. Останній напрям має на меті побудову змістовної освіти для педагогів, що ґрунтується на дослідженні освітянського етосу, їхніх уявлень і ставлення до моральної та демократичної освіти. А використання тьюторських технологій в освіті має забезпечити результативність виховного процесу, поповнити нестачу знань про моральні цінності та норми суспільства й мотивувати на моральне самовиховання молоді.

## Література

1. Dewey, J. (1938). Experience and education. New York: Touchstone. 116 p.
2. Moore, W. G. (1968) The tutorial system and its future. Oxford: Pergamon Press.  
Palfreyman, D., ed. (2008). The Oxford tutorial: «Thanks, you taught me how to think». Oxford: Oxford Centre for Higher Education Policy Studies.
3. Iatsyshyn, A.V., Kovach, V.O., Romanenko, Y.O., Deinega, I.I., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kutsan, Y.G., Artemchuk, V.O., Burov, O.Yu., Lytvynova, S.H. Application of augmented reality technologies for preparation of specialists of new technological era (2020) CEUR Workshop Proceedings, 2547, pp. 181-200.

*Лада Яковицька*

*доктор психол. наук, доцент  
професор кафедри авіаційної психології  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)*

### **ЗНАЧУЩІСТЬ СКЛАДОВИХ ПРОФЕСІЙНОЇ КУЛЬТУРИ ДЛЯ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ МАЙБУТНЬОГО ФАХІВЦЯ**

Серед найбільш перспективних тенденцій реформування освіти все частіше постає питання розробки нових підходів до організації та психологічного супроводу розвитку продуктивної діяльності особистості. Ці задачі наочно демонструють взаємозв'язок особистості та середовища. Цей факт дозволяє розглядати особистість як цілісну систему відносин, а розвиток особистості як регулювання цієї системи. Очевидно, що дієвість освітніх факторів для розвитку особистості, їх ієрархізація по ступеням впливу на неї залежить від ступеня професійної культури фахівця. Високий рівень професійної культури забезпечує активізацію цінностей, які сприяють загальній мотиваційній мобілізації особистості.

Тобто мотиваційно-потребова сфера майбутнього фахівця впливає не тільки на вибір діяльності, але і може виступити, як активний стимул розвитку особистості в цілому. Одночасно, її



можна трактувати і як соціокультурне явище, за умови, коли особистісний зміст розглядається як зміст певної культурної традиції. Значущість аксіологічних уявлень для мотивації свідчить про її безпосередній зв'язок з самосвідомістю, яка є істотним компонентом культури та визначає характер професійної діяльності. Отже, визначення мотивації як соціокультурного явища передбачає аналіз культури, норм, традицій та соціально-схвалюваних форм поведінки. Через соціокультурний зміст мотивів узгоджуються індивідуальні та соціально-схвалювані форми поведінки. Відповідно, в реальних виробничих ситуаціях фахівець діє згідно власним інтересам, що породжуються даною соціально-практичною діяльністю, але й з урахуванням соціально-схвалюваних норм та цінностей. В цих умовах мотивація коректує зміст діяльності фахівця або тимчасово її блокує. Також мотивація у межах соціокультурних процесів професійної діяльності може істотно змінювати свій зміст і фахівець буде створювати нові цінності, які б більше відповідали актуальній дійсності. Такий підхід до вивчення мотиваційного контексту професійної діяльності майбутнього фахівця буде значно збагачувати світогляд особистості, бачення нею сенсів та цінностей виробничих ситуацій; точніше спрямовувати її діяльність.

Одночасно культурні цінності є реальними, навіть якщо вони не актуалізуються особистістю. Саме ті студенти, що заперечують їх існування і не вважають себе носіями культурних цінностей, називаючи їх рудиментами нашого буття, підсвідомо очікують від нових ситуацій, нових взаємодій тактовного ставлення, справедливої оцінки, продуктивної співпраці. Такі очікування формують одне з базових протиріч людської діяльності, розв'язання якого особистістю значною мірою підвищить рівень її як психологічної, так і професійної культури.

Система цінностей людини не є статичною, вона динамічна і суперечлива, відображає як головні взаємозв'язки особистості зі світом, так і актуальні, породжені сьогоденням. Разом з цим, вони можуть обмежувати інші напрямки діяльності, тому що, як особистісні цінності, так і соціальні цінності, існують у вигляді моделей належного. Проте, особистісні цінності, на відміну від соціальних, мають більшу силу, частіше спонукають до активності і частіше задають індивіду кінцеві орієнтири його діяльності. Дотепер особливості ціннісних

орієнтацій в контексті суб'єктно-об'єктних відносин в умовах вищої школи залишаються практично не вивченими.

Метою нашого дослідження є вивчення ціннісно-потребової сфери і її можливостей з точки зору впливу на розвиток продуктивної діяльності особистості. Ціннісні орієнтири особистості і є одним з дієвих чинників, що впливають на процес становлення професійної культури особистості. В цінностях втілюється смислоутворювальна ідея, що первісно організує наше буття. Ставши цінністю явище буття стає частиною світосприйняття, частиною особистості, нашою внутрішньою потребою, яка спрямовує нашу діяльність.

Відомо, що ціннісні орієнтації опосередковують відношення фахівця до предмету та процесу діяльності. Ціннісні орієнтації не тільки задають фахівцеві орієнтири його діяльності, а і спрямовують його активність. Таким чином, цінності народжуються в діяльності, до діяльності і повертаються, але вже у виді заданих конкретних сенсів та відносин, тому зберігаючись вони закріплюють мотиви, що переходять на рівень ціннісних орієнтирів [2]. Саме через усвідомлення особистісних цінностей майбутній фахівець одержує можливість виробити своє відношення до власної діяльності, оцінювати та свідомо програмувати її характер.

За таких умов професійна культура є елементом діяльності, в якому виражається ставлення фахівця до світу. Безпосереднім джерелом розвитку і людини, і культури є праця. Вивчення складного механізму єднання людини, праці та культури і є основою гуманізації всіх сфер буття, зокрема професійної. Однак засвоєння професійної культури, її цінностей, майбутніми фахівцями необхідно активізувати освітніми та виховними засобами. Адже особистість закріплює у своїй свідомості передусім ті елементи культури, які знаходять своє застосування в реальній життєдіяльності та відповідають її спрямованості, потребам, характеру. Для введення поняття цінностей до логіки нашого дослідження ми не тільки намагалися встановити їхній зв'язок з іншими поняттями, але й вивели його з нашого емпіричного дослідження, яке вказувало на формальне ставлення учасників дослідження до культури професійної діяльності. Переважна більшість опитаних акцентувала цінності Я. Такий вибір цінностей не може спонукати їх носіїв до активності, не дозволяє свідомо розвивати, оцінювати та програмувати характер майбутньої діяльності, сприяти особистісному росту. Таким чином, задача

освітніх закладів не тільки позначати ті чи інші культурні цінності, а і вводити їх в навчальну практику. Зауважимо, що відносини людей, які складаються в системі діяльності (в процесі навчання), певною мірою впливають на ціннісні орієнтації, потреби особистості, які є складовими її культурного обличчя.

Разом з цим, соціально-конструктивістський підхід інтерпретує культуру одночасно як передумову і як наслідок поведіння індивіда. Таким чином, визнається взаємопроникнення особистісних і культурних процесів, при якому одні впливають на структуру інших. Ідея взаємопроникнення та людських стосунків є самою прогресивною, навіть виробничі стосунки – це перед усім стосунки людей. Виділяють дві принципово відмінні системи: систему тиску та систему сприяння, створення умов для ефективної спільної діяльності. Відомо, що всі успішні компанії стихійно або свідомо працюють над поліпшенням стосунків між співпрацівниками, тобто свідомо вдосконалюють систему взаємодії фахівців [1].

Вплив міжособистісної взаємодії на розвиток професійної культури фахівця виявляється насамперед у тім, що зростають вимоги щодо його здатності до створення оптимальних взаємин з умовами життєдіяльності, тобто до продуктивного синтезу особистісних властивостей відповідних об'єктивним вимогам (професійним, соціальним, моральним). Таким чином, у даний час поряд з іншими характеристиками фахівця прийнято виділяти комунікативні здібності як ті властивості, що забезпечують його професіоналізм, соціальну адекватність та зростання.

Взаємодія з іншими є процесом, що породжується внутрішніми потребами, тому вона може впливати на структуру особистості, її ціннісні орієнтири, культуру. Сприятли формуванню професійної культури фахівця має діалогічне спілкування. Спілкування, як діалог культур, стає суттю внутрішніх психічних новоутворень особистості. Цілеспрямоване включення діалогів в освітній процес стане провідним механізмом розвитку особистості майбутнього фахівця, його професійної культури. Разом з цим не викликає сумнівів неоднозначність такого впливу: в одних випадках продуктивність досліджуваного процесу може збільшуватись, в інших залишатись незмінною.

Так діалог, діалогічне спілкування як суб'єкт-суб'єктна взаємодія є значним випробуванням, іспитом на зрілість, для будь якої особистості [2]. Він вимагає створення актуального стану, певної психологічної готовності щодо сприйняття та ставлення до партнерів по діалогу, але найбільш складним є визнання цінності позиції кожного учасника діалогу. Цінності яка складається саме з відмінностей від вашої власної позиції. Далеко не кожен фахівець має таку готовність або бажає над нею працювати.

Висновок. Розвиток професійної культури майбутнього фахівця засобами освітнього середовища пов'язаний з цілим спектром психологічних утворень: ціннісною сферою, сталими позитивними відчуттями, гнучкістю в спілкуванні, здатністю до діалогу та рефлексії, готовністю до вчинку. Підвищення рівня психологічної та професійної культури майбутніх фахівців забезпечить успішність їх самореалізації як в професійній, так і в соціальній сферах. Професійні знання, в значущості яких не сумнівається жоден з студентів, можуть стати об'єктивною основою для формування соціокультурних потреб та цінностей особистості майбутніх фахівців.

#### Література

1. Яковицкая Л.С. Взаимосвязь процессов культурализации и самореализации в деятельности преподавателя технического университета / Л.С.Яковицкая // Современные проблемы науки и образования. – 2013. – № 5 Режим доступа: URL: <http://www.science-education.ru/111-10453>

2. Яковицька Л.С. Професійна самореалізація викладача у науково-технічній діяльності: монографія / Л.С.Яковицька. – Вінниця: Документ Принт, 2017. – 352 с.

***Kasım TATLILIOĞLU***

*Ph.D. Psychology, Associate Professor*

*Bingöl University*

*Bingöl (Turkey)*

#### **EFFECTIVE PSYCHOLOGICAL COUNSELING AT SCHOOL MENTAL HEALTH SERVICES**

**Abstract.** The professionals who try to basically provide mental health services at school are School Psychological Counselors. Most of the psychiatric disorders give their first signs as problem

behaviours during school years. In Turkey, problem behaviours are generally being handled with disciplinary procedures at school. But this approach leads to underestimation of etiology and prevents multidisciplinary treatment modalities thus symptoms which can be treated easily can turn to complicated school problems. Schools are important not only for educational and/or academic activities, but also they may provide countless opportunities to promote and support children's mental health development. For this reason, schoolbased mental health services have started to be established in many countries. In this study, Mental Health Services at school, the roles of Psychological Counselors have been dealt with.

**Key Words:** Psychological counselling, psychosocial support, mental health at schools, school counselor.

**Research Type:** Review.

## 1. INTRODUCTION

Although the structure and implementation of school mental health services differ in each country, they mainly aim to screen, identify and help children with emotional and behavioral problems. In Turkey, school mental health services are mostly provided through "Guidance and Counseling Services". The school psychological counselors are known to experience a number of problems during their practices (Çokamay, Gül Kapçı & Sever (2017: 1395)

Taking the recent developments into consideration, it is also necessary for Psychological Counselling and Guidance Services to provide developmental, remedial and preventive services. In addition to this, paying attention to the ecological approach at schools, the need for Mental Health School Programme has been increasing. School Psychological Counselors play the basic role in the process of preparing, applying, evaluating these programmes and providing cooperation. It is of utmost importance for School Psychological Counselors to be of service to students by evaluating their physical, social, emotional and behavioral needs and developments. Naturally, there are students who have behavioral and emotional problems among these students (Arıcioglu, 2008: 76; Tathlıoğlu, 2011; Tathlıoğlu, 2013).

## 2. LITERATURE REVIEW

### 2.1. What is Effective Psychological Counselling?

An effective psychological counselor is defined as a professional who is able to balance the interpersonal relationships and counseling skills and techniques and use them successfully by integrating personal and professional competencies (Cormier, Nurius and Osborn, 2009; Egan, 1975; cited in Kalay-Usta & Deniz, 2019:

236).

Counselors and psychologists have been providing mental health services to a more culturally diverse population than ever. Providing sufficient services to diverse groups requires multicultural competencies. As Vera and Speight (2003) pointed out, commitment to multiculturalism also requires commitment to social justice. Multiculturalism, social justice, and advocacy are highly empathized concepts of both counseling and psychology fields (cited in Kağnıcı & Denizli, 2018: 20).

## **2.2. Problems Encountered:**

The psychological counseling profession has personal implications for counselors as well as compelling aspects. Engin (1996) stated that individuals working with face-to-face interaction experience more intense stress. The more intense emotional processes, the responsibilities of one-to-one interaction, the excess of people's needs and expectations, the difficulty of understanding and communicating individuals with various personality traits explain the source of this fact.

Many mental health professionals have noted that racial and ethnic factors may act as impediments to counseling. Misunderstandings that arise from cultural variations in verbal and nonverbal communication may lead to alienation and/or an inability to develop trust and rapport. An analysis of the generic characteristics of counseling reveals 3 variables that interact in such a way as to seriously hinder counseling with 3rd-world groups: (a) language variables—use of standard English and verbal communication; (b) class-bound values—strict adherence to time schedules, ambiguity, and seeking long-range solutions; and (c) culture-bound values—individual centered, verbal/emotional/behavioral expressiveness, client to counselor communication, openness and intimacy, cause-effect orientation, and mental and physical well-being distinction (Sue & Sue, 1977: 127-146).

It is emphasized by the researchers that the psychological counseling practice should be competent in the counselor's skills and theoretical knowledge in order to benefit the counselor (Lent, Hill and Hoffman, 2003; Bor, Ebner-Landy, Gill and Brace, 2002; Twin, 2010; cited in Kalay-Usta & Deniz, 2019: 236). If psychological counselors feel inadequate in the work environment, they cannot cope with the stressful situations in their own lives or have difficulty in providing well-being.

According to the study conducted by Lawson and Meyers (2011), it is seen that the well-being of psychological counselors is

directly proportional to their professional life quality (cited in Kalay-Usta & Deniz, 2019: 236). The concept of well-being in mental health was examined by Keyes et al. (2002) with the dimensions of emotional well-being, social well-being and psychological well-being and explained with a new model called “mental health continuity”.

The success of psychological counselors in their profession is directly related to their psychological, social and emotional well-being. According to ACA (2013) ethical standards, a psychological counselor is responsible for regarding the client's well-being, while also regarding his or her well-being. One of the factors affecting the well-being of psychological counselor is career adaptability, which is defined as a concept that includes the acceptance of possible changes in individuals' career development process, the capacity to tolerate future uncertainties and changes, and the ability to cope with new opportunities and responsibilities (Rottinghaus, Day and Borgen, 2005; Koen, Klehe, Vianen, Zikic & Nauta, 2010; cited in Kalay-Usta & Deniz, 2019: 237).

It is important for the psychological counselors to have sufficient knowledge, skills and self-efficacy in the process of counseling candidate before starting to work as a professional in terms of the effectiveness of future counseling processes. In this context, it is important to determine the factors affecting the self-efficacy of counseling, in order to enable the counselor candidates to make more effective and productive future counseling processes (Hayran, Y. 2019).

### **3. CULTURAL AWARENESS**

Cultural awareness is the mental health professionals' sensitivity to their personal values and biases and awareness of how these may influence perceptions of the client, the client's problem, and the counseling relationship (Sue, Arredondo, & McDavis, 1992). This basic competence indicates that mental health professionals' personal values have a critical role in providing efficient services to culturally diverse clients, being social advocates, and promoting social justice (cited in, Kağmcı & Denizli, 2018: 21). Societies are more diverse than ever, and mental health professionals are providing mental health services to diverse groups.

### **4. CONCLUSION**

It is important for a personal and professional life that a psychological counselor possesses. Effective psychological characteristics, career adaptation and mental health continuity. According to the study conducted by Çokamay, Gül Kapçı and Sever (2017), it is seen that the problems encountered during undergraduate

education". Each theme was construed exclusively. Accordingly, school psychological counselors depicted a number of problems. First of all, they experience problems in relation to vague role description and for this reason they receive unrealistic expectations from other colleagues. Second problem is that of limited and/or inadequate participation of the families/parents to both school activities and the facilities provided by the guidance and counseling services. They also consider that school mental health services are not implemented collaboratively and in a systematic fashion. Last but not least, they stated that the undergraduate education programs were limited in terms of practical courses.

According to the study conducted Kalay-Usta and Deniz (2019), it is seen a significant positive relationship was found between the effective counselor characteristics and sub-dimensions of the participants and their mental health continuity levels and sub-dimensions. In addition, it was seen that there were significantly positive relationships between participants' effective counselor characteristics and sub-dimensions and career adaptability levels and sub-dimensions. Also, psychological counselors' effective counselor characteristics and career adaptability accounted for 34% of mental health continuum.

Based on this information, it is important to take into account the research findings by the psychological counseling fields and institutions, and to take measures to improve career adaptability and effective counselor characteristics for preventing mental health continuity levels of counselors (Kalay-Usta and Deniz, 2019: 237).

As Motulsky, Gere, Saleem, and Trantham (2014) underlined, sensitivity to injustice is only a start; counselors and psychologists should also be agents of change. In order to be agents of change, counselors and psychologists first need to be culturally aware, in other words, work hard on their values, personal characteristics, and potential cultural biases.

Increased investment is required on all fronts: for mental health awareness to increase understanding and reduce stigma; for efforts to increase access to quality mental health care and effective treatments; and for research to identify new treatments and improve existing treatments for all mental disorders ([www.who.int/health](http://www.who.int/health)). Treatment of mental illnesses can be made by evaluating the biological, psy-chological and social dimensions of the patients with a biopsychological approach and by providing their well-being (Abay & Çölgeçen, 2018: 2148).



## REFERENCES

Abay, A. R. & Çölgeçen, Y. (2018). Psychiatric social work-duties and responsibilities of social workers in preventive, therapeutic and rehabilitative mental health. *International Journal of Society Researches*, 9(16), 2147-2185.

Aricioğlu, A. & Tagay, Ö. (2008). Mental health services at schools. *Theoretical Education Science*, 1(2), 76-83.

Çokamay, G., Gül Kapçı, E. & Sever, M. (2017). Problems encountered on school mental health services: School psychological counselors' opinions. *Elementary Education Online*, 16(4), 1395-1406.

Hayran, Y. (2019). Examination of candidates for psychological counseling's psychological counseling self-efficacy in terms of emotional literacy and some variables (unpublished Master Thesis). Gazi University, Institute of Education Sciences, Ankara.

Kağnıcı, D. Y. & Denizli, S. (2018). Examining mental health professionals' social justice attitudes in Turkey. *Eurasian Journal of Educational Research*, 75, 19-36.

Kalay-Usta & Deniz, (2019). Predicting mental health continuum of psychological counselors: The role of effective counselor characteristics and career adaptability. *Journal of Career Counseling*, 2(2), 215-237.

Keyes, M.L.C., Smotkin, D. & Ryff, D.C. (2002). Optimizing well-being: The empirical of two tradition. *Journal of Personality and School Psychology*, 82 (6), 1007-1022.

Motulsky, S. L., Gere, S. H., Saleem, R. & Trantham, S. M. (2014). Teaching social justice in counseling psychology. *The Counseling Psychologist*, 42(8), 1058–1083.

Sue. D. W.. & Sue. D. (1977). Barriers to effective cross-cultural counseling. *Journal of Counseling Psychology*, 24(5), 420–429.

Tatlıoğlu, K. (2011). A research on expectations from psychological counseling and guidance services. *Bingol University Journal of Social Sciences Institute*, 1(1), 79-102.

Tatlıoğlu, K. (2013). An outlook on the concept of personality in the context of 'Five Factor Personality Theory'. *Bingol University Journal of Social Sciences Institute*, 1(2), 127-146.

### **Online links:**

<https://psycnet.apa.org/record/1978-10549-001>.(Accessed, 01.02.2021).

<https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab>. (Accessed, 01.04.2021).

*Любов Помиткіна*  
доктор психол. наук, професор,  
завідувач кафедри авіаційної психології  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)

## **ПСИХОЛОГІЧНИЙ СИМБІОЗ ЯК ПРЕДИКТОР СПІВЗАЛЕЖНИХ СТОСУНКІВ У СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНОГО ВУЗУ**

Явище психологічного симбіозу психологи й педагоги спостерігають давно [1-3]. Як відомо, психологічним симбіозом називають стан взаємостосунків, що виникають між матір'ю і дитиною як емоційно-сміслова єдність, яка слугує відправною точкою подальшого розвитку дитини, її свідомості й особистості. Визначають, що цей зв'язок обумовлений самою природою, і всі живі істоти в різній мірі підлягають цій взаємодії як певному закону розвитку. Інші вчені стверджують, що симбіоз, як один із способів взаємозв'язку можна спостерігати у різних сферах життя, оскільки назва цього феномену пішла від аналогії з біологічним симбіозом [3].

Психологічний симбіоз, тобто емоційно-смісловий зв'язок матері (батьків) з дитиною, вважається нормою й навіть вітається приблизно від народження до підліткового віку. Це період, коли дитині в сім'ї закладаються смисли й цінності, моральні та етичні норми поведінки, правові основи й форми відповідальності. За цей час дитина зростає, навчається усьому, бере приклад з батьків та значущих дорослих, тобто соціалізується. Однак, по мірі дорослішання у підлітка має відбуватися розширення свідомості, соціальна ідентифікація, формування «власного Я», і підліток може віддалятися, дистанціюватися від батьків для того, щоб навчитися самостійно мислити, діяти, приймати рішення, тобто готуватися до дорослого життя й відповідати за власні вчинки [6].

Працюючи зі студентами вже багато років, ми спостерігаємо, що далеко не всі студенти, приходячи на навчання до вищого навчального закладу, є свідомими й самостійними. Приблизно 30-40% студентської молоді не готові до дорослого життя, до організації власної життєдіяльності під час навчання й проживання в гуртожитках. Спостерігаємо дві

крайності: або повна самотність та інфантильність аж до втрати інтересу до життя, або гіпертимна поведінка щодо розваг і втрати контролю над часом, нехтування відповідальністю та навчанням.

Під час індивідуальних консультацій приходимо до висновку, що студенти вирости, але не стали дорослими, і причиною тому є залежність від батьків. Це проявляється у неможливості приймати самостійні рішення, у відсутності власної думки, у виникненні проблем щодо постановки цілей та вибору способів їх досягнення. Молоді люди чекають підказок від батьків, вони до цього звикли. Така невпевненість у собі позначається як на навчанні так і на різних сферах життєдіяльності.

У чому складність таких залежних стосунків? У симбіозі дитина завжди обирає патерни, які вітаються матір'ю. Однак, одні сприяють розвитку й адаптації до життя, а інші – ні. Багато людей у дорослому житті не вміють самостійно обирати, що їм на користь, вони залишаються в стані психологічного симбіозу.

Як відомо майже в усіх людей є потреба в близькості, це нормально і навіть необхідно [6, 7]. Але в співзалежній особі психіка не пройшла стадію розвитку самостійності й автономії, яка відбувається в більш дорослому віці. Тому під час побудови стосунків людина потрапляє тільки в фазу симбіозу. Вона переживає себе як безпорадна дитина, яка не виживе без матері. Близкість піднімає в ній усі дитячі травми й переживання [2, 4].

Тобто, в ситуації співзалежних стосунків, коли, наприклад, молода людина закохується, вона своїм Его регресує в симбіотичний зв'язок. Якщо фаза сепарації, тобто самостійності й автономності, пройдена, то легко можна занурюватися в стадію симбіотичного злиття й легко виходити. У співзалежній ж такої здатності немає, тому вона дуже болісно переживає стосунки.

Отже, психологічний симбіоз трактується вченими як прагнення одного чи обох партнерів до встановлення єдиного емоційно-сміслового простору в стосунках, бажання постійно бути поруч, злитися тілесно чи духовно, однаково думати, мислити, відчувати. Однак проблема в тому, що одна із сторін може втратити власну індивідуальність, самотність, неповторність тощо [2].

Цікаві кореляції отримала під час своїх досліджень серед студентів Національного авіаційного університету Рудик С.А. Дослідниця вказує, що надмірний, навіть позитивний, інтерес

батьків до своєї дитини знижує рівень ситуативної та особистої тривожності і знижує схильність до депресивних станів дитини. У бесіді з психологом, студенти з особливо високим рівнем тривожності і схильністю до депресивних станів, стверджують, що в їх сім'ях батьки перебувають в позиціях, які можна охарактеризувати як «надмірно контролюючі». Батьки обмежують свободу, контролюють кожен крок, вимагають повної звітності, і, за словами респондентів, порушують особисті кордони, «душать любов'ю» [5]. Отже, такі характерні взаємини можемо віднести до стосунків психологічного симбіозу.

Таким чином, можна констатувати, що психологічний симбіоз може проявлятися не лише в дитячому віці, але, якщо його не коригувати, він може впливати на стани й поведінку у юнацькому віці як у студентів так і в більш пізньому віці.

### Література

1. Боулбі Д. Створення і руйнування емоційних зв'язків. М.: Академічний проект, 2004. – 477 с.
2. Ємельянова Є. В. Криза в співзалежних відносинах. СПб.: Мова, 2004.- 368 с.
3. Льюис А. Б. Симбиотические пары у взрослых. Современный психоанализ, Том 9, 1973, Выпуск 2., 2013. – С.230-249. <https://doi.org/10.1080/00107530.1973.10745277>
4. Малкина-Пых И. Г. Виктимология. Психология поведения жертвы. – М.: Эксмо, 2010. – 864 с.
5. Рудик С. А. Деструктивні стани особистості як детермінанта психологічного симбіозу в юнацькому віці/ Авіаційна та екстремальна психологія у контексті технологічних досягнень: зб. Наук. Праць / за заг.ред. Л.В.Помиткіної. – К.: ТОВ «Альфа-ПШК», 2019. – 278 с.
6. Romanenko, Y.O. Place and role of communication in public policy (2016) Actual Problems of Economics, 176 (2), pp. 25-26.
7. Romanenko, Y.O., Chaplay, I.V. Marketing communication system within public administration mechanisms (2016) Actual Problems of Economics, 178 (4), pp. 69-78.

*Людмила Москальова*  
доктор пед. наук, професор  
проректор з наукової роботи  
Мелітопольський державний педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького  
м. Мелітополь (Україна)

*Юлія Пінігіна*  
аспірант  
Мелітопольський державний педагогічний університет  
імені Богдана Хмельницького  
м. Мелітополь (Україна)

## **ВИХОВАННЯ ОСОБИСТОСТІ СТАРШОГО ШКОЛЯРА ЗАСОБАМИ УКРАЇНСЬКОЇ ЛІТЕРАТУРИ ЯК СУЧАСНИЙ ЕФЕКТИВНИЙ НАПРЯМ ВИХОВНОЇ РОБОТИ ВЧИТЕЛЯ ЗЗСО**

Виховання духовно-моральної, гармонійно-розвиненої та досконалої особистості є одним з центральних напрямків виховання у сучасному освітньо-науковому просторі України. Ми виділяємо паритетну значимість факторів зовнішнього впливу на особистість і саморозвитку особистості, що особливо важливо при дослідженні особливостей процесу виховання особистості учнів старшого шкільного віку засобами української літератури, основними концептами якої є «духовність», «моральність», «гуманність», «любов» тощо. Реалізація виховного процесу літературної освіти в сучасній школі повинна здійснюватись з урахуванням таких завдань, як прищеплення молоді естетичного смаку, формування у старших школярів ціннісних орієнтацій, що дозволяють їм оцінювати свої дії зважаючи на моральні ідеали та принципи, які вироблені у багатовіковій культурі нашого народу.

Психолого-педагогічні аспекти виховання особистості старшокласників обумовлені перш за все їх психологічними особливостями, адже це стає актуальним саме в силу сензитивності даного віку. Необхідно враховувати те, що старший шкільний вік – це початок встановлення справжньої соціально-психологічної незалежності в усіх поведінкових сферах, включаючи перехід до самостійності, незалежності в

моральних судженнях, поглядах і вчинках тощо. Старшокласник починає усвідомлювати відповідальність за свою долю і долю своїх близьких людей, адаптуватися до життя, сприймаючи соціальні норми, ролі і форми поведінки, які не завжди відповідають його актуальним внутрішнім установкам в даний момент часу або ситуації. У цей період розвиваються процеси самопізнання і самовизначення, що призводять до формування тієї життєвої позиції, з якої він починає своє самостійне доросле життя. Саме тому в цей період особистісного самовизначення старшокласників так зростає роль уроків літератури як предмета, що дає відповіді на багато питань, що допомагає у вихованні особистості, що сприяє її духовно-моральному розвитку, так як література включає в себе сукупність знань про людину, її призначення і ролі в житті суспільства, ставлення до навколишнього світу, її діяльності, думках і почуттях, моральних і естетичних ідеалах; вона здатна вирішальним чином впливати на світогляд і поведінку людини в той період, коли вона формується як особистість.

Вивченню особливостей виховання особистості у старшому шкільному віці приділяли увагу науковці: Ш. Бюлер, Е. Еріксон, К. Левін, Р. Бернс, І. Кон, Л. Божович, Ю. Орлов, О. Соколова, О. Мудрик, А. Прихожан, М. Обозов, О. Клімова, С. Походенко та інші.

Роль виховання художнім словом підкреслювали Я. Коменський, К. Ушинський, О. Потєбня, І. Франко, І. Огієнко, Л. Українка, В. Сухомлинський тощо. Питання ролі української літератури у вихованні учнів досліджуються у працях науковців В. Андрусенко, Т. Антоненко, Г. Бондаренко, Т. Бугайко, Н. Волошиної, Т. Ворошило, А. Градовського, В. Драченко, С. Жили, Л. Ломако, Н. Михайлової, Є. Пасічника, А. Сергієнко, А. Ситченко, Б. Степашина, Г. Токмань та інші.

Виховання, яке здійснюється в системі сучасної освіти, орієнтоване на створення умов для розвитку духовності зростаючої особистості на основі загальнолюдських і національних цінностей, надання допомоги в життєвому самовизначенні, громадянській і професійній компетентності та цілісній самореалізації [4]. Провідною метою виховання в освітньому просторі Нової української школи є розвиток духовно-моральної особистості, здатної бути повноцінним суб'єктом суспільно-значущих соціальних взаємин, а українська література має стати дієвим та ефективним засобом виховання особистості. Л. Москальова та Ю. Грінченко, вважають, що

метою духовно-морального виховання дітей є формування активної життєвої позиції, здатності до досконалості і гармонійної взаємодії з іншими людьми; виховання у дітей милосердя, співчуття, вміння прощати образи, бажання допомагати нужденним, бути терпимими, мирними у взаєминах з усіма [2, с. 55].

На нашу думку, саме українська література формує емоційний світ старшого школяра, допомагає всебічно сприймати реальність, так як відображена в книгах дійсність дозволяє читачеві співвідносити їх сюжети і образи з собою і своїм життям, що сприяє самовихованню та розвиває здатність пізнання світу за допомогою літературно-художнього тексту. Учень читаючи художні твори української літератури вступає в безпосередні відносини з художнім світом творів, накопичуючи свій особистісний досвід та розвиваючи себе як індивідуальність та особистість.

Виховуючи особистість учнів, педагог повинен таким чином побудувати процес вивчення української літератури так, щоб, цілеспрямовано використовувати весь потенціал української літератури, організовувати свідому взаємодію з особистістю старшокласника та систематично створювати умови для накопичення досвіду морального переживання через залучення учнів до активної діяльності, що сприяє виробленню стійких уявлень про добро і зло, про честь, шляхетність, гідність, милосердя, поваги, любові тощо.

У процесі вивчення української літератури формується досвід переживання таких почуттів, як любов до батьківщини і природи, гуманне ставлення до людини, високе почуття до жінки, пошана та увага до батьків, совісність, незгасна віра в красу, в добро і справедливість, уміння зберегти почуття власної гідності і людяність, милосердя тощо. Українські письменники відкрили нову сторінку в європейському мистецтві, де ідейні пошуки письменників, їх моральна позиція, художня майстерність, масштаб естетичного впливу, дослідження психології людини дозволили українській літературі зайняти недосяжну висоту в світовому літературному процесі. Питання, пов'язані з ціннісним світом людини, її світоглядом, моральним вибором, ставилися українськими письменниками в першу чергу і визначали сенс творів. Все це необхідно передати учням у доступній для них формі, з урахуванням усіх вікових і психологічних особливостей. Тому, найголовнішим завданням вчителя на уроці української літератури – розвинути в учнів

інтерес до читання, сприяти формуванню художнього смаку, допомогти зрозуміти ідейну глибину, сприйняти світогляд того чи іншого письменника та зробити так, щоб літературний твір став особистісно значущим для старшокласника.

Зважаючи на вищесказане, ми визначаємо сутність виховання особистості старшокласників засобами української літератури як цілеспрямований і свідомо здійснюваний педагогами процес організації діяльності учнів по оволодінню духовно-моральним досвідом, акумульований у літературі, з метою розвитку моральної та духовної самосвідомості, моральних почуттів, формування особистої відповідальності за скоєний вчинок, вироблення стійких проявів благородства, милосердя, поваги, чесності, любові, доброзичливості, відповідальності, почуття власної гідності, рішучості, совісності тощо.

Метою виховання старшокласників засобами української літератури є формування і розвиток духовно-морального потенціалу. Для досягнення даної мети в процесі вивчення української літератури необхідно вирішити такі завдання: розвиток моральної самосвідомості і моральних почуттів старшокласників; надбання широких знань в області духовної культури; виховання громадянської зрілості і патріотичної свідомості; виховання дбайливого ставлення до історичної та культурної спадщини народу України; збереження історичної наступності поколінь; формування відповідальності за результати своєї діяльності; вироблення стійких проявів благородства, милосердя, поваги, чесності, доброзичливості, відповідальності, почуття власної гідності, рішучості, совісності та інших якостей і рис характеру; розвиток творчих особистостей; подолання виниклого в суспільстві ціннісного вакууму і руйнівних соціальних явищ в молодіжному середовищі; створення організаційно-педагогічних умов для формування і розвитку особистості; підвищення кваліфікації викладацького складу; вдосконалення форм і методів виховання і навчання.

Однією з умов досягнення поставленої перед нами мети – виховання особистості старшокласників, стало вдосконалення уроку як основної організаційної форми навчально-виховного процесу в школі, оскільки його виховні можливості не завжди використовуються досить ефективно. Тому, ми наголошуємо, що визначальну роль в реалізації виховної функції уроків літератури відіграє чітко сформульовані цілі та задачі, зміст, тенденції,



закономірності, протиріччя, принципи, методи, форми і засоби її реалізації, умови, що забезпечують її ефективність, результати і напрямки вдосконалення у сучасних умовах. Компетентнісний підхід як метод моделювання результатів навчання і їх уявлення як норм освіти у вихованні та навчанні передбачає не засвоєння учнем окремих один від одного знань і умінь, а оволодіння ними в комплексі, що передбачає посилення виховної спрямованості навчання. У зв'язку з цим потрібен інший підхід до відбору методів навчання та конструювання відповідної системи. В її основі – структура відповідних компетенцій і функцій, які вони виконують в освіті [5].

Наприклад, однією з форм виховання учнів старших класів можуть слугувати так звані «філософські уроки», які піднімають важливі питання добра і зла, честі і безчестя тощо. Постановка філософських запитань та пошук на них відповідей сприяють досягнення даної мети уроку. При цьому вчитель повинен сам усвідомити усі філософські категорії в процесі підготовки до уроку та показати шлях від явища до узагальнення, від визначення філософських позицій автора до вироблення учнями власної думки. Зазначаємо, що важлива і сприятлива атмосфера у класі, яка стимулює школярів до бажання висловити свою думку. Її можна досягти використанням різноманітних методичних прийомів (діалог, полілог, дискусія тощо), які передбачають зі сторони вчителя прояв поважного ставлення до висловлення учнями їх оцінок, позицій та думок.

Також, ефективною формою виховання, на нашу думку, виступають шкільні твори, які передбачають продуманий виклад своїх думок та суджень, що вимагають від школярів вираження власної позиції за темою, є не тільки показником засвоєння знань, а й свідченням моральних змін в особистості учня, так як в результаті відстоювання, аргументації своєї точки зору та позиції школяр привласнює в тій чи іншій мірі ті позитивні якості, які він вважає привабливими в характері героя, а негативні, які викликають його засудження, навпаки, відкидає як неприйнятні.

Ми вважаємо, що виховний потенціал української літератури сприймається старшокласниками тільки за умови, якщо на уроці створюються умови для вільного спілкування, коли вчитель здійснює особистісно-орієнтований підхід до кожного учня, дозволяючи йому висловлювати свою точку зору, самому шукати відповіді на питання, які були поставлені в творі. Твори української літератури переконливо відтворюють, як ті чи

інші ціннісні уявлення, визначають поведінку людини. Спостереження за поведінкою героїв дозволяє розвивати в учнів уявлення про ті чи інші поведінкові установки та ефективно розвивати оціночну сферу особистості учня спираючись на такі емоції, як співпереживання, жалість, сором тощо.

Проведений аналіз дозволив зробити висновок, що виховання особистості учнів старшого шкільного віку засобами української літератури найбільш продуктивно в тому випадку, коли програмний матеріал, відібраний для вивчення, орієнтований на моральну проблематику, відображає внесок письменників у розвиток національної самосвідомості, виявляє найтісніший зв'язок літератури минулого з проблемами сучасності, а в процесі вивчення української літератури використовуються різноманітні проблемні, творчі, пошукові, дослідницькі форми навчання, і задіюються всі арсенали засобів, якими володіє українська література в ідейно-змістовному, естетичному і психологічному плані.

Організована педагогом діяльність учнів, спрямована на оволодіння духовно-моральним, естетичним, патріотичним тощо потенціалом української літератури, усвідомлення старшокласниками духовно-моральних, сімейних цінностей як найбільших цінностей буття і прийняття їх як особистих цінностей, що впливають на результат – вироблення стійких уявлень про честь, шляхетність, гідність, милосердя, любов, поваги тощо, розвиток рефлексії, моральних почуттів, формування особистої відповідальності за вчинки, що було визначено як основну мету виховання духовно-моральної, гармонійно-розвиненої та досконалої особистості старшокласника в процесі вивчення української літератури.

## Література

1. Бех І. Д. Виховання підростаючої особистості на засадах нової методології. Педагогіка і психологія. 1999. № 3. С. 5-14.

2. Грінченко, Ю., Москальова, Л. Мета та завдання духовно-морального виховання дітей дошкільного віку. Матеріали конференцій МЦНД, 2020. С. 55-56. Режим доступу: URL: <https://ojs.ukrlogos.in.ua/index.php/mcnd/article/view/1949>

3. Жуковський В. М., Москальова Л. Ю. Теорія і методика викладання предметів духовно-морального спрямування у середніх загальноосвітніх закладах. Навчальний посібник.

Острого : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2013. 364 с.

4. Програма «Нова українська школа» у поступі до цінностей: Київ, 2018. 40 с.

5. Селевко Г.К. Самосовершенствование личности: Методическое пособие по преподаванию курса. М.: Народное образование, 2000. 128 с.

6. Iatsyshyn, A.V., Kovach, V.O., Romanenko, Y.O., Deinega, I.I., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kutsan, Y.G., Artemchuk, V.O., Burov, O.Yu., Lytvynova, S.H. Application of augmented reality technologies for preparation of specialists of new technological era (2020) CEUR Workshop Proceedings, 2547, pp. 181-200.

**Оксана Лозова**

*завідувач сектору*

*Державна наукова установа «Інститут модернізації*

*місту освіти»*

*м. Київ (Україна)*

**Світлана Горбенко**

*канд. психол. наук, доцент*

*старший науковий співробітник*

*Державна наукова установа «Інститут модернізації*

*змісту освіти»*

*м. Київ (Україна)*

## **ПОДОЛАННЯ КОМУНІКАТИВНИХ БАР'ЄРІВ ПІД ВПЛИВОМ СТРЕС-ФАКТОРІВ**

Спілкування як соціально-психологічний процес передбачає встановлення контактів, обмін значущою інформацією, певну тактику і стратегію взаємодії, сприймання і розуміння суб'єктами спілкування один одного. У процесі спілкування обмін інформацією призводить до розвитку і змін взаємодії, перетворення її в загальне смислове поле партнерів. Виникнення загального інформаційно-сислового простору не забезпечує автоматичне взаєморозуміння між партнерами, оскільки на комунікативний процес, його ефективність впливає цілий ряд специфічних психологічних механізмів і феноменів.

До того ж, особливо важливою є ситуація стрес-фактору, коли у певних випадках особистість відчуває, що її слова, думки, бажання неправильно сприймаються співрозмовником. У стресовій ситуації особистість не завжди усвідомлює причину її виникнення. Зазвичай джерелом стресу можуть бути особливості характеру, напруга на роботі, життєві негаразди. Водночас, стрес-фактори ускладнюються комунікативними бар'єрами, тобто психологічними перешкодами, що виникають на шляху передачі й отримання інформації. Деформація комунікаційного процесу може призводити до неадекватних дій адресата [4].

Проблема комунікативних бар'єрів розглядається у дослідженнях Г. М. Андреевої, Н. М. Ануфрієвої, Т. Л. Грицевич, О. С. Капінус, Л. М. Карамушкіної, І. І. Сняданко, В. В. Москаленко, Л. Е. Орбан-Лембрик та інших багатьох вчених. Аналіз літературних джерел свідчить, що комунікативні бар'єри є однією з причин виникнення і розгортання внутрішньоособистісних, міжособистісних, внутрішньогрупових і міжгрупових конфліктів, а це є основою виникнення стресової ситуації чи її ускладнення.

Науковці визначають такі види комунікативних бар'єрів [1, 3]:

- уникнення (уникнення контактів з небажаними особами, забування, не слухання);

- авторитет (обезцінення інформації за рахунок зниження авторитету комунікатора);

- нерозуміння, яке може виникати внаслідок різних причин, зокрема, фонетичний бар'єр (невизначність мови, мова з великою кількістю слів-паразитів), семантичний бар'єр (різниця в тезаріусі – існуючих системах значень партнерів спілкування: жаргони, сленги), стилістичний бар'єр (критичні зауваження, неемоційність читання, використання імперативного стилю – ти повинен, категоричність слів), логічний бар'єр (логіка є або дуже складною, або спрощено: чоловіча, жіноча, дитяча, бідних і багатих; комунікатор повинен вибирати адекватну для даного моменту систему доказів).

До основних методик, які дають можливість вивчити причини виникнення комунікативних бар'єри особистості в малій соціальній групі та психологічні чинники, що впливають на їх прояв, належать [2, 5]:

1. Методика діагностики «перешкод» у встановленні емоційних контактів за В.В. Бойком дає можливість дослідити емоційні перешкоди у встановленні емоційних контактів —

невміння управляти емоціями, дозувати їх, невідання виражати емоції, домінування негативних емоцій, небажання зблизитися з людьми на емоційній основі тощо. Звертаючись до цієї методики, можна визначити чинники комунікативних бар'єрів, пов'язані з емоційною сферою.

2. Методика діагностики парціальних позицій інтернальності-екстернальності особистості (Е. Ф. Бажин, Є.А. Голинкіна, А. М. Еткінд) спрямована на дослідження парціальних шкал локусу контролю. Однією з важливих інтегральних характеристик самосвідомості, що викликають почуття відповідальності, готовність до активності і переживання «Я». Існують два крайні типу локусу контролю - інтернальний і екстернальний. У першому випадку людина переконана, що події, що з ним відбуваються, залежать від його особистісних якостей і є закономірним підсумком його власної діяльності. У другому випадку людина переконана, що його успіхи і невдачі - це результат зовнішніх сил (везіння, випадковості, тиск оточення, інші люди тощо). Будь-який індивід займає певну позицію на континуумі, що задається цими полярними типами локусу контролю.

3. Методика діагностики домінуючої стратегії психологічного захисту в спілкуванні за В. В. Бойком дозволяє визначити домінування однієї зі стратегій психологічного захисту в спілкуванні (миролюбства, уникнення, агресії) чи присутність їх однаковою мірою в поведінці респондента. Звернення до цієї методики до-поможе визначити чинники комунікативних бар'єрів, пов'язані зі стратегіями взаємодії.

4. Експрес-діагностика рівня соціальної ізольованості особистості (Д. Рассел і М. Фергюссон).

5. Експрес-діагностика рівня соціальної фрустрації (Л.І. Вассерман).

6. Методика визначення життєвих цінностей особистості (Must-тест) (П. Н. Іванов, Е. Ф. Колобова) є однією з різновидів вербальних проєктивних тестів. Запропонований набір Must-тест дозволяє визначити п'ятнадцять життєвих цілей-цінностей у осіб.

7. Методика вивчення психогеоетричної самооцінки особистості (С. Делінгер в адаптації А.А. Алексеєва, Л.А. Громоєвої).

8. Діагностика мотиваційної структури особистості (В.Е.Мільман) дозволяє виявляти деякі стійкі тенденції особистості: загальну і творчу активність, прагнення до

спілкування, забезпечення комфорту і соціального статусу та ін. На основі всіх відповідей можна скласти судження щодо спрямованості особистості.

9. Діагностика емоційної спрямованості особистості.

10. Діагностика інтерактивної спрямованості особистості (Н. Е. Щуркова в модифікації Н. П. Фетіскіна).

11. Діагностика мотивів афіліації (А. Мехраб'ян). Даний тест призначений для діагностики двох мотивів особистості: прагнення до прийняття вас оточуючими людьми і страху бути відкинутим іншими людьми.

12. Методика діагностики комунікативної установки за В.В.Бойком (визначення загальної комунікативної толерантності) допоможе визначити рівень комунікативної толерантності за кількома показниками:

- неприйняття чи нерозуміння індивідуальності людини;
- використання себе як еталону при оцінці інших; категоричність чи консервативність в оцінках людей;
- невміння приховувати чи згладжувати неприємні почуття при зіткненні з не-комунікабельними якостями партнерів; прагнення переробити, перевиховати партнера; прагнення підігнати партнера під себе, зробити його зручним;
- невміння пробачити іншому його помилки, незграбність, неприємності, що вже виникали не навмисно;
- нетерпимість до фізичного чи психічного дискомфорту партнера;
- невміння пристосовуватись до партнера.

Кожна з методик має свою специфіку, вимірює різні аспекти проблеми, надаючи можливість всебічного аналізу досліджуваного феномена.

В соціальній психології розробляються різні техніки, стратегії і правила конструктивного спілкування в стресових ситуаціях. Серед існуючих технік комунікації важливе місце посідають, наприклад, такі [3]:

- засоби фасцинації, що створюють своєрідний фільтр «довіри» у співрозмовника. Прикладом фасцинації є створення емоційного стану, що підсилює позитивну мотивацію партнерів спілкування;

- техніки вирівнювання напруги дозволяють знизити нервову і психічну напругу, тобто вербалізація емоційного стану свого чи партнера. При цьому людина не стримує в собі негативні емоції, а вербалізує їх, пояснюючи дію, що здійснила у стресовій ситуації;

- техніка-пропозиція конкретного виходу із ситуації: партнер отримує можливість поділитися своєю стратегією виходу із стресу;

- техніка «Франкліна»: психологу необхідно починати відповідь зі слів взаємоповаги, без заперечень. На наступному етапі психолог позитивно оцінює ідеї співрозмовника та обґрунтовує своє ставлення. Далі психологом описуються умови, за яких дане рішення буде оптимальним. І, нарешті, прокується нове, змінене рішення у відповідності з конкретними умовами виходу із стресової ситуації.

Запропоновані техніки сприяють формуванню комунікативної компетентності партнерів по спілкуванню, нівелюють виникнення чи прояв комунікативних бар'єрів і допомагають знайти оптимальний вихід із стресової ситуації.

### Література

1. Ануфрієва Н. М. Соціальна психологія: Навчально-методичний комплекс. / Н.М. Ануфрієва, Т.Н. Зелінська, О.Л. Туриніна. – Київ: МАУП, 2006. 200 с.

2. Карамушка Л.М., Сняданко І. І. Психологія організаційної культури: Навчальний посібник. – Київ – Львів: Край, 2010. 212 с

3. Москаленко В.В. Соціальна психологія: Підручник. Видання 2-ге, виправлене та доповнене. – Київ: Центр учбової літератури, 2005. 621 с.

4. Орбан-Лембрик Л.Е. Психологія професійної комунікації. – Чернівці: Книги – XXI, 2010. 528 с.

5. Соціально-психологічні технології управління військовими колективами: Навчально-методичний посібник / Т.Л. Грицевич, О.С. Капінус, Т.М. Мацевко, П.П. Ткачук. – Львів: НАСВ, 2018. 256 с.

**Беата Барчі**

*кандидат психол. наук, доцент*

*Мукачівський державний університет*

*м. Мукачево (Україна)*

## **ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ОСІБ, ЯКІ ВТРАТИЛИ РОБОТУ**

Економічна криза у державі, незбалансованість економічних процесів викликає стан постійної соціальної напруженості. Для особи, яка втратила роботу, характерні

постійні фрустрації. Стани фрустрації приводять до напруженості, внаслідок чого безробітний демонструє неконструктивну поведінку, елементами якої можуть бути: агресія; репресія – пригнічення бажань та витіснення їх у підсвідомість; ескапізм – уникнення травмуючої ситуації; регресія – примітивізація поведінки; раціоналізація – спроба виправдати свою поведінку надуманими засобами; сублімація – переключення активності з первинної проблеми, у вирішенні якої йому не поталанило, на діяльність іншого роду, де досягається успіх, навіть і уявний; проекція – перенесення неусвідомлених мотивів поведінки на пояснення поведінки другого; аутизм – самозамикання особистості, її відмежування від спілкування та активної діяльності.

Проблеми безробіття в Україні вимагають від держави, регіональних центрів/служб зайнятості завчасної розробки та реалізації соціальних гарантій у сфері зайнятості населення працездатного віку. Високий рівень безробіття – це проблема, яка потребує глибокого наукового аналізу та вироблення системи заходів, які можуть використовуватися для розробки і реалізації ефективної соціально-економічної політики, направленої на забезпечення продуктивної зайнятості економічно активного населення країни, зменшення рівня безробіття до мінімального соціально-допустимого рівня.

Виділення психологічного супроводу безробітних у окремий напрямок роботи психолога служби зайнятості базується на певних об'єктивних підставах. Пошук роботи безробітним дедалі ускладнюється зростанням та поширенням безробіття. Низький рівень життя, взагалі, та низький рівень матеріальної допомоги безробітним, зокрема, створюють серйозні проблеми у вирішенні побутових питань.

Ці чинники безпосередньо впливають на психоемоційний стан безробітних та призводять до того, що більшість з них непокоїть: відчуття надмірної тривоги, психічної напруженості, втоми, зневірення у власних здібностях і можливостях, невдоволеність собою.

Такі психологічні та психофізіологічні стани утворюють психологічний дискомфорт особистості та являють собою суттєву перепону: в адаптації безробітних до соціальної ситуації, у пошуку нових варіантів працевлаштування, тобто у вирішенні тих питань, якими безпосередньо покликана займатися саме служба зайнятості.



Тому проблема психологічної підтримки безробітних, як одного з основних напрямків роботи психологів міськ(рай) центрів зайнятості та відділів організації профорієнтації незайнятого населення, набуває особливої актуальності.

Т.Алексенко, І.Беляєва, О.Бережна, С.Вершинін, Ж.Вірна, О.Грабовець, Дж. Каллаган, Л. Карамушка, Н.Коломинський, Н.Максимова, К.Мілютіна, Н.Серебрякова, Л.Шипіцина, Т.Шульга детермінують психологічний супровід як не просто суму різноманітних методів роботи, а комплексно-технологічну, особливу культуру підтримки і допомоги спеціалістами, які приймають участь в процесі супроводу. На думку Ф. Зеєра, - це «... рух разом з особистістю, поруч з нею, своєчасну вказівка можливих шляхів, за необхідності – допомога і підтримка» [4, с. 252].

Переживання людиною ситуації бездіяльності, відсутності роботи трансформується в синдром «неврозу безробіття». Незалежно від причин безробіття людина переживає пустоту свого часу як внутрішню пустоту. Безробітний вважає себе нікому непотрібним, а своє життя – позбавленим сенсу [3].

Психологічні проблеми безробіття впливають і на механізми психічної регуляції людини та викликають певні форми психологічної деформації особистості безробітного. В залежності від індивідуально-психологічних особливостей людини ці види деформацій (певні зміни рис характеру, темпераменту, емоційної сфери, сфери потреб та вольової сфери) можуть проявлятися по-різному. Такі індивідуальні прояви завжди потребують психологічного вивчення.

Психологічний супровід безробітних – один з методів надання психологічної допомоги відвідувачам центру зайнятості. Психологічне супровід осіб, які втратили роботу передбачає особистісно-орієнтоване спілкування психолога з безробітним, під час якого здійснюється загальне орієнтування в його особистісних особливостях та його проблемі, встановлюється і підтримується партнерський стиль спілкування психолога із безробітним, надається психологічна допомога у відповідності з потребами та проблемами безробітного [2].

Психолог-консультант зобов'язаний визначитись з проблематикою, над якою він працюватиме у межах психологічного консультування. Серед проблем, що є найбільш актуальними для безробітних, можна зазначити такі як – психологічні аспекти пошуку роботи, стресові стани, що пов'язані з безробіттям – зневіреність у власних можливостях та

невдоволеність собою, що є результатом втрати попередньої та неможливості отримання нової роботи, інше [1].

Психологічний супровід осіб, які втратили роботу – один з важливих напрямків роботи спеціалістів служби зайнятості. Люди, які втратили роботу, звертаються до служби зайнятості насамперед, щоб працевлаштуватись.

Коли пошук роботи затягується, то на безробітного чекає багато неприємностей, зокрема і психологічного плану. Це песимізм і безпорадність, чому сприяє відчуття соціальної ізоляції. Це такі вкрай негативні та неприємні відчуття, як відсутність впевненості у собі, депресія, безнадія і постійна стурбованість за своє майбутнє.

Безробітний підсвідомо намагається боротися з таким станом постійної стурбованості та хвилювань, але здебільшого далеко не кращим способом - у більшості випадків це проявляється в байдужості та апатії. Створюється парадоксальна ситуація - людині потрібно діяти, шукати вихід із стану безробіття, а вона опускає руки, здається перед труднощами, не долає їх, а зникає до них.

Практика свідчить, що чим триваліше безробіття, тим значніші негативні зміни у психіці безробітного, тим вищий їх рівень і більша потреба в психологічній допомозі. Психологічна підтримка та супровід безробітних, індивідуальний підхід до кожного - один з важливих напрямків роботи профконсультантів-психологів, які працюють в службі зайнятості.

Цілями психологічного супроводу безробітних є: захист психічного та духовного здоров'я безробітного як передумова його самоактуалізації на ринку праці; психологічна адаптація до ситуації втрати роботи, сприяння підвищенню мотивації до праці, пошуку роботи; формування адекватної самооцінки безробітного; допомога в переоцінці цінностей за рахунок зміни цілей, переконань, інтересів людини відповідно до реальної об'єктивної ситуації, що склалася; формування схильності до інтернального виду суб'єктивного контролю (тобто впевненість в тому, що всі події, які відбуваються, залежать від самої людини, рівня її здібності, компетентності, особистих якостей, насамперед таких, як цілеспрямованість та наполегливість); надання впевненості у власних силах, зменшення надмірного емоційного напруження та запобігання депресії; намагання змінити неадекватні установки людини щодо поведінки на

сучасному ринку шляхом використання об'єктивної інформації, інших переконливих аргументів.

Психологічні стани є складовою ланцюжка, ланками якого є установки, емоції та почуття, психологічні стани, актуальна поведінка, ціль. На установки людини впливають внутрішні та зовнішні фактори. Внутрішні фактори - це її потреби, мотиви, ціннісні орієнтації, самооцінка. Зовнішні фактори — це предметна діяльність, досвід, соціальні вимоги. В психокорекційній роботі необхідно працювати з мотивацією людини, з самооцінкою, збагачувати досвід людини, пояснювати зміст нових соціальних вимог.

Робота з людьми з низькою самооцінкою може включати в собі такі складові: періодично організовувати "успіхи" безробітного, суворо дотримуватись принципу поступовості, оббігання на адресу людини критики, догани в разі невдачі в пошуку роботи, вдосконалювати навички в пошуку роботи, позитивний вплив оточуючих.

Робота з людьми з завищеною самооцінкою включає в собі: показати клієнту, що рівень його домагань не відповідає рівню його навичок, ставити перед цією людиною складні цілі, принципово оцінювати досягнення, не порівнювати його досягнення зі слабими. Вирішення основних завдань в процесі індивідуальної консультації.

Психологічний супровід дозволяє вилучити такі складові: головною проблематикою психологічного супроводу є внутрішньо-особистісний комфорт; об'єктом і предметом діяльності у процесі психологічного супроводу виступають екзистенціальні цінності та їх відбиття у життєвих ситуаціях; ціль психологічного супроводу - культурно-продуктивна особистість, яка наділена почуттям перспективи і здібна свідомо розробляти різні стратегії поведінки і аналізувати ситуацію з різних точок зору; позитивним результатом психологічного супроводу є поглиблене саморозуміння особистістю самої себе, прояснення ситуації, змінення соціальної або екзистенціальної позиції, розробка нових психосоціальних умінь; зміст психологічного супроводу пов'язується з наданням емоційної підтримки, ціннісно-смыслові орієнтовки та відпрацюванням життєвих стратегій. Суть психологічного супроводу полягає у тому, що психолог, користуючись своїми спеціальними, науковими, професійними знаннями утворює умови для переживання іншою людиною нових можливостей у вирішенні її психологічних задач. Головна задача психолога-консультанта

служби зайнятості полягає у тому, щоб створити для нормального, психічно здорового клієнта умови для створення їм усвідомлених нешаблонних способів дій, які б дозволили б йому жити у відповідності з можливостями культури.

Проблеми безробіття є значущими для суспільства і особистості. Тому, психологічний супровід осіб, які втратили роботу, повинен включати розвиток наукових підходів, визначення детермінант, проявів і методів психологічного забезпечення процесу адаптації до нових умов у професіогенезі особистості.

### Література

1. Барчі Б. В. Психологічний супровід безробітних у виборі професії / Б. В. Барчі // Науковий вісник Національного університету біоресурсів і природокористування України. Серія : Педагогіка, психологія, філософія. - 2015. - Вип. 220. - С. 228-235.

2. Барчі Б. В. Соціально-психологічний супровід: зміст та структура / Б. В. Барчі // Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць. – К, 2016. – Випуск 8 : Том IX. Загальна психологія. Історична психологія. – С.33-43.

3. Барчі Б. В. Вибір професії клієнтами центру зайнятості в контексті соціально-економічних змін / Б. В. Барчі // Психологічний часопис : збірник наукових праць. – К, 2017. – №1(5). – С.186-198.

4. Зеер Э. Ф. Психология профессий : учеб. пособ. / Эвальд Фридрихович Зеер. – [2-е изд., перераб., доп.]. – М.: Академический Проект, 2003. – 336 с.

**Світлана Костю**

*канд. психол. наук, доцент*

*доцент*

*Мукачівський державний університет*

*м. Мукачево (Україна)*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ ФАХІВЦЯ ЕКСТРЕМАЛЬНИХ ПРОФЕСІЙ**

Сучасні дослідники майже в один голос відзначають, що наростаючі темпи розвитку нових технологій, інформаційний «вибух» та швидке «застарення» інформації, різке ускладнення, автоматизація та комп'ютеризація виробничих процесів, висока

вірогідність виникнення «нестандартних» ситуацій у виробничій та соціальній сферах висувають все нові вимоги до фахівців. Адже вони, окрім професійних знань, вмінь та навичок, нині мають мати ще й спеціальні здібності, вміння та особистісні властивості, що забезпечують гнучкість та динамізм професійної поведінки, креативність у професійній діяльності, самостійність у пошуку та засвоєнні нової інформації і нового професійного досвіду.

Особливо підкреслюється необхідність набуття здатності до прийняття адекватних рішень в «нестандартних» ситуаціях, в умовах дефіциту часу та наявності навичок оптимальної взаємодії із іншими учасниками виробничого процесу у спільній професійній діяльності в колективі.

Однією з актуальних проблем сьогодення є проблема підвищеної небезпеки життєдіяльності особистості. Постійне збільшення темпу нашого життя, інформаційна насиченість, техногенні, стихійні та природні катаклізми, побудова багатоповерхівок, недотримання правил безпеки людиною – це все призводить до непередбачуваних наслідків.

Сукупність цих факторів призводить до психічної напруги, крайніми формами вираження якої є стресогенні реакції особистості. Ситуації, що призводять до такого стану називають екстремальними. Протягом існування людства, у зв'язку зі змінами умов життя, збільшується кількість спеціалізованих служб порятунку та ризикованих видів професій (пожежні-рятувальники, військові, охоронці, працівники правоохоронних органів тощо). Ці люди працюють в екстремальних умовах діяльності із постійною загрозою для їх здоров'я та життя. Саме поняття «екстремальний» (від лат. *extremum* – крайній) використовують для об'єднання понять максимуму і мінімуму.

Екстремальні умови можуть створюватися не лише максимізацією, але й мінімізацією (дефіцитом) діючих факторів [2]. В обох випадках це призводить до подібних результатів. Проблемами екстремального способу життя та екстремальними видами діяльності займається порівняно молода галузь психології, яку визначають по-різному – психологія діяльності в екстремальних умовах, психологія праці в особливих умовах, екстремальна психологія, та екстремальна психопедагогіка.

Психологія діяльності в особливих умовах – одна із галузей психології, яка вивчає психологічні закономірності змін і відновлювання психічної діяльності:

– особистості в умовах, що є екстремальними за своїм характером, пов'язані з дією стресових чинників підвищеної інтенсивності та несуть головним чином безпосередню небезпеку для життя та здоров'я її суб'єкта, пов'язані з безпосереднім ризиком чи загрозою для його життя та здоров'я під час і після виконання професійних обов'язків;

– інших осіб, що постраждали внаслідок дії зазначених чинників;

– пов'язані з цим аспекти психодіагностики, психотерапії, психокорекції, реабілітації та психопрофілактики [2,3].

Робота в екстремальних умовах передбачає постійну загрозу життю. В таких ситуаціях досить чітко проявляються стійкі риси особистості, її установки. Однак, роль морально-психологічного фактору і професійної підготовки при роботі людини в стресових ситуаціях не слід переоцінювати. Варто чітко уявляти, що навантаження, яке впливає на психіку людини при загрозі життю – це перш за все навантаження на її нервову систему. Властивості ж нервової системи у кожної людини індивідуальні, а отже і навантаження по-різному впливає на працездатність різних людей. У деяких людей в момент, коли критична ситуація ставить високі вимоги до діяльності, настає етап психічної нестійкості.

За статистичними даними американської психологічної асоціації, під час другої світової війни, лише 25% людей були здатні діяти на передовій під час бою. Стан психічної нестабільності виникає в результаті астенізації нервової системи, яка викликається порушеннями режиму праці, та різними психічними потрясіннями, що травмують психіку. Особливо чітко психічна нестабільність в загрозових умовах для життя виявляється в аварійній ситуації.

Аналізу впливу довготривалої емоційної напруги на організм присвячені роботи багатьох вчених, спеціалістів у різних галузях – психології, соціології, фізіології тощо. Багато з них відмічають, що людина, знаходячись у складних умовах, здатна виробити навички найбільш адекватних реакцій, які забезпечать правильну мобілізацію власних функцій. Також можливим є навчання різним способам подолання (елімінації) страху. В ряді випадків екстремальна ситуація має затяжний вплив на людину, викликає порушення поведінки, конфліктність, а також соціальні девіації. Опір складним ситуаціям (Короленко Ц.П.) проявляється в здатності

переносити і переживати такі випадки без дезорганізації своєї поведінки.

Постійна загроза для життя, що обумовлена підвищеним фактором ризику загинути в результаті нещасного випадку, аварії або катастрофи, може викликати різні специфічні психічні реакції – від стану тривожності до розвитку різноманітних психічних розладів. У представників ризикованих професій (Лебедєв В.І.) постійно присутня готовність до ризикованих дій, але вона не завжди усвідомлюється. Така готовність, що супроводжується відповідною психічною напругою в адекватній формі, є закономірною реакцією на небезпеку.

Робота в екстремальних умовах призводить до того, що працівники переживають кризові стани, які проявляються у професійному вигоранні, підпаданню під стреси, а також неможливості адаптування до нових умов праці.

Представники ризикованих професій належать до категорії людей, чия діяльність пов'язана з умовами, що в значній мірі сприяють виникненню кризових станів. Для професійної кризи є характерними: емоційне виснаження, цинічна оцінка відношення до праці і її результатів, а також нестача почуття власних досягнень. При емоційному виснаженні людина почуває втому та виснаженість. У випадку цинічного відношення до праці людина починає з ненавистю ставитися до своєї діяльності, робота вже не дає бажаних результатів та відповідного почуття значимості й задоволення від зробленого.

Цікавою є думка стосовно вибору екстремальної професії, яка передбачає ризик (Теплов Б.М.). Тобто, існують люди для яких небезпека є життєвою потребою. Вони прагнуть до неї і в боротьбі з нею знаходять велику радість і сутність життя. «Якби небезпека завжди викликала негативну і болісну емоцію страху, то тоді б бойова ситуація, яка завжди пов'язана з великою небезпекою, не мала би в собі нічого притягального, що дає велику насолоду».

У психолого-педагогічній літературі є опис професійної свідомості як факт періоду вибору професії. Однак професійна свідомість фахівця формується в процесі усвідомлення професійного шляху й функціонує впродовж усіх етапів трудової діяльності.

Ж.П. Вірна вважає, що професійну свідомість можна розглядати як результат входження в професійну роль, у якій велике значення, на думку автора «життєвих кар'єр» Д. Сьюпера, має уявлення особистості про себе. Так, варіантом

реалізації «Я-концепції» є професійна перевага і тип кар'єри. Також у професійну свідомість входять неповторні риси й особливості, пов'язані із специфікою індивідуальної життєдіяльності спеціаліста. Проте вибір майбутньої професії визначається наявністю у людини сукупності рис, власне яких вимагає певна сфера трудової діяльності. Саме ці професійні якості допомагають людині адаптуватися до вимог фаху й самореалізуватися в ньому [1, с. 78].

Проблема професійного психологічного відбору фахівців екстремального профілю є однією з головних у системі психологічного забезпечення діяльності в екстремальних умовах. Її ефективне вирішення багато в чому визначає підвищення надійності діяльності, зниження травматизму, оптимізацію процесу адаптації, зниження плинності фахівців на етапі навчання, психопрофілактику професійного стресу тощо.

Професійний психологічний відбір полягає в проведенні комплексу заходів, що дозволяють виявити осіб, які за своїми психофізіологічними та психологічними якостями придатні для діяльності в екстремальних ситуаціях. Головне завдання психологічного відбору - оцінка професійної придатності кандидата і довгостроковий прогноз успішності адаптації та ефективності його діяльності в екстремальних умовах.

Ключовим поняттям у контексті проблеми професійного психологічного відбору є «професійна придатність» і «професійна відповідність».

Професійну придатність закономірно розглядати як сукупність соціально-психологічних, психічних і психофізіологічних властивостей людини, необхідних і достатніх для ефективного виконання професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. Психологічний відбір для діяльності в екстремальних ситуаціях включає соціально-психологічне вивчення особистості (безконфліктне спілкування, конфліктостійкість, здатність до самостверджуючої поведінки, здатність до встановлення й розвитку підтримуючих відносин), психологічне (самооцінка, впевненість у собі, тривожність, дистимність, оптимістичність, здатність до самоорганізації часу життя, адаптивне мислення, когнітивний стиль, самоконтроль, інтернальність/екстернальність тощо), психофізіологічне обстеження (психосоматичний статус, нейродинамічні й психодинамічні властивості, стресостійкість, монотоностійкість, невротизм, астеничність тощо). З погляду методичного інструментарію психологічного відбору фахівців



екстремального профілю важливим є вироблення нормативів показників психодіагностичних тестів для конкретних професійних груп з урахуванням інтенсивності професійного стресу.

Існують два суттєві етапи оцінки професійної придатності в процесі психологічного відбору.

1. На першому етапі визначаються професійні вимоги до фахівця (за рівнем екстремальності напряму діяльності), професійно важливі психологічні й психофізіологічні якості, необхідні для успішного здійснення професійної діяльності в умовах стресу.

2. На другому етапі проводиться експериментальна перевірка надійності, диференційованості і прогностичної валідності методик, які дозволяють оцінити комплекс ПВЯ фахівця і розробляються критерії профпридатності. Підсумком цієї роботи є обґрунтування необхідного й достатнього набору психодіагностичних методик, що дозволяють з достатнім ступенем ймовірності прогнозувати професійну придатність кандидата для діяльності в екстремальних ситуаціях.

Серед основних завдань психологічного забезпечення адаптації в екстремальних умовах можна виокремити такі:

1. Визначення й оцінка адаптивних здібностей до стресу. Для цього існує методика психодіагностики адаптивності до стресу. Вона дозволяє оцінити рівень розвитку адаптивності до стресу та її складові: здатність до управління психофізіологічними станами, сильними емоціями й імпульсами; здатність до управління сном і сновидіннями; здатність до конструктивного й адаптивного мислення; здатність до самоорганізації часу власного життя; здатність до встановлення і розвитку підтримуючих відносин; здатність до упевненої самостверджуючої поведінки; здатність регулювати мимовільні фізіологічні функції і підтримувати оптимальний фізичний стан; когнітивний стиль оптимізм/песимізм.

Стосовно характеристик суб'єкта адаптації в екстремальних ситуаціях цікавими також є вітчизняні психофізіологічні дослідження адаптаційних можливостей людини, закордонні психологічні дослідження проблем «adaptive coping», «hardiness», «resilience».

2. Моніторинг станів, що виникають в екстремальних умовах, формування навичок довільної адаптивної саморегуляції.

3. Моніторинг соціально-психологічного клімату в групі й заходи щодо його оптимізації. Оцінка соціально-психологічної, психологічної і психофізіологічної сумісності. Діагностика конфліктогенності й конфліктостійкості співробітників.

4. Психологічна робота з неадаптивними і дезадаптивними проявами (станами, поведінкою). Виявлення осіб з неадаптивною і дезадаптивною поведінкою й вжиття заходів щодо їх успішної адаптації.

5. Розробка комплексних цільових програм адаптації до конкретних екстремальних ситуацій діяльності.

Недостатність адаптивних здібностей може бути компенсована ефективною психологічною підготовкою до дій в умовах професійного стресу [3].

Психологічна підготовка до діяльності в екстремальних ситуаціях, оцінка й прогнозування готовності до дій в умовах професійного стресу й ризику є одним з пріоритетних напрямів психологічного забезпечення.

Отже, перспективними напрямками подальших наукових пошуків є дослідження психодіагностичних засобів і критеріїв ефективності особистісно - професійного розвитку фахівців, екстремальних видів діяльності, здійснення їх цілеспрямованої психологічної підготовки. Зокрема, важливим є впровадження тренінгових форм роботи серед представників ризиконебезпечних професій з метою оптимізації їхнього психологічного здоров'я, а також уміння адаптуватися до складних екстремальних умов фахової діяльності.

## Література

1. Вірна Ж.П. Мотиваційно-смилова регуляція у професіоналізації психолога / Ж.П. Вірна. – Луцьк: РВВ «Вежа»; ВДУ ім. Лесі Українки, 2003. – 320 с.

2. Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів / Під кер. В. Б. Шапаря. — Х.: Прапор, 2009. — 672 с.

3. Тимченко, О. В. Предмет, задачі та методи екстремальної юридичної психології / О. В. Тимченко // Право і безпека. — 2004. — No 3. — С. 218—221.

*Ольга Воронова*  
канд. психол. наук, ст. викладач  
Мукачівський державний університет  
м. Мукачево (Україна)  
*Магдаліна Барчій*  
ст. викладач  
Мукачівський державний університет  
м. Мукачево (Україна)

## **ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ЯК СКЛАДОВА КОМПЛЕКСНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ДО ДІЯЛЬНОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ УМОВАХ**

Останнім часом перед психологічною наукою актуалізуються проблеми, пов'язані з аспектами діяльності працівників ризиконебезпечних/екстремальних професій. Тож одним з актуальних завдань ЗВО є підготовка висококваліфікованих фахівців екстремальних професій, які відповідають потребам суспільства, вимогам мінливих умов сучасного життя та здатні ефективно діяти в будь-яких умовах. Результатом підготовки зазначених фахівців до виконання завдань за умов ризику й небезпеки має бути психологічна готовність до певних дій, відповідно до поставлених професійних завдань різного рівня складності [1]. Отже, актуальною є проблема формування у них психологічної готовності до роботи в екстремальних умовах, що є однією з важливих передумов її успішності.

У психологічному словнику за редакцією В. Войтка психологічна готовність до діяльності трактується як поєднання знань, умінь, навичок із потребою у праці, що базується на зацікавленості, бажанні працювати, високому рівні трудового виховання [10].

Загалом, у психологічній літературі в залежності від сутності та специфіки трактування поняття «психологічної готовності до професійної діяльності» різні автори по-різному визначають її структуру. Структурним аналізом психологічної готовності до діяльності займалися такі вчені, як Г. Балл, М. Дьяченко, Л. Кандибович, Л. Кондрашова, Н. Кузьміна, В. Сластьонін та інші. Вчені виділяють багатокомпонентну структуру психологічної готовності до професійної діяльності, яка має свої особливості формування і розвитку.

Серед вольових якостей, які забезпечують психологічну готовність до діяльності виділяють:

- цілеспрямованість (керування в роботі конкретною метою);
- самовладання і витримка (збереження самоконтролю в будь-якій ситуації) – наполегливість (тривале збереження зусиль при досягненні поставленої мети);
- ініціативність (готовність і вміння психолога виявляти творчий підхід до вирішення проблем,);
- рішучість (своєчасно приймати продумані рішення і без зволікань приступати до їх виконання);
- самостійність (відносна незалежність від зовнішніх впливів);
- самокритичність (вміння помічати свої помилки, неправильні дії та прагнення їх виправити).

Різноманітні аспекти психологічної готовності фахівців екстремальних професій в межах професійної підготовки, діяльності та їх психологічного супроводження досліджували такі відомі українські вчені як: В. Корольчук, М. Корольчук, Л. Матохнюк, О. Морозов, В. Стасюк, О. Тимченко та ін.

На сьогодні існує значна кількість підходів у психологічній літературі до визначення та характеристики екстремальних умов діяльності. Найбільш науково об'єктивним та сучасним є підхід, запропонований В. Корольчук. Науковцем визначено три категорії умов діяльності: звичайні, особливі та екстремальні. В основу даної класифікації покладені такі критерії: ступінь нервовопсихічного напруження, що супроводжує виконання діяльності або адаптацію до змінених умов діяльності, а також ступінь вираженості реальної вітальної загрози. Тому екстремальні умови діяльності характеризуються наявністю реальної вітальної загрози та надмірно високим рівнем нервовопсихічного напруження [6].

Стан психологічної готовності є виявом сукупності інтелектуальних, емоційних, мотиваційних і вольових аспектів психіки людини в їхньому співвідношенні із зовнішніми умовами й майбутніми завданнями [12]. Крім готовності як психічного стану, виявляється також готовність як стійка характеристика особистості, яку називають підготовленістю, тривалою або стійкою готовністю. Будучи завчасно сформованою, ця готовність стає передумовою успішної діяльності. У загальному вигляді тривала готовність є структурою, що передбачає: 1) позитивне ставлення до виду діяльності, професії; 2) риси характеру, здатності, темперамент, мотивацію; 3) адекватні вимоги діяльності, необхідні знання,

навички, уміння; 4) стійкі професійно важливі особливості сприймання, уваги, мислення, емоційних і вольових процесів. На відміну від стану тимчасової готовності, що відображає особливості й вимоги майбутньої діяльності, тривала готовність – це стійка система професійно важливих якостей особистості (позитивне ставлення до професії, організованість, уважність, самовладання тощо), її досвід, знання, навички, уміння, необхідні для успішної діяльності в складних ситуаціях.

Тривала готовність являє собою систему інтегрованих властивостей, знань, досвіду особистості. Ця готовність поєднує в собі усвідомлення ролі певної професії в суспільстві, соціальну відповідальність, намагання самостійно та творчо вирішувати професійні завдання, установку на актуалізацію наявних знань. Короткочасна психологічна готовність являє собою особливий психічний стан, що характеризується наявністю в суб'єкта образу структури певної дії та стійкої спрямованості свідомості на її виконання (включає в себе різного роду установки на усвідомлення завдання, моделі майбутньої поведінки, визначення спеціальних засобів діяльності, оцінку власних можливостей в їх співвідношенні з майбутніми труднощами та необхідністю досягнення певного результату) [3].

На думку О. Клімової [5], важливе значення у психологічній підготовці працівників екстремальних професій має формування вмінь стримувати свої емоції, розрізняти емоції інших людей, озброюватися знаннями особливостей невербальної поведінки, уміннями діагностувати неправду, адекватно сприймати повсякденні стреси тощо. Про важливість емоційної складової психологічної готовності працівників екстремальних професій до складних умов діяльності також зауважує Я. Бондаренко. Успішність налагодження контакту, ефективність виконання службових завдань істотно залежать від позитивного емоційного стану під час виконання професійних обов'язків.

Психологічна готовність майбутніх фахівців екстремальних професій, як зазначає Л. Матохнюк, є складною особистісною властивістю, котра включає в себе мотиваційно-ціннісний, когнітивний та операційно-діяльнісний компоненти. Для успішного розвитку психологічної готовності майбутніх фахівців до професійної діяльності необхідно враховувати вплив об'єктивних і суб'єктивних умов навчання та розробити психолого-педагогічні засоби формування зазначених компонентів. Дослідниця доводить, що у формуванні

психологічної готовності до фахової діяльності провідну роль відіграє розвиток мотиваційно-ціннісного компонента з використанням при цьому активних методів навчання, зі створенням на заняттях умов для саморозвитку особистості [8].

В. Россах спільно із В. Шапар розглядають поняття «готовність до екстремальної дії» як здатність до швидкого та дієвого реагування на екстремальні ситуації, які є непередбачуваними та непрогнозованими [11]. Така готовність передбачає сформованість внутрішніх настанов особистості на поведінку певного роду, яка супроводжується налаштуванням і мобілізацією всіх резервів для виконання дій, використанням набутих у процесі професійного становлення знань, умінь і навичок. Звідси витікає, що для формування готовності до діяльності в особливих умовах у процесі навчання потрібно створювати відповідні психолого-педагогічні умови.

Так, за П. Горностаєм під поняттям «професійна готовність» доцільно розуміти загальну готовність людини до професійної діяльності (як психологічну, так і фізичну), що може бути як тривалою (професійна підготовленість), так і короткочасною [2].

Різні тлумачення науковцями поняття «психологічна готовність» зумовлені відмінними теоретичними підходами та специфікою структури діяльності. На сьогоднішній день визначено два основні підходи до вивчення психологічної готовності: особистісний, який розглядає психологічну готовність у сукупності з особистісними передумовами до успішної діяльності, та функціональний, який аналізує готовність у зв'язку із психічними функціями, формування яких вважається необхідним для досягнення високих фахових показників. Особистісний компонент, своєю чергою, зумовлює вдосконалення психічних процесів, станів і якостей людини, потрібних для продуктивної діяльності [3].

Психологічна готовність має формуватись комплексно. Такий підхід полягає у розвитку особистості кожного фахівця (його професійного мислення, поведінки, мотивів, ставлення до виконання завдань тощо) у процесі всієї системи професійної підготовки. Мета цієї підготовки полягає не тільки у тому, щоб надати їм необхідні знання, сформувати відповідні вміння та навички, а й в тому, щоб сформувати високий рівень психологічної готовності до діяльності в екстремальних умовах.

Цілеспрямоване формування психологічної готовності майбутніх фахівців до діяльності в екстремальних умовах у

процесі психологічної підготовки сприятиме більш успішному вирішенню професійних завдань, зниженню екстремальності та несподіваності емоціогенних ситуацій у майбутньому, збереженню психічного здоров'я та профілактиці «професійного вигорання», підвищенню рівня свідомого контролю за перебігом психічних процесів. Саме психологічна готовність визначає здатність особистості до готовності діяти в нестандартних умовах, до психологічної саморегуляції, вміння аналізувати та передбачати ситуацію швидкодії, а головне – формувати реакцію організму в особливих умовах [9]. Зазначені якості є вагомими для фахівців в екстремальних умовах діяльності, адже здійснення оцінки, аналіз небезпечної ситуації та правильна реакція організму на неї значно зменшують ризик небезпеки не лише для оточуючих, а й для самого працівника.

Підсумовуючи зазначимо, що у наукових джерелах психологічна готовність фахівця до професійної діяльності розглядається, з одного боку, як наявність професійно важливих якостей, володіння знаннями, уміннями і навичками, а з іншого – як стан концентрації можливостей індивіда, що передую певним діям; як внутрішнє налаштування на виконання професійної діяльності; як стан мобілізації психофізіологічних систем, які забезпечують ефективне виконання діяльності людини.

Перспективи подальшого розвитку означеної проблеми полягають у дослідженні дидактичних засобів та умов формування психологічної готовності майбутніх фахівців до діяльності в екстремальних умовах.

## Література

1. Александров Д. О. Психологічне забезпечення оперативно-службової діяльності працівників міліції. Професійна психологічна підготовка працівників оперативних підрозділів : навч.-метод. посіб. / Д. О. Александров, В. Г. Андросюк. – Київ : НАВСУ, 2003. – 183 с.
2. Горностай П. П. Формирование психологической готовности старшеклассников к педагогической деятельности: автореф. дисс... канд. психол. наук: спец. 19.00.07 / П. П. Горностай. – К., 1988. – 149 с.
3. Дьяченко М. И. Психологические проблемы готовности к деятельности / М. И. Дьяченко, Л. А. Кандыбович. — Минск : Изд-во БГУ, 1976. — 173 с.
4. Екстремальна психологія. Підручник. [Євсюков О.П., Куфлієвський А.С., Лебедев Д.В., Миронець С.М., Назаров О.О.

та ін.] / за заг. ред. проф. О.В.Тімченка – К. : ТОВ «Август Трейд», 2007. – 502 с.

5. Климова Е. Н. Использование средств нейролингвистического программирования в профессиональной подготовке сотрудников силовых структур / Е. Н. Климова // Актуальные проблемы огневой, тактико-специальной и профессионально-прикладной физической подготовки : сб. науч. тр. Междунар. науч.-метод. конф. – Могилев : Могилев. ин-т МВД, 2014. – С. 358–363.

6. Корольчук В. М. Психологія стресостійкості: [монографія] / В. М. Корольчук. – К.: Ніка-Центр, 2007. – 432 с. – Бібліогр.: с. 381-406.

7. Корольчук М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах / М. С. Корольчук, В. М. Крайнюк. — Київ : Ніка-Центр, 2006. – 580 с.

8. Матохнюк Л. О. Формування психологічної готовності майбутніх інженерів-прикордонників до професійної діяльності : автореф. дис... канд. псих. Наук : 19.00.07: / Людмила Олександрівна Матохнюк; НПУ ім. М. П. Драгоманова. — Хмельницький, 2006. — 24 с.

9. Молотай В. А. Формування психологічної готовності військовослужбовців внутрішніх військ МВС України до діяльності по охороні громадського порядку : автореф. дис... канд. психол. наук : 19.00.09 / Валерій Анатолійович Молотай. — Хмельницький, 2006. — 20 с.

10. Психологічний словник / за ред. В. І. Войтка. — К. : “Вища школа” 1982. — 215 с.

11. Шапарь В. Б. Новейший психологический словарь / сост. В. Б. Шапарь, В. Е. Россоха, О. В. Шапарь / ред. В. Б. Шапаря. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. — 808 с.

12. Швець Д. В. Психічна стійкість працівника поліції як основа готовності до службової діяльності в екстремальних ситуаціях / Д. В. Швець // Особистість, суспільство, закон: психологічні проблеми та шляхи їх розв’язання : зб. тез доп. Міжнар. наук.-практ. конф. (Харків, 30 берез. 2017 р.). – Харків : ХНУВС, 2017. – С. 226–228.



**Вікторія Синишина**  
канд. психол. наук, доцент,  
доцент кафедри психології  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»,  
м. Ужгород (Україна)  
**Іван Маріонда**  
канд. пед. наук, доцент,  
доцент кафедри фізичного виховання  
ДВНЗ «Ужгородський національний університет»,  
м. Ужгород (Україна)

## **ІНТЕРАКТИВНІ ТЕХНОЛОГІЇ НАВЧАННЯ ЯК ЧИННИК РОЗВИТКУ ПРОФЕСІЙНИХ ЗДІБНОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ-ПРАКТИКІВ**

Під час соціально-політичних та економічних трансформацій перед особистістю постає ряд проблем, які вона не зможе вирішувати сама, що в свою чергу зумовлює психологічні проблеми та утруднення, вирішувати які разом з клієнтами покликані практичні психологи. Освіта в Україні та, зокрема, фахова підготовка практичних психологів повинна бути адаптована до швидкоплинних трансформацій у суспільстві, оскільки практичний запит суспільства на психологічну допомогу часто випереджає теоретичні напрацювання у цій сфері.

Аналізуючи фахове навчання студентів – практичних психологів, можемо з упевненістю констатувати, що існують проблеми щодо форм та методів професійної підготовки майбутніх практичних психологів. Вся система професійної підготовки повинна базуватися не тільки на формуванні професійних знань, а в першу чергу, на розвиткові вмій та навичок надання психологічної допомоги, що є нагальним та пріоритетним напрямом у підготовці практичного психолога.

Наразі прослідковуються гострі суперечності, що існують у системі професійної підготовки психологів. Як зазначає Т.О. Ковалькова, суперечності існують між загальними, стандартизованими підходами до професійної підготовки практичних психологів і специфікою галузі, в якій реалізовуватиметься їхній фаховий потенціал. Ці суперечності зумовлюють дослідження доцільності та необхідності використання інноваційних технологій і сучасних методів

навчання для формування розвитку творчого потенціалу, особистісних якостей та професійно-важливих якостей майбутніх практичних психологів [3, с. 15]. Традиційні форми навчання не можуть глибоко охопити формування готовності практичних психологів до екологічної професійної діяльності. Це може уможливити тільки практично-зорієнтована направленість педагогічного процесу, де на перший план виходить не традиційна теоретична підготовка практичних психологів, а розвиваюче інтерактивне навчання.

Фахова підготовка майбутнього практичного психолога - питання широке та невичерпне. Не дивлячись на те, що технології навчання досліджували А. Алексюк, В. Бондарь, В.Безпалько, А. Вербицький, А. Долгоруков, І. Підласий, Л. Романишина, О. Сидоренко, Ю. Сурмін, В. Чуба, А.Фурман, а прикладні аспекти підготовки практичних психологів вивчали такі науковці як В. Андреев, Г. Балл, Д. Ельконін, Г. Костюк, О. Ліщинська, Л. Фрідман, А. Хуторський та інші, питання пошуку ефективних методів навчальної діяльності студентів ВНЗ, залишається відкритим.

Оскільки володіння достатнім обсягом теоретичних знань для практичного психолога не є кінцевим змістом навчання, формування практичних навичок потребує застосування сучасних педагогічних методів, які покликані стимулювати пізнавальну діяльність студента, демонструвати можливості застосування теоретичних знань і розвивати практичні навички щодо їх використання.. Успішне проведення практичного заняття для студентів практичних психологів в значній мірі залежить від впровадження інтерактивних технологій навчання. В сучасному освітньому просторі у межах інтерактивних технологій навчання знаходиться ситуативне навчання, до якого відносяться такі методи як метод case-study та метод ситуаційних задач. Фахова підготовка практичних психологів повинна демонструвати належне формування професійних компетенцій та їх застосування у професійних ситуаціях. Таким вимогам відповідають ситуаційні задачі. В.С. Аванесов ситуативними називає задачі, які використовуються для перевірки знань та вмінь діяти в практичних, екстремальних та інших ситуаціях [1].

Для того, щоб ціль практичного заняття була досягнута, необхідно зміст кожної теми доповнити вирішенням ситуаційних задач. Використання ситуаційних задач у навчальному процесі перш за все потрібно для формування

умінь і навичок використання теоретичних знань у професійній діяльності майбутнього практичного психолога.

На практичних заняттях майбутніх практичних психологів повинна існувати присутність поліваріантності вирішення проблемних життєвих ситуацій та відсутність чіткого алгоритму вирішення проблемних задач. Це є особливістю гуманітарних дисциплін, а також вимогою до специфіки роботи майбутнього практичного психолога, оскільки єдиних рецептів щодо надання психологічної допомоги не існує: всі життєві ситуації у клієнтів різні, властивості психіки індивідуальні і тому проблема не вирішуються завдяки одному єдиному алгоритму

Головною умовою при використанні ситуаційних задач є те, щоб ситуація синхронізували навчальний матеріал, який студенти вивчали на лекційних заняттях або підготували до практичного заняття шляхом самостійної підготовки. Метод повинен використовуватись для логічного продовження лекційних занять або як елемент лекційного заняття, і через це ситуації завжди знаходяться в межах теми, що вивчається. Специфіка ситуації як задачі, на нашу думку, якраз і полягає в тому, що вона носить яскраво виражений практико-орієнтований характер, але для її вирішення необхідно конкретне знання з певного предмету.

Ситуаційні задачі відрізняються одна від одної, але слід відзначити, що вони мають типову структуру. Задача повинна включати проблему та коротку інформацію по проблемі. Інформація по проблемі –це не джерело підказки для правильної відповіді, це допоміжний елемент в засвоєнні знань та вмінь. Обов'язковим елементом є питання чи завдання до задачі.

Розробляючи фонд ситуаційних задач з дисциплін «Основи психологічного консультування», «Клінічна психологія», ми підбирали завдання так, щоб студенти використовували не тільки теоретичний матеріал підручника до відповідної теми, а й знаходили відповіді на поставлені питання, проявляючи творчі здібності при аналізі ситуацій. Завдяки такому підходу студенти вчаться застосовувати отримані знання в подальшому як на практиці, так і в повсякденному житті.

Вбачається доцільним розробити базу ситуаційних задач до окремих предметів, розв'язування яких має на меті сформувати у майбутніх фахівців професійні вміння надавати психологічну допомогу .

Вважаємо за доцільне навести приклад ситуаційної задачі до практичного заняття з дисципліни “Клінічна психологія” до теми “Депресія”.

Ольга, 54 роки скаржиться на пригнічений настрій, безсоння, наплив нескінченних тривожних думок про становище в сім’ї. Життя представляється їй непотрібним і безцільним, часто думає про те, що жити не варто. Ось уривок з розмови психолога з клієнтом.

Психолог: “Чому Ви вважаєте, що Ви нікому не потрібні? Удома Ви ведете господарство, виховуєте внуків. Вашим дітям було б важко без Вас”.

Ольга: “Внукам, напевно, я вже непотрібна, вони вирости. Коли були маленькі, я мала чим займатись, оскільки була з ними, бо діти працювали. Ходила з ними на гуртки, водила в садочок, до школи. Тепер все змінилося”.

Психолог: “Чому Ви так говорите? Адже тільки вчора у Вас був син. Він сказав, що удома все гаразд”.

Ольга: “Не знаю... Напевно, всі загинули. Господи, що зі мною? Зробіть що-небудь, допоможіть... Деколи мені здається, що всі загинули, хоча я розумію, що всі живі, але страх за життя близьких мене не покидає. Я дуже хвилююсь за них , бо не бачу кожного дня , а раніше дня не проходило , щоб я їх не бачила. Мені нічого не цікаво. Читати не можу, гуляти не маю сил. Всі фарби якісь не такі яскраві. Небо не таке блакитне, дерева не зелені. Краще б я померла , щоб не мучити сім’ю, вони ж теж хвилюються за мене ...Тай мені немає ніякого вже сенсу жити”.

Психолог: “Ви думали інколи , що життя не варто продовжувати? ”

Ольга: “Так , я часто замислююсь над цим і навіть спланувала втопитися на річці... Я не хочу вмирати, але й жити так не можна більше... Але це я бачу-найкращий вихід для мене . Діти будуть кожен день з внуками приходити на могилу і згадувати про мене. Хоч таким способом. Можливо, я не буду їм тоді заважати, тай сама не буду вже мучатись. Подруги всі відвернулися від мене , я не цікавлюся їх життям, а тільки жаліюся. В останній час дуже болить голова, напевно, у мене рак. Я постійно думаю про це. Лікар, скажіть, у мене рак? Навіть, якщо ви скажете-ні , я не повірю...”.

Студентам варто запропонувати відповіді на питання:

Який вид депресії притаманний героїні ситуаційної задачі?

- Депресивно-параноїдальний синдром
- Тревожно-депресивний синдром

- Іпохондричний синдром

Чи варто надавати в цій ситуації психологічну допомогу, чи перенаправити жінку до інших спеціалістів?

-Які методи превенції, на вашу думку, будуть ефективними?

-Що могло спричинити депресію?

-Чи потрібне медикаментозне лікування при данному виді депресії?

-Які ідеї говорять про депресію? Чи є наявною ідея безглузлого існування?

Таким чином, якість психологічної освіти залежить від поєднання предметних знань студентів і їх вмінь оперувати цими знаннями, на що зорієнтована методологія роботи з ситуаційними задачами. Важливою умовою формування вмінь надання психологічної допомоги в умовах консультативної роботи майбутніх фахівців практичних психологів є створення у процесі навчання студентів ситуацій взаємодії з клієнтом, що наближені до реальних умов професійної діяльності.

Ситуаційні задачі допомагають покращити якість професійної підготовки майбутніх практичних психологів в умовах вищого навчального закладу, а також оптимально сформувати професійні компетенції майбутніх практичних психологів.

Випускники психологи класичних університетів, маючи хорошу теоретичну підготовку в недостатній мірі володіють практичними техніками і технологіями впливу на особистість та її поведінку в різноманітних життєвих ситуаціях[4, с. 210].

Підготовка практичних психологів повинна забезпечувати комплексний вид підготовки, де акцентується увага на професійному вивченні дисциплін у класичних університетах зі спеціальним навчанням, поєднаним зі специфікою діяльності у різних умовах, коли психологу-практику приходиться надавати психологічну допомогу при аваріях та катастрофах різного характеру, пожежах, землетрусах, збройних конфліктах.

Професійна підготовка практичних психологів має багатокомпонентний характер і містить низку взаємопов'язаних елементів. Ці елементи мають включати: теоретичне обґрунтування, педагогічні технології, які в свою чергу формують вміння та навички у професійній діяльності. Послідовність навчальної діяльності студентів-психологів повинна поєднувати методи, організаційні прийоми та технології навчання.

Надзвичайно важливим є метод застосування фільмів про події, що відбуваються в екстремальних ситуаціях. Ефективному застосуванню технічних засобів передують ретельна підготовка. Вона передбачає добір матеріалів (слайдів, діафільмів, відеофрагментів, магнітофонного звукозапису, файлів для мультимедійної проєкції тощо), визначення та підготовку умов демонстрації, аналіз та вибір методичних прийомів та послідовності демонстрації. Використання відеоматеріалів під час викладання матеріалу діяльності психолога в екстремальних і особливих умовах дає дуже позитивні результати тому, що сучасних студентів вже важко зацікавити традиційними лекціями та практичними заняттями - сьогодні студенти надають перевагу інтерактивним технологіям. До того ж ці методи є дуже результативними (підвищується рівень як успішності, так і якості навчання). Після перегляду фільму доцільно провести дебрифінг, цей метод вдало поєднує в собі рефлексивні методики щодо відреагування студентами екстремальних ситуацій, бачення своїх вмінь та навичок у психологічній допомозі постраждалим під час надзвичайних ситуацій. Також студенти під час дебрифінгу навчаються самі проводити цей метод з представниками спеціальностей екстремального профілю.

У дебрифінгу прийнято виділяти три частини й сім чітко виражених фаз:

частина I – пропрацювання основних почуттів учасників і вимір інтенсивності стресу;

частина II – детальне обговорення симптомів і забезпечення почуття захищеності й підтримки;

частина III – мобілізація ресурсів, забезпечення інформацією й формування планів на майбутнє.

Нижче сформульовані й описані сім фаз дебрифінгу.

#### 1. Вступна фаза

Ведучий групи представляє себе, команду дебрифінгу й пояснює мету зустрічі приблизно в такий спосіб: «Я – N... Таку процедуру обговорення того, що трапилося, я використовував багато разів раніше в подібних ситуаціях після складних, стресогенних інцидентів, таких, як... Ці обговорення більшість людей визнають корисними. Вони дають можливість висловити й зрозуміти думки й почуття, які виникли в нас у зв'язку з тим, що відбулося. Тому все, що буде тут обговорюватися, ми будемо вважати нормальним. Це допоможе вам розібратися у своєму

стані й почуттях, які зараз здаються вам дивними й неподоланними».

2. Фаза фактів. На цій фазі кожна людина коротко описує, що відбулося з нею під час інциденту. Учасники можуть описати, як вони побачили подію і яка була послідовність етапів. Ведучий команди дебрифінгу повинен заохочувати фактологічні перехресні питання, що допомагають прояснити й відкоригувати об'єктивну картину фактів і подій, наявних у розпорядженні членів групи.

3. Фаза думок. На фазі думок дебрифінг фокусується на процесах ухвалення рішення й мислення. Питання, що відкривають цю фазу, можуть бути такого типу: «Якими були ваші перші думки, коли це відбулося?»

Потім варто запитати: «Що б ви робили під час інциденту?»

Які б були ваші враження про те, що відбувалося навколо вас, коли події тільки почали розвиватися?»

4. Фаза реагування. Питання про думки, враження й дії сприяють емоційному відреагуванню. Ця фаза, у якій досліджуються почуття, часто найдовша частина дебрифінгу. Коли люди описують причини прийняття ними тих або інших рішень, вони дуже часто говорять про страх, безпорадність, самотність, фрустрації. Типові наступні коментарі: «Я б боявся зробити помилки...»; «Я ніколи у своєму житті не був так переляканий. Мої руки тряслися й тряслися...»; «Я не знав: або я зберігаю життя, або відбираю його...»; «Я був такий самотній, що повинен був приймати всі рішення самостійно...».

У процесі розповіді про почуття в членів групи створюються відчуття схожості, спільності й природності реакцій. Груповий принцип універсальності є тут ключовим. Цьому сприяють питання, наприклад:

«Як би ви реагували на подію?...»; «Що для вас було найжахливішим з того, що трапилося?...»; «Чи переживали ви у вашому житті раніше що-небудь подібне?».

5. Фаза симптомів. Під час фази симптомів деякі реакції повинні бути обговорені детальніше. Учасників просять описувати симптоми (емоційні, когнітивні, фізичні), які вони пережили б на місці події, коли інцидент завершився, коли вони повернулися додому, протягом наступних днів й на цей час. Питання про незвичайні переживання, про труднощі повернення й відновлення нормального режиму життя й роботи – обов'язкові.

Отже, під час підготовки студентів важливо застосовувати комплексне навчання, що базується не тільки на традиційних методах навчання, а й на застосуванні інноваційних технологій, оскільки це розвиває професійні якості, професійні вміння та навички, які необхідні у тих ситуаціях, де відсутня чітка алгоритмізація, є небезпека життю та здоров'ю, велике психологічне та психічне напруження. Звісно, що традиційні лекційні форми роботи та традиційні форми практичних занять унеможливають оволодіння всіми важливими якостями, які є необхідними для практичного психолога в специфічних сферах діяльності.

Очевидно, що потреби сучасної вищої психологічної освіти вимагають дослідження різних технологій навчання, і нагальним завданням є створення дієвої дидактичної моделі технологій як невід'ємного компонента цілісного освітнього простору, що сприятиме покращенню та значному зростанню рівня професійної підготовки майбутніх психологів.

#### Література

1. Аванесов В. С. Теория и методика педагогических измерений: лекции : веб-сайт.<http://www.charko.narod.ru/tekst/biblio/Avanesov> Теорія і метод педагогічних вимірювань (дата звернення: 25.02.2021).
2. Касаткина Н. С. Ситуационная задача как средство оценивания уровня сформированности профессиональных компетенций будущих педагогов. Образование: прошлое, настоящее и будущее: материалы III Междунар. науч. конф. - Краснодар: Новация. -. 2017. - С. 59-62.
3. Ковалькова Т.О. Формування готовності майбутніх психологів до професійної діяльності в авіаційній галузі у процесі фахової підготовки : автореф. дис. ... канд. пед. наук. 13.00.04. Київ, 2016. 20 с.
4. Сірко Р.І. Методологічні основи підготовки психологів вищих навчальних закладів до діяльності у особливих умовах / Р.І.Сірко // Проблеми екстремальної та кризової психології. - 2015. - Вип. 18. - С. 210-218.



*Олена Полянчко*  
канд. психол наук, доцент, доцент  
Київський університет імені Бориса Грінченка  
м. Київ (Україна)  
*Тетяна Совгіря*  
ст. викладач  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)

## **ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я: ПСИХОДИНАМІЧНА ПАРАДИГМА**

Проблема збереження психічного здоров'я особистості, в сучасних динамічних умовах розвитку інформаційного простору, особливо потребує уваги фахівців-психологів щодо застосування адекватних методів психологічної допомоги та підтримки населення. Значні емоційні напруження, викликані інформаційним потоком негативних подій в суспільному і особистісному житті людини призводять до фізичної чи психологічної хвороби і в подальшому до її непрацездатності в цілому.

С. Т. Бойко, висловлює думку, що розвиток інформаційного стресу пов'язаний не тільки з особливостями професійної діяльності людини, але і з різними подіями у її житті, з різними сферами діяльності, спілкування, пізнання навколишнього світу. Під терміном «інформаційний стрес» розуміємо психологічний стрес, джерелом розвитку якого служать зовнішні повідомлення, інформація про поточний чи передбачуваний вплив несприятливих подій, загрозу; а також «внутрішня» інформація у формі уявлень і спогадів про події, ситуації та їх наслідки, що травмують психіку та супроводжуються негативними реакціями, властивими стресу [3, С 36.].

Як зазначає Жданова І. В., у сучасній психології пропонуються наступні характеристики психічного здоров'я: відсутність психічних розладів, нормальність, перебування у різних станах психічного благополуччя (наприклад, щастя), індивідуальна автономія, вміння успішно впливати на соціальне і природне середовище, «правильне» сприйняття дійсності, розвиток, зростання, цілісність особистості [5, с. 51].

Відомо, що психічне здоров'я визначається науковцями як ментальне і використовується для опису будь-якого рівня

розумового, емоційного благополуччя або відсутності психічного розладу. Психічно здоровою вважається людина, у якій відсутні клінічно виражені прояви психопатології та якій не встановлено діагноз психічного захворювання [1, С.18-19].

Шаронова І. В. зазначає, що наявність психічного здоров'я встановлюють за такими критеріями:

- відсутність або наявність виражених форм психічних захворювань та пограничних нервово-психічних розладів;

- гармонійність психічного розвитку та його відповідність віку;

- рівень розвитку показників стану провідних соціальнопрофесійно-значущих психофізіологічних функцій та особливостей особистості, які зумовлюють ефективне виконання різноманітних навчальних, професійних або побутових завдань у повсякденній діяльності [9].

С. Д. Максименко психічне здоров'я розглядає не лише як відсутність психічних захворювань, наголошуючи на те, що психічне здоров'я – це те, що ми всі бажаємо мати, причому незалежно від того, чи знаємо ми, що це таке, чи ні. Коли ми говоримо про щастя, духовний спокій, радість або задоволеність, ми говоримо про психічне здоров'я [7].

Так, Л. Г. Боброва, вважає, що метод позитивної психотерапії налічує у своєму арсеналі низку технік психологічної допомоги, застосування яких є високоефективним у збереженні психічного здоров'я особистості. Зазначений метод, вважає автор, дає можливість відновити доступ до ресурсів і здібностей людини [2, С.34].

Бригадир М. наголошує, що психічний світ особистості – це динамічна реальність, яка управляє людською органікою (на хімічному, молекулярному рівнях), маючи таким чином матеріальне відображення [4].

Необхідно звернути увагу на думку К. Могі, автора бестселера «Ikigai: сенс життя по-японськи», який окреслює принципи та правила для переживання «ikigai»:

- почніть з малого (початком та мотивація до невеликих змін у власному житті, де основними завданнями для особистості є позбутися страху помилок і поразок);

- прийміть себе (вміння налагоджувати контакт з внутрішньою дитиною, що проявляється у спонтанності, сміливості, щирості та незалежності від думок інших );

- живіть у гармонії з навколишнім світом (здатність приборкувати власні амбіції, бути адаптивним та гнучким у взаємодії з оточенням);

- звертайте увагу на маленькі радощі (вміння переживати та отримувати позитивні емоції від дрібниць).

- бути «тут і зараз» (усвідомлення та переживання актуальної життєвої ситуації) [6, С.107-109, 8].

У своїй роботі ми підкреслюємо, що наші розвідки дослідження стосуються психічно здорових людей, які потребують лише психокорекційних уточнень у розумінні сутності функціонування цілісної психіки в її свідомих і несвідомих проявах. На нашу думку, на збереження психічного здоров'я особистості в умовах значних емоційних та інформаційних навантажень впливає рівень гармонізації психіки і її свідомих і несвідомих проявів. Участь у роботі груп Активного соціально-психологічного пізнання (АСПП) в рамках психодинамічної теорії і методології розробленої академіком НАПН України Яценко Т.С., проходження власної психокорекції сприяє загально-особистісним змінам у напрямку «до життя», а отже і до психічного здоров'я.

Після групової роботи за методом АСПП у учасників груп підвищується рівень соціальної активності, спостерігається адекватність реакцій та адаптивність до несподіваних ситуацій, емоційних і інформаційних коливань; відкритість для нового досвіду; увага до актів спонтанної поведінки іншої людини та самого себе; переважає об'єктивність у оцінці поведінки іншої людини над проєктивно-емотивною оцінкою; послаблюється стереотипність та автоматизованість поведінки; знижується депресивно-регресивні тенденції поведінки; підвищується здатність до розкриття власного конструктивного потенціалу, що передбачає зниження мортідної (руйнівної) енергії, відбувається розвінчання власних ілюзій, породжуваних захистами, поглиблення розуміння інфантильних детермінант особистісних проблем. Все це сприяє реконструюванню примітивних структур психіки завдяки багаторівневому розширенню самосвідомості суб'єкта а отже й впливає на збереження психічного здоров'я особистості в умовах значних емоційних та інформаційних навантажень.

Звичайно, особливо важливою є власна внутрішня вмотивованість особистості до самопізнання, яка є потужним

каталізатором оптимізації її особистісних характеристик, поведінки та сприйняття будь якої інформації не залежно від її валентності. Можливість упередження алгоритмізованості дій керівника глибинно-корекційного процесу є невід'ємним складником як загальної методичної стратегії методу АСПП, так і часткових його методик, які прилагоджуються до актуальних діагностикокорекційних проблем в ситуації «тут і тепер» [10, С.7].

Групові принципи організації роботи в групах АСПП, а саме: прийняття іншої людини (і себе самого) такою, якою вона є; щирість; психоаналіз поведінки іншого (та самоаналіз); відсутність критики (та самокритики); формування навичок «бути в ситуації і бути над нею»; децентрація уваги; долання ефекту «тонельного зору»; перетворення себе на «об'єкт дослідження»; послаблення тенденцій до власного «імпотування психіки» як і тенденцій «до психологічної смерті» тощо, вже забезпечують платформу до індивідуалізовано-особистісних змін. Динаміка індивідуалізованого розвитку каталізується процесом позитивної дезінтеграції та вторинної інтеграції психіки на вищому рівні розвитку, що пов'язано з виявленням її внутрішньої впорядкованості та розв'язанням особистісних проблем (внутрішньої суперечності), що веде до гармонізації психіки [10, С. 8].

Процес АСПП забезпечує стимулювання розвитку емпатії, сенситивності, інтуїції, умінь самоаналізу (саморефлексії) та повздовжнього аналізу (інтерпретації) поведінки інших людей. Проходження глибинної корекції за методом АСПП каталізує особистісні зміни в напрямку гармонізації структури психіки і є запорукою психічного здоров'я.

## Література

1. Барчі Б. В. Психологічне здоров'я: надання психологічних послуг населенню. Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві: збірник матеріалів IV Всеукраїнської науковопрактичної конференції (18 жовтня 2019 року) / уклад. З. Р. Кісіль. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2019. 312 с

2.Боброва Л. Г. Позитивна психотерапія як метод збереження психічного здоров'я особистості Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві: збірник матеріалів IV Всеукраїнської науковопрактичної конференції (18 жовтня 2019 року) / уклад. З. Р. Кісіль. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2019. 312 с

3.Бойко С. Т. Вплив інформаційного стресу на психічне здоров'я особистості. Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві: збірник матеріалів IV Всеукраїнської науковопрактичної конференції (18 жовтня 2019 року) / уклад. З. Р. Кісіль. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2019. 312 с

4.Бригадир М. Розуміння сутності здоров'я в онтопсихології. Збірка наукових праць «Актуальні питання, проблеми та перспективи розвитку гуманітарного знання у сучасному інформаційному просторі: національний та інтернаціональний аспекти» за матеріалами XII Міжнародної науково-практичної конференції. (30–31 травня 2016 р.) Ч. 2. С. 9–11.

5.Жданова І. В. Психологічні аспекти збереження професійного здоров'я майбутніх фахівців у сфері цивільного захисту. Сучасний стан цивільного захисту України та перспективи розвитку: матеріали XIX Всеукраїнської науково-практичної конференції. К.: ІДУЦЗ, 2017. С. 167–170.

6.Калька Н. М., Багрій В. В. Філософія життя «IKIGAI» як запорука збереження психічного здоров'я особистості Психічне здоров'я особистості у кризовому суспільстві: збірник матеріалів IV Всеукраїнської науковопрактичної конференції (18 жовтня 2019 року) / уклад. З. Р. Кісіль. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2019. 312 с

7 Максименко С. Д. Учбове навантаження і збереження психічного здоров'я школярів. Журн. АМН України, 2001. Т. 7, № 3. С. 467–474.

8.Могі К. Маленька книжка ікігай. Секрети щастя по-японському. К., 2019.

9.Шаронова І. В. Психічне здоров'я особистості як предмет психологічного дослідження. Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 2013. Вип. 20. URL: <http://problemps.kpnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/58/2017/05/20-68>

10.Яценко Т.С., Полянничко О.М., Педченко О.В., Психодинамічна методологія глибинного підзання психіки суб'єкта Особистість в умовах кризових викликів сучасності: Матеріали методологічного семінару НАПН України (24 березня 2016 року) / За ред. академіка НАПН України С.Д. Максименка. – К., 2016. – С.3-13.

*Світлана Дорофей*

*канд. психол. наук,*

*ст. викладач кафедри психології освіти*

*Кам'янець-Подільський національний університет ім.І.Огієнка*

*м. Кам'янець-Подільський ( Україна)*

## **ПСИХОЛОГІЧНА БЕЗПЕКА В ОСВІТНЬО- НАУКОВОМУ ПРОСТОРІ УКРАЇНИ**

Проблематика безпеки особистості в останнє десятиліття викликає багатогранний інтерес до напрацювань різних галузей знань і, звичайно ж, психології. В умовах соціально-економічної нестабільності й постійного зростання інформаційної перенасиченості середовища вона стає все більш затребуваною в повсякденному житті переважної частини соціуму. Переживання психологічного благополуччя, здоров'я, задоволеності, комфорту, щастя в повсякденних уявленнях традиційно асоціюються з володінням психологічної безпекою.

Будь-яке соціальне середовище, зокрема й освітнє, впливає на перебіг у ньому життєдіяльності людини, оскільки складається із сукупності матеріальних ресурсів, духовних цінностей, міжособистісних відносин.

Аналіз сучасних досліджень засвідчує, що психологічна безпека освітнього простору навчального закладу є визначальною умовою, що впливає на ефективність навчально-виховного процесу. Питанням організації середовища, вільного від проявів психологічного насильства, сприятливого для всебічного розвитку та збереження психологічного здоров'я суб'єктів освітнього простору навчального закладу є актуальним на сьогодні.

Освітнє середовище є частиною життєвого, соціального середовища людини й виявляється як сукупність усіх освітніх факторів, що безпосередньо або опосередковано впливають на особистість у процесах навчання, виховання і розвитку; є певним виховним простором, у якому здійснюється педагогічно організований розвиток особистості. Ці умови можуть бути

більше чи менше безпечними залежно від наявності чи відсутності певних психологічних характеристик, ситуацій та емоцій, що визначають характер міжособистісних відносин педагогів, учнів, батьків. Психологічними характеристиками освітньо-наукового середовища, які сприяють забезпеченню та збереженню психологічної безпеки, визнано такі: доброзичлива атмосфера, задоволеність стосунками, належний рівень включення в освітнє середовище, високий рівень очікувань щодо діяльності учнів за відсутності упереджень, навчання соціальним навичкам взаємодії, підтримка учнів у період вікових криз, увага до прохань і пропозицій, можливість звернутися за допомогою, підвищення активності батьків тощо.

Освітнє середовище вивчали як зарубіжні (Дж. Гібсон, У. Мейс, Т. Менг, М. Турвей, В. Ясвін та інші), так і вітчизняні (Г. Балл, І. Бех, Є. Бондаревська, С. Максимова, О. Пехота, В. Рибалка, В. Семиченко, В. Серіков, С. Сисоєва та інші) дослідники. Цікавим є підхід зарубіжного науковця В. Ясвіна, який вважає, що освітнє середовище – це характеристика життя всередині освітнього закладу, система впливів і умов формування особистості, а також система можливостей для розвитку особистості, які містяться у соціальному та просторово-предметному оточенні.

Зміст поняття "психологічна безпека" в загальному вигляді можна позначити як стан захищеності індивідуальної, групової та суспільної психології і, відповідно, соціальних суб'єктів різних рівнів спільності, масштабу, системно-структурної та функціональної організації від впливу інформаційних факторів, що викликають дисфункціональні соціальні процеси. Іншими словами, мова йде про такі соціальні процеси, які ускладнюють або перешкоджають оптимальному функціонуванню державних і соціальних інститутів українського суспільства та людини як повноправного й вільного громадянина.

Учені дійшли висновку, що психологічна безпека особистості – це усвідомлення психічно здоровою людиною на рівні переживання як особистісного смислу ступеня конгруентності ідеальних, бажаних уявлень про себе, про своє місце в житті, так і реального наявного стану речей у конкретній життєвій ситуації [3].

Дослідники, які вивчають коло проблем, пов'язаних з питанням психологічної безпеки освітнього середовища, вважають, що психотравмуючі ситуації прямо чи опосередковано впливають на фізичне і психічне здоров'я

особистості. Зокрема, до психотравмуючих ситуацій у освітньому процесі можна віднести: конфлікти у стосунках між суб'єктами освітнього процесу; проблема адаптації в освітньому середовищі; атмосфера конкуренції між студентами; надмірна вимогливість викладачів тощо.

Щодо освітнього середовища як підсистеми соціокультурного середовища як сукупності факторів, обставин, ситуацій, що склались історично і зумовлюють цілісність спеціально організованих умов розвитку особистості суб'єктів освітнього процесу (К. Роджерс, В. Слободчиков, В. Ясвін та ін.) йдеться про наступні ознаки його психологічної безпеки: 1) людиноцентризм, гуманістична спрямованість; 2) взаємодія, вільна від проявів психологічного насилля; 3) референтна значущість і причетність кожного до конструювання й підтримки психологічної комфортності освітнього середовища тощо. Результатом такого стану є особистісне зростання й суб'єктивне благополуччя кожного суб'єкта освітнього процесу [ 1].

На сучасному етапі, науковці виділяють такі чинники безпечного освітнього середовища:

1. Якість міжособистісних відносин – позитивні фактори (довіра, доброзичливість, схвалення, толерантність); негативні фактори (агресивність, конфліктність, ворожість, маніпулятивність).

2.Захищеність в освітньому середовищі – оцінка відсутності насильства у всіх його видах, формах для всіх учасників освітнього простору.

3.Комфортність в освітньому середовищі – оцінка емоцій, почуттів та домінуючих переживань у процесі взаємодії в освітньому середовищі закладу.

4.Задоволеність освітнім середовищем – задоволення базових потреб в допомозі та підтримці; – збереженні та підвищенні її самооцінки; – пізнанні та діяльності; – розвитку здібностей і можливостей [ 4].

Для безпеки освітнього середовища притаманні такі складові компоненти:

- Соціально-психологічні та педагогічні складові (взаємовідносини та морально-психологічний клімат як результат взаємовідносин між суб'єктами освітнього процесу)

1. Відновлення цілісності особистості та її розвитку.  
2. Збільшення автономії особистості за рахунок виконання особистісних проєктів.  
3. Підтримка та стимулювання



особистості: 4. Освіта з позитивним емоційним балансом. Розвиток емоційного інтелекту. 5. Забезпечення психологічної безпеки. Психолого-педагогічний супровід в емоційному, розумовому та духовному розвитку особистості. 6. Викладач не вчитель, а наставник і мотиватор. 7. Управління як процес. Перехід від методів прямого управління до методів не прямого управління – навчитися керувати процесом.

- Когнітивна (змістова) складова: 1. Відображає смислове наповнення, яке відзеркалено в організаційно-нормативному та дидактично-ціннісному компонентах. 2. Поряд з кількістю інформації треба враховувати її цінність, яка визначається актуальністю, мірою корисності для розвитку особистості. 3. Зміст, цінність і корисність інформації оцінюється відповідно до семантичної концепції інформації – спроба виміру змісту повідомлень у формі суджень. Засвоєння змісту в умовах діалогу.

Беручи до уваги ці чинники, пропонуємо такі компоненти структури освітнього середовища у закладі вищої освіти:

- просторово-предметний включає матеріальні, просторові, часові умови функціонування ЗВО;

- організаційно-нормативний містить професійний статус учасників освітнього середовища, стандарт вищої освіти, набір законодавчих документів, статuti і норми внутрішнього розпорядку та функціонування ЗВО;

- соціально-психологічний стосується системи виховного процесу у навчальному закладі та усього різноманіття міжособистісної взаємодії усіх суб'єктів навчально-виховного процесу;

- дидактично-ціннісний (компетентнісний) включає: комплекс освітніх програм підготовки фахівців; освітніх концепцій та технологій (зміст, принципи, методи, засоби навчання та виховання); теоретичні і практичні знання, навички, вміння, спроектовані на майбутню професійну діяльність; систему ціннісних орієнтирів усіх суб'єктів освітнього середовища ЗВО.

Отже, у дослідженнях сформувалися приблизно однакові уявлення про безпеку: у них зосереджено увагу на почуттях і переживаннях людини, пов'язаних із її становищем в сьогоденні й перспективами на майбутнє. Тобто людиною безпека переживається насамперед як почуття захищеності від дій різних небезпек і загроз. Психологічна безпека є значущим фактором успішної самореалізації та персоналізації особистості. Реалізуючись завдяки усвідомленню суб'єктом своєї здатності

долати несприятливі зовнішні та внутрішні впливи, вона є однією з головних передумов досягнення суб'єктивного благополуччя як основи сталого особистісного і професійного розвитку в українському суспільстві.

#### Література

1. Кириленко Н.М. Проблеми інформаційної безпеки освітнього середовища вищого навчального закладу. Інформаційно-телекомунікаційні технології в сучасній освіті: досвід, проблеми, перспективи: третя міжнар. наук. Ч.1. 2012. С. 149–151.

2. Кіричевська Е. В. Насильство в освітньому середовищі: діагностика, аналіз, стратегії подолання [Електронний ресурс] Режим доступу : <http://www.ukrdeti.com/firstforum/b35.html>.

3. Психологічна безпека освітнього середовища: Вісник психологічної служби Київщини. Випуск 9 / за ред. Т.Л. Панченко. Біла Церква: КВНЗ КОР "Академія неперервної освіти", 2016. 228 с.

4. Психологическая безопасность / Соломин В.П., Шатровой О. В., Михайлов Л. А., Маликова Т. В. М. : Дрофа, 2008. 61 с.

*Тетяна Дуткевич*

*канд. психол. наук, професор*

*Кам'янець-Подільський національний університет*

*імені Івана Огієнка*

*м. Кам'янець-Подільський (Україна)*

## **СХИЛЬНІСТЬ ДО СТРЕСІВ ЯК ЧИННИК КОНФЛІКТНОЇ ПОВЕДІНКИ СТУДЕНТІВ**

Особливості конфліктів у студентському середовищі знайшли висвітлення у роботах Л.О.Коберник, І.А.Коваль, М.О. Коць, К.М.Лисенко-Гелемб'юк, Л.П. Матяш-Заяц, Н.І.Мащенко, В.І.Юрченко і Л.Г.Подоляк та ін. Проте, ці дослідження не дають повного розуміння явища конфліктної поведінки, особливо у питаннях її психологічних чинників. Переживання конфліктної ситуації викликає в її учасників стресові стани, які, у свою чергу, здатні впливати на їх подальшу поведінку. Подолання конфлікту як вихід з кризової ситуації може відбуватись більш чи менш успішно для його учасників,

що водночас впливає на вихід зі стресу. Низка дослідників підкреслює, що стресостійкість виявляється вищою, якщо зі складної ситуації вдалось вийти «переможцем», а не «невдахою». Отриманий успіх сприяє швидкому виходу особистості зі стресу. Натомість, стрес проявляється сильніше у тих, хто втратив успішність і статусність (О.Ю. Чумаченко, О.Г.Редька [2, с. 26-34]). Ситуація конфлікту є своєрідним випробуванням для нервово-психічного здоров'я особистості. Здорову людину конфлікт загартовує, посилює, дозволяє краще адаптуватись. Людину зі слабким нервово-психічним здоров'ям – навпаки – виснажує, виводить з рівноваги, погіршує адаптабельність. Низька стресостійкість є проявом слабого нервово-психічного здоров'я особистості, а тому несприятливо позначається на конфліктній поведінці, зумовлюючи втрату самоконтролю, підвищену дратівливість, тривожність, емоційну нестабільність [1].

Метою статті є розкриття шляхом емпіричного дослідження впливу схильності до стресів на вибір стилю конфліктної поведінки студентами.

Використано методи «Стиль поведінки у конфлікті» Томаса-Кілмена (для з'ясування особливостей конфліктної поведінки студентів) [4] та опитувальник схильності до розвитку стресу Т.А. Немчина,Тейлор (для з'ясування рівня схильності до стресу) [3].

Опитувальник Томаса-Кілмена дозволяє з'ясувати приналежність студента до одного з п'яти стилів конфліктної поведінки, які розміщено у порядку зростання протистояння: співпраця (кооперація), компроміс, пристосування, уникнення (втеча, ігнорування), суперництво (протистояння, боротьба). До кожного з п'яти можливих стилів конфліктної поведінки в опитувальнику вміщено дванадцять суджень про поведінку індивіда в конфліктній ситуації. У різних поєднаннях вони згруповані в тридцять пар, у кожній з яких досліджуваному пропонують обрати лише одне твердження, яке найбільш влучно описує його типovu поведінку.

Опитувальник схильності до розвитку стресу (Т.А.Немчин, Тейлор) включає 50 тверджень, щодо кожного з яких опитуваний студент відзначає згоду (так), чи незгоду (ні). Оцінка відповідей проводиться за допомогою «ключа», що дозволяє підрахувати кількість балів, набраних кожним опитуваним. Отримані результати ми розподілили за рівнями наступним чином: низький рівень (до 15 балів), помірний рівень,

еустрес (16-25 балів), середній рівень (26-35 балів), високий рівень (дистрес) (35-50 балів).

Емпіричне вивчення зв'язку між схильністю до стресів із особливостями конфліктної поведінки студентів проведено у період 2018-2019 рр. У цьому дослідженні взяло участь 102 студента (70 дівчат і 32 хлопця) віком 21-24 років, які навчались у магістратурі напрямів підготовки 014 Середня освіта за предметними спеціалізаціями історія, іноземна мова, українська мова, біологія, географія, фізичне виховання, математика, фізика.

При аналізі результатів ми враховували, що кожна з п'яти шкал (стилів) методики Томаса-Кілмена може досягти 12 балів максимум, а загалом – 30, прийнявши які за 100% репертуару конфліктної поведінки, ми обчислили відсоток середніх балів кожного стилю конфліктної поведінки. Найбільшою популярністю серед студентів під час конфліктної поведінки користуються компроміс і співпраця (разом становлять 47,6% репертуару конфліктної поведінки). Дещо меншою – стилі уникнення і пристосування (40,6%). Помітно рідше студенти послуговуються прийомами конфліктної поведінки, властивими для стилю суперництва (12,3%).

Позитивним є той факт, що найбільшу частку у репертуарі конфліктної поведінки студентів становлять стилі співпраці і компромісу, які орієнтовані на взаємодію та взаєморозуміння, на збереження та вдосконалення міжособистісних стосунків. Це дозволяє реалізовувати такі важливі функції конфліктів, як інтеграція та адаптація. Оцінка того, наскільки бажаною є визначена структура конфліктного поведінкового репертуару студентів є утрудненою у відриві від відповіді на питання, чи була конфліктна поведінка ефективною. Адже і боротьба має право на використання у ситуаціях конфлікту, якщо вона ефективна. З іншого боку, зазначені результати отримано щодо досвідчених студентів – магістрантів, а у першокурсників картина може виглядати інакше.

Проаналізовано також розподіл студентів за рівнями схильності до стресу (табл. 1).

Таблиця 1

Розподіл студентів за рівнями схильності до стресу, у %

Групи досліджуваних	Рівні схильності до стресу			
	Низький	Помірний	Середній	Високий
Дівчата	15,7	30	28,6	25,7
Хлопці	15,6	40,6	18,7	25,1
Разом	15,6	35,3	23,6	25,4

Низький рівень схильності до стресу притаманний 15,6% студентів (15,7% дівчат і 15,6% хлопців). Помірний рівень визначено у третини досліджуваних – 33,7% (30% у дівчат і 37,5% у хлопців), середній рівень схильності до стресу має майже чверть опитаних – 23,6% (28,6% у дівчат і 18,7% у хлопців). Високий рівень (дистрес) встановлено у 23,8% студентів (25,7% у дівчат і 21,9% у хлопців). Порівняння розподілу у гендерних підгрупах засвідчує найбільш помітні відмінності стосовно помірною рівня (у хлопців він трапляється частіше) та щодо середнього рівня (більш типовий для дівчат). Дистрес дещо частіше переживають дівчата. Можна передбачати, що дівчата більш вразливі до негативної дії стресу, оскільки еустрес у них буває рідше, а дистрес частіше, ніж у хлопців.

Наступним кроком є аналіз взаємозв'язку між вибором студентами певного стилю конфліктної поведінки та їх рівнем схильності до стресу. З цією метою було обчислено коефіцієнт рангової кореляції Спірмена між балами отриманими досліджуваними за кожним з п'яти стилів конфліктної поведінки та балами, що віддзеркалюють їх рівень схильності до стресу (табл. 2).

Таблиця 2

Коефіцієнти рангової кореляції Спірмена між схильністю студентів до стресу і стилем їх поведінки у конфлікті

	Стиль поведінки у конфлікті				
	Суперництво	Співпраця	Компроміс	Уникнення	Пристосування
Рівень схильності до стресу	- 0,36**	- 0,22*	- 0,03	0,35**	0,28**

Примітка: \* статистична значущість відмінностей на рівні  $p \leq 0,05$

\*\* статистична значущість відмінностей на рівні  $p \leq 0,01$

Зворотні коефіцієнти рангової кореляції визначено стосовно стилів суперництва (- 0,36\*\*) і співпраці (- 0,22\*), тобто низька схильність до стресів сприяє вибору, передовсім суперництва, а також співпраці як способів подолання конфлікту. Натомість прямо пов'язані з рівнем схильності до стресів уникнення (0,35\*\*) і пристосування (0,28\*\*), тобто, чим вищим є рівень схильності до стресу, тим частіше студент обирає ці два способи виходу з конфлікту. Між стилем компромісу та схильністю до стресів статистично значущих зв'язків не було виявлено.

За отриманими нами результатами є можливість визначити ступінь активності, яку студенти докладають у подоланні конфлікту. Так, уникнення і пристосування відображає пасивну позицію особистості у конфліктній ситуації. Це означає, що особистість прагне взагалі вийти із ситуації або пристосуватися до неї, але не змінювати її. Суперництво, співпраця та компроміс – навпаки – спрямовані на зміну конфліктної ситуації, що свідчить про активну позицію особистості під час конфлікту. Тим самим студенти з активними стилями орієнтовані на інтеграцію та взаєморозуміння за своїми опонентами з урахуванням їх інтересів. Натомість студенти з пасивними типами поведінки менше зацікавлені у збереженні та розвитку міжособистісних взаємин. Таким чином, підвищена схильність до стресів пов'язана із пасивною позицією студента у конфлікті (стилями уникнення і пристосування). Натомість знижена схильність до стресів є чинником активних способів подолання конфліктів (співпраці, суперництва). Високий рівень стресу підсвідомо орієнтує студента уникати ситуацій, які здатні ще більше його підвищити та принести шкоду для нервово-психічного здоров'я. Висока тривожність, властива для стресових станів, з якою особистості важко впоратись, спонукує її до виходу з травмуючої ситуації.

Висновки. Студенти, які є стресостійкими, менш емоційно реагують на конфліктну ситуацію, спроможні більш раціонально підходити до їх вирішення за допомогою чіткого висловлення та наполегливого відстоювання своїх вимог, інтересів. В організації роботи з подолання конфліктних ситуацій між студентами важливо враховувати показник їх стресостійкості.

## Література

1. Барабой В. А., Резніков О. Г. Фізіологія, біохімія і психологія стресу : монографія. Київ: Інтерсервіс. 2013. 314 с.
2. Чумаченко О.Ю., Редька О.Г. Спорт та стрес: монографія. Миколаїв: МНУ, 2019. 210 с.
3. Технологии психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях: Учебно-методический комплекс. СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. С. 244 -245.
4. Філоненко М. М. Психологія спілкування. Підручник. Київ: Центр учбової літератури, 2008. С. 210-213.

**Вікторія Вінтоняк**

*канд. психол. наук, доцент*

*доцент кафедри суспільних наук*

*Національний університет оборони України,*

*м. Київ (Україна)*

**Олег Недвига**

*канд. психол. наук,*

*професор кафедри суспільних наук*

*Національний університет оборони України,*

*м. Київ (Україна)*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ВІЙСЬКОВО-ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ОФІЦЕРА**

Сьогодні, по-новому постають питання професійної діяльності військових спеціалістів, де одними із ключових є питання оптимального професійного навчання, професійної підготовки, професійного становлення офіцера, виявлення сукупності особистісних характеристик, що забезпечують ефективну професійну кар'єру, виконання професійних завдань тощо.

Теоретичний аналіз літературних джерел з проблеми професійної діяльності дає змогу зробити висновок про те, що у багатьох вчених цей вид діяльності тісно пов'язаний з поняттям професійна самосвідомість. Представниками такого підходу є Г. Костюк, С. Максименко, В. Осьодло, В. Стасюк, П. Чамата та ін. Значний внесок у вивчення професійної самосвідомості внесли зарубіжні психологи – Ш. Бюлер, У. Джеймсон, Дж. Келлі, Г. Мюнстерберг, Ф. Парсонс, Д. Сьюпер, Ф. Штерн та ін.

Вивчення проблем пов'язаних із професійною діяльністю офіцера, впливу на цей процес психологічних чинників знайшло своє відображення у низці досліджень українських психологів М. Корольчук, Г. Ложкін, Є. Потапчук О. Сафін та ін.).

У психології загальноприйнятим є уявлення про те, що вирішальну роль у особистісно-професійному зростанні офіцера відіграє діяльність – основний спосіб існування людини, пізнання нею світу і самовираження в суспільстві [1; 3; 4]. Діяльність з цього погляду, розуміється, як динамічне розгортання особистості, як особливий тип послідовності особистісних перетворень, як закономірна зміна її функціональних станів.

Військова професія – це різновид суспільно необхідної діяльності, постійно виконуваної в умовах мирного та воєнного часу [3, с. 75]. В свою чергу, військово-професійна діяльність (ВПД) офіцерів є специфічним видом діяльності, який належить до діяльності в особливих умовах, а часом і навіть екстремальних. Це суворо нормована, регламентована і контрольована діяльність особистості. Вона проходить із певними моральними, соціальними, часовими, просторовими та іншими обмеженнями, має специфічні соціально-психологічні особливості, які значною мірою детермінують і вимагають ускладнення власне суб'єктивної психологічної структури діяльності особистості сучасного офіцера:

- 1) велика соціальна та державна значущість діяльності;
- 2) висока фізична, інтелектуальна й емоційна напруженість, темп і динаміка проходження служби;
- 3) більш жорстка, порівняно з іншими професіями, регламентація та правове регулювання взаємин між її учасниками;
- 4) можливість виконання обов'язків у різних кліматичних, погодних умовах, часових інтервалах тощо;
- 5) високий ступінь колективності діяльності;
- 6) високий рівень організації взаємин по вертикалі і по горизонталі;
- 7) часта зміна одних видів діяльності, дій на інші, що може бути зумовлено різною оперативною обстановкою.

Говорячи про сутність професійної діяльності офіцера та про її багато чисельні відмінності, її слід розглядати на таких рівнях, як рівень професії і рівень професійної діяльності конкретного військового спеціаліста. В цьому зв'язку професія офіцера виступає як історично утворена система норм і способів



діяльності, особливий вид державної служби з певним статусом, функціями і призначенням в суспільній свідомості [3; 2].

Професія офіцера виступає як складне структурне утворення, в якому представлено декілька самостійних, і достатньо різнорідних по цілях і механізмах впливу на об'єкт (перш за все, підлеглих офіцеру військовослужбовців) видів діяльності: виховання, навчання, керівництво військовослужбовцями в мирний час, управління підрозділами в бою, психологічна робота, самоуправління.

Основними об'єктами професійної діяльності офіцера являються він сам (самоуправління), а також підлеглий особовий склад (військовослужбовці, військовий колектив).

Аналіз наукової літератури (В. Бодров, О. Караяні, М. Корольчук, Г. Ложкін, В. Осьодло, та інші), а також реальної військової практики дозволяє виділити такі функції, що виконуються офіцерами, як суб'єктами професійної діяльності, і які у свій сукупності визначають дослідницько-діагностичний, керуючий або проектувальний характер і спрямованість їх діяльності: діагностична, прогностична, інформаційна, експертна, комунікативна.

Крім вищезазначених, що відносяться до діяльності в цілому, існують спеціалізовані функції, що характеризують суто управлінські аспекти в взаємодії офіцера з підлеглими військовослужбовцями і вищестоящими начальниками. Вони базуються на особливих задачах організаційної діяльності, які відрізняють управлінську працю від виконавчої, і які мають певний універсальний зміст, а також розуміння місця і ролі військового керівника в військовому колективі (Л. Лаптев, М. Томчук, В. Стасюк та ін.).

Кожному із виділених видів професійної діяльності відповідають певні психологічні якості офіцера, які дозволяють йому успішно справлятися з функціональними обов'язками і складають в своїй сукупності систему психічного забезпечення професійної діяльності. Якісний рівень розвитку даної системи співвідноситься з поняттям професіоналізму – сукупності психологічних характеристик людини, необхідних для успішного виконання праці.

В таких умовах особистість офіцера і його психіка набувають і виявляють не тільки різноманіття форм і способів пристосування, самоорганізації, а й конструктивної особистісної активності у пошуку та виробленні механізмів і прийомів регуляції діяльністю, знаходженні оптимальних та індивідуально

своєрідних шляхів і процедур організації психічної діяльності для досягнення необхідних результатів.

Проблема професійної свідомості офіцера – одна із ключових у професійній діяльності. Військова професія створює умови для самореалізації і самоствердження професійного “Я” офіцера на шляху захисту Батьківщини. Цей процес відбуватиметься успішно у разі збігу суспільної мети, значенням військової діяльності й особистісного смислу військової служби. Тільки у такому випадку офіцер матиме можливість самореалізуватися, ствердити своє професійне й особистісне “Я” не в абстрактній військовій діяльності, а через конкретну спеціальність, через просування тими службовими сходами, які він бажає і здатний подолати [1].

Отже, теоретичне дослідження особливостей військово-професійної діяльності засвідчує, що до найбільш значущих її складових належить військово-управлінська діяльність, її взаємозв'язок з особистісними характеристиками й насамперед з професійною самосвідомістю, яка виступає як основний критерій професійного та кар'єрного зростання офіцера.

## Література

1. Вінтоняк В. Ф. Професійний «Я-образ» як чинник визначення офіцером стратегії кар'єрного зростання: дис. канд. психол. наук : 19.00.10. Київ. нац. торг.-екон. ун-т. Київ, 2014. 246 с.
2. Корольчук, М. С. Соціально-психологічне забезпечення діяльності в звичайних та екстремальних умовах: [підручник] / М. С. Корольчук. – К. : Ніка, 2008. – 537 с.
3. Осьодло, В. І. Психологія професійного становлення офіцера: [монографія] / В. І. Осьодло. – К. : ПП “Золоті ворота”, 2012. – 463 с.
4. Стасюк, В. В. Психологія управління військами: [підручник] / В. В. Стасюк. – К. : НАОУ, 2014. – 540 с.

*Вікторія Кузіна*

*канд. психол. наук, викладач  
Військово-медична академія  
м. Київ (Україна)*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ФОРМУВАННЯ ГЕНДЕРНОЇ КУЛЬТУРИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ**

На сьогодні членство в ЄС є однією з головних стратегічних цілей України, а європейські принципи – основним орієнтиром розвитку держави. Водночас, однією із найважливіших умов розбудови демократичної держави є забезпечення рівних прав і свобод громадян України та ліквідація усіх форм дискримінації за будь-якими ознаками, в тому числі і за ознакою статі. В цьому контексті, все більш помітним явищем стає залучення до військової служби військовослужбовців жіночої статі. При цьому, слід зазначити, що воєнна організація українського суспільства та її складова – Збройні Сили, є серед перших організацій українського суспільства, в яких було розпочато цілеспрямоване і системне впровадження гендерної політики. На виконання міжнародних зобов'язань, норм національного законодавства та підтримуючи дії Уряду щодо політики гендерної рівності МОУ та ГШ ЗСУ, з 2016 року почали докладати зусиль щодо впровадження гендерної підходу та покращення гендерного балансу, врахування гендерних аспектів у повсякденній діяльності та досягли певних зрушень у цій сфері.

Збільшення числа жінок у ЗСУ пояснюється багатьма подіями, що відбуваються в державі, і головне – прагненням жінок захищати свою країну поряд із чоловіками.

Як інституту держави, якому притаманна висока нормативна регламентація, рівень контролю та виконавчої дисципліни, Збройні Сили виявили себе відкритими для широкого кола заходів, спрямованих на встановлення стандартів рівних можливостей жінок і чоловіків, гендерно-чутливого стилю управління, гендерної культури взаємовідносин [2].

Важливою складовою у напрямі розуміння гендеру та формування гендерної культури є освітнє середовище, зокрема вищі військові навчальні заклади, які мають неабиякий вплив на формування особистості офіцера та його гендерну соціалізацію.

Гендерна культура є однією з ключових категорій гендерних і культурних досліджень, філософським, соціальним,

педагогічним, психологічним аспектам якої присвячені праці Р. Гімбутас, Г. Зіммеля, М. Мід; Р. Айвазової, І. Клециної, Т. Говорун, С. Матюшкової, В. Агеєвої, О. Андрієнко, Н. Грицяк, О. Кікінежді, О. Кісь, Л. Кобилянської, Н. Маркової, Т. Мельник, Ш. Берна, М. Ткалич, Є. Левченко, В. Вінтоняк та ін.

Сьогодні не існує єдиного визначення цього поняття. Л. Кобилянська і Т. Мельник визначають гендерну культуру як сукупність статево-рольових цінностей у суспільних сферах буття та відповідних до них потреб, інтересів і форм діяльності, зумовлену демократичним устроєм і пов'язаними з ним демократичними інституціями. Проте різні види гендерної культури можуть бути зумовлені будь-яким політичним устроєм та соціальними інститутами [1]. Дещо доповнюють формулювання Т. Говорун та О. Кікінежді, які вважають, що гендерна культура залежить від суспільного устрою, національних шлюбно-сімейних звичаїв і традицій, релігійних вірувань тощо. Гендерна культура відтворює, закріплює і формує відмінності між статями, регулює взаємини жінок та чоловіків в особистому, родинному й соціальному житті [3].

Гендер як соціально-психологічна категорія, згідно з дослідженнями Т. Говорун, П. Горностая, І. Клециної, І. Кона, Л. Ожигової, Л. Шнейдер, J. Steans, є характеристикою та властивістю особистості, яка складається з таких параметрів: біологічної складової – належності до певної біологічної статі; психологічної статі особистості; гендерної ідентичності як сприйняття й усвідомлення своєї статевої належності; гендерних ролей і статусів, насамперед шлюбного та репродуктивного; гендерних переконань, репрезентацій та стереотипів, властивих особистості.

Якщо стать визначається біологічно, то пов'язаний зі статтю гендер конструюється суспільством згідно з очікуваннями та нормативними приписами щодо поведінки представників різних статей. Гендер розуміється як соціально сконструйовані ролі та соціально освоєні моделі поведінки і очікування, які пов'язані з уявленнями про жінку чи чоловіка [1].

Таким чином, гендер це один із базових вимірів соціальної структури суспільства поряд з класовою приналежністю, віком та іншими характеристиками які і організують соціальну систему.

Гендерна культура управляє індивідами за допомогою гендерних стереотипів, продукує гендерні уявлення, очікування.

Вінтоняк В. зазначає, що важливість проблеми формування гендерної культури військових фахівців не викликає сумнівів, оскільки саме через гендерну культуру здійснюється процес формування егалітарної свідомості особистості в системі соціокультурних взаємозв'язків на паритетних засадах. Саме гендерна культура сприяє викоріненню біодетерміністських уявлень про сутність “жіночого” й “чоловічого”, вивченню природи статево-рольових стереотипів. Вона поєднує в собі збалансовану стратегію забезпечення умов людського життя, творення нових цінностей, спрямованих на людський розвиток [2].

Очевидно, що військово-професійне управління, професійна взаємодія в військовій організації потребує, на наш погляд, гендерно-орієнтованого підходу, розвитку гендерної культури офіцера в освітньому середовищі, що забезпечить рівність прав і можливостей особистості, незважаючи на стать. Сприятиме формуванню адекватних моделей поведінки, зневілює вплив стереотипів в професійній діяльності, забезпечить формування організаційної зрілості, організаційної та управлінської культури, ідентифікації офіцера з військовою організацією не залежно від статі.

Тому, проблема формування гендерної культури офіцера набуває надзвичайної актуальності, оскільки від її успішного вирішення залежить ефективність професійної діяльності як окремо взятого офіцера так і організації в цілому.

#### Література:

1. Бендас Т.В. Гендерная психология. Учеб. пособ. / Т.В. Бендас. – СПб.: Питер, 2005. – 431 с.
2. Вінтоняк В. Ф. Гендерні аспекти військової освіти в умовах гібридної війни / В. Ф. Вінтоняк // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки. - 2017. - № 7(1). - С. 36-44.
3. Клецина И. С. Психология гендерных отношений : Теория и практика / И. С. Клецина. – СПб. : Алетей, 2004. – С. 71.

**Олександр Ковальчук**

*канд. психол. наук*

*заступник начальника кафедри суспільних наук*

*Національний університет оборони України*

*імені Івана Черняхівського*

*м. Київ (Україна)*

**Наталія Нестеренко**

*ад'юнкт*

*Національний університет оборони України*

*імені Івана Черняхівського*

*м. Київ (Україна)*

## **ПРОФЕСІЙНО-ОСОБИСТІСНА АКТИВНІСТЬ ВІЙСЬКОВОГО КЕРІВНИКА ЯК ФАКТОР РОЗВИТКУ ЙОГО УПРАВЛІНСЬКОЇ КУЛЬТУРИ**

Науковцями виокремлюються такі ознаки військово-професійної діяльності військовослужбовців Збройних Сил України: раптовість, несподіваність виникнення та розгортання; певна загроза нормальній життєдіяльності і здоров'ю індивіда; незвичність і новизна ситуацій; невизначеність; надмірність інформації; відповідальність; усвідомлення військовослужбовцями особливого характеру і результатів діяльності; наявність тривалих труднощів, дискомфорту, а іноді й поневірянь, яких зазнають військовослужбовці через відсутність належних для успішної життєдіяльності умов.

Успішність військово-професійної діяльності за таких умов залежить від рівня розвитку управлінської культури військового керівника, яка є важливим елементом забезпечення ефективного виконання службових обов'язків. Окрім того, практика військового управління показує, що саме мотиваційна складова професійно-особистісної активності військових керівників є фактором успішного розвитку їх управлінської культури.

Аналіз сучасної наукової літератури з цієї проблеми свідчить, що міждисциплінарний дискурс проблеми управлінської культури керівника протягом останніх років набуває особливого поширення як у зарубіжній, так і в українській психологічній науці. Вченими визначаються такі складові управлінської культури керівника: професійно-особистісна, діяльнісна, комунікативна, адаптаційна, ціннісно-смілова, соціально-комунікативна, лідерська, мотиваційна,

інтелектуально-творча. Складність і багатоаспектність проблеми управлінської культури керівника обумовлюється множинністю розуміння її суті, природи, структури, а також методів її вивчення.

Важливе місце у визначенні психологічних особливостей управлінської культури керівника посіли роботи, що відображають основні доміанти професійної активності особистості, що формуються через індивідуальний стиль професійної діяльності, який характеризує керівників з чітко вираженою тенденцією до досягнення успіху у професійній сфері. Крім того у наукових дослідженнях окремо підкреслюється, що на управлінську культуру керівника суттєво впливають його особистісні характеристики (Л. Карамушка, А. Максименко, Т. Мацевко, Л. Орбан-Лембрик, Н. Родіна та ін.). Між особистісними характеристиками і мотивацією існує складна система взаємозв'язків. Так, за умови високої зацікавленості особистості конкретною діяльністю може включатися компенсаторний механізм, а нестача особистісних якостей заповнюється розвитком мотиваційної сфери (зацікавленістю предметом, усвідомленням вибору діяльності тощо), тому вчені доходять висновку, що успішність особистості у професійній діяльності визначається силою і стійкістю мотивів, їх динамікою, структурою та ієрархічністю.

У змісті військово-професійної діяльності слід виокремити мотиваційні феномени, що стосуються управлінської культури військового керівника: ціннісні уявлення про військову професію, оцінку значущості професійної діяльності, співвідношення військово-професійних цінностей із системою смисложиттєвих орієнтацій військовослужбовців та з іншими особистісними цілями й цінностями, місце військово-професійної діяльності у структурі “життєвих смислів” тощо.

Управлінська культура військового керівника залежить від оцінки значущості професійної діяльності з урахуванням особистих індивідуальних потреб і цілей, які можуть збігатися або не збігатися з цілями служби. Коли військовий керівник сам ставить перед собою мету, то він може виконати великий обсяг роботи. Мета, задана ззовні, не завжди підвищує його активність, має меншу спонукальну силу, може не стати метою військовослужбовця, він не завжди автоматично прийме таку мету і прагнутиме її досягти. У зв'язку з цим слід зазначити, що особистість, яка сама ставить перед собою цілі, стоїть на вищому ступені розвитку, ніж та, яка приймає цілі, нав'язані їй

іншими людьми. Відомо, що мета, поставлена людиною самостійно, підсилює мотивацію, створює позитивний настрій. При цьому людина може працювати над її досягненням значно більше, ніж коли перед нею ставлять цілі (завдання) інші люди. Загальні цілі, суспільні норми, вимоги, завдання, нав'язані іншими людьми, можуть стати індивідуальними для військових керівників, якщо сприяють задоволенню їх певних потреб або є етапом чи засобом їх задоволення. Щоб зовнішня вимога була прийнята, стала наміром військового керівника, необхідно брати участь не тільки у поставленні мети, але й в аналізі, обговоренні умов її досягнення.

Розвиненість управлінської культури військового керівника тісно пов'язана із професійною самореалізацією, що розглядається як характеристика професійного становлення (від етапу набуття професійної освіти до етапу майстерності) й тісно пов'язана із загальним поняттям професійних домагань та професійного самовизначення, які є властивостями, що дають змогу ефективно і надійно виконувати складну діяльність у найрізноманітніших умовах.

У цьому аспекті прагнення до професійної самореалізації виявляється насамперед через професійну мотивацію та мотивуючий потенціал праці, який залежатиме від сили потреби індивідуального зростання, що зумовлює прагнення до досягнення бажаного результату. Військовий керівник із великою силою потреби індивідуального зростання з більшою вірогідністю будуть переживати значущість праці, відповідальність за її результати, знання результатів праці тощо, що відобразиться у вищих результатах діяльності.

В управлінській культурі військового керівника важливу роль відіграє його орієнтація на певну ціль, що мобілізує як конкретні знання і вміння, так і досвід самостійної практичної роботи. Цілепокладання особистості свідчить про наявність у неї певних спрямованостей і бажань, що репрезентують у свідомості особистості процес вибору мотивів і цілей діяльності та обумовлюють динаміку їх розвитку. Для ефективного цілепокладання після чіткого формулювання мети військовому керівнику необхідно усвідомити значення мети, способи й етапи її досягнення, можливі труднощі у процесі досягнення мети і шляхи їх запобігання, необхідність самоконтролю. Поставлення мети стимулює військового керівника докладати відповідних зусиль для її досягнення. Щоб поставити перед собою мету, необхідно мати такі мотиви: самоствердження, самореалізацію,



інтерес до змісту діяльності, досягнення успіху, матеріальний стимул тощо. Як правило, мета детермінується кількома мотивами. Встановлено, що мета, підкріплена великою кількістю мотивів, сильніше впливатиме на діяльність військового керівника. Актуалізуючи додатково мотиви самореалізації і самовизначення, можна збільшити мотиваційний вплив мети.

Таким чином, важливо умовою управлінської культури військового керівника, яка забезпечує його повноцінне існування у професійній діяльності, слід вважати тенденцію до розвитку свого управлінського потенціалу як сукупності уявлень про працю на основі саморозуміння, самосприйняття та особистісного зростання. Основою такого руху є професійно-особистісна активність військових керівників – наполегливість в досягненні поставлених цілей, впевненість в собі, довіра до свого професійного досвіду та безумовно позитивне ставлення до інших. Ці керівники рішучі, не зупиняються на досягнутому. Їх особистісні характеристики проявляються на рівні самосвідомості і розкриваються у процесі саморегуляції поведінки у професійній діяльності. Саме це допомагає військовому керівнику добре орієнтуватися в житті, бути вільним у виборі свого професійного шляху та відповідальним за наслідки вибору.

#### Література

1. Капустянський, М.В. Психологічні умови розвитку мотивації професійного зростання особистості керівника : дис ... канд. психол. наук / М. В. Капустянський. – Одеса, 2016. 208 с.
2. Ковальчук О.П. Мотиваційні аспекти розвитку управлінської культури військового керівника. Вісник Національного університету оборони України. Зб-к наук. праць. – Київ: НУОУ, 2020. Вип. 5 (58). С. 94–99
3. Максименко А. Г. Соціально-психологічний клімат як складова організаційної культури. / А.Г. Максименко, Н.Д. Чуприна // Ефективна економіка. - 2018. - № 10. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.economy.nauka.com.ua/?op=1&z=6607>.
4. Мацевко Т.М. Психологічні особливості розвитку управлінської компетентності майбутніх магістрів військового профілю: дис... канд. психол. наук: 19.00.09 / Мацевко Тарас Михайлович; Національна академія оборони України. – Київ, 2007. 225 с.

5. Орбан-Лембрик, Л. Е. Основи психології управління: монографія / Л. Е. Орбан-Лембрик. – Івано-Франківськ : Плай, 2002. 425 с.

6. Родіна Н.В. Індивідуально-особистісні особливості менеджерів середньої ланки в кризових ситуаціях: психодинамічний підхід: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.01 / Н. В.Родіна – Одеський національний університет. Одеса, 2005. 194 с.

***Наталія Панчук***

*канд. психол. наук, доцент*

*доцент кафедри психології освіти*

*Кам'янець-Подільський національний університет*

*імені Івана Огієнка*

*м. Кам'янець-Подільський (Україна)*

## **ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНОГО КОМПОНЕНТУ В ПРОФЕСІЙНІЙ ПІДГОТОВЦІ СУЧАСНИХ СТУДЕНТІВ**

Період професійної підготовки, входження людини в професійну діяльність виступає одним з важливих етапів формування особистості, який характеризується не тільки оволодінням професійними знаннями, вміннями та навичками, але й змінами в мотиваційній сфері особистості, зокрема, формуванням професійних мотивів та цінностей. Ціннісні детермінанти становлення особистості створюють умови для формування компетенцій: впливовість, проникливість, емпатія та інших, які, згідно думки Т. Ю. Базарова, характеризуватимуть людину майбутнього, людину культури та світу [1].

Ціннісні орієнтації як елемент структури особистості фахівця у процесі професійного становлення, досліджуються О.Ф. Бондаренко, І. Д. Бехом, Л. В. Долинською, З. С. Карпенко, В. М. Мицько, С. О. Ставицькою, Н. Ф. Шевченко, Н.В.Чепелевою, М. С. Яницьким тощо. Особистісно орієнтованому підходу до виховання молоді присвячені дослідження І. Д. Беха, В. О. Моляко, О. Г. Балла, тощо.

Теоретичний аналіз наукової літератури засвідчує наявність інтересу науковців щодо проблеми цінностей. Такий інтерес, по суті, є закономірним, оскільки саме цінності складають основу моральності, духовності людини, формують її світогляд. Щодо визначення сутності поняття «цінність» ми

виділили наступні підходи. М. Й. Боришевський акцентує увагу на зв'язку духовності з ціннісними орієнтаціями, вважаючи що одиницею виміру духовності є ціннісні орієнтації, які безпосередньо чи опосередковано пов'язані з моральністю. Ціннісні орієнтації, що безпосередньо чи опосередковано пов'язані з моральністю, виступають одиницею вимірювання духовності. М. Й. Боришевський розглядає духовність як «багатовимірну систему, складовими якої є утворення у структурі свідомості та самосвідомості особистості, в яких віддзеркалюються її найактуальніші потреби, інтереси, погляди, ставлення до навколишньої дійсності, до інших людей, до себе самої, що стали суб'єктивно значимими регуляторами активності» [5; с.28]. І. Д. Бех підкреслює, що особистісний ріст залежить від того, наскільки особистість «поєднується з загальноприйнятою системою духовних цінностей, якою мірою укріплюється її духовна свідомість. Остання виступає у якості тієї внутрішньої інстанції, в якій здійснюється згадане єднання, як процес набуття смислу соціальних вимог» [4; с.21]. Особистісно орієнтовані технології створюють, простір для прояву особистих проблем студентів, з яких складається їх власне життя, і без яких вони не уявляють себе особистостями [3].

Одним із основних факторів формування особистісних цінностей «вважається свідомо інтелектуальна робота людини по все більш глибокому і широкому відображенню дійсності, а не внутрішньо-спонтанне розгортання визначених динамічних тенденцій» [4; с.18]. Поняття «особистісні цінності» відтворює факт освоєння конкретними індивідами суспільних цінностей, а значить, у ньому відображається значущість чи, можливо, рівень значущості, особистісний смисл для людини певних об'єктів, подій, предметів, явищ тощо. Саме особистісні цінності у подальшому виступають унормованими утвореннями як приписи чи заборони, котрі задають очікувану, належну, необхідну чи бажану поведінку, або існують у вигляді ідеалу, зразка для наслідування [2, с. 95]. Згідно думки М. Рокіча, ціннісна орієнтація впливає на суспільні явища, а власне цінності – відносно малочисельні та організовані у ціннісні системи, причому люди володіють одними і тими ж цінностями, хоча і в різній мірі. М. Рокіч поділяє цінності на термінальні цінності та інструментальні цінності. До першої групи він відносить такі цінності, як: активне та продуктивне життя, життєву мудрість, здоров'я, цікаву роботу, красу природи та

мистецтва, кохання та щасливе сімейне життя, матеріальну забезпеченість, наявність добрих та вірних друзів, самопізнання та саморозвиток, свободу, щастя інших людей, творчість, упевненість у собі; до другої – охайність, вихованість, високі запити, життєрадісність, дисциплінованість, незалежність, нетерпимість до недоліків, освіченість, відповідальність, раціоналізм, самоконтроль, сміливість у відстоюванні своїх поглядів, тверду волю, терпимість, широту поглядів [9].

А. Маслоу виокремлює такі рівні цінностей: 1) загальнолюдські цінності; 2) цінності певної групи людей; 3) цінності «специфічних індивідів» [8]. Сформованість професійно-ціннісних орієнтацій майбутнього фахівця тісно пов'язана з загальним рівнем його самоактуалізації: чим вищий рівень самоактуалізації, тим більше студенти приймають професійні та високі моральні і духовні цінності. Результати нашого дослідження показали відмінності в рівнях самоактуалізації особистості студентів- першого і випускного курсів. На першому курсі зафіксовано лише низький, нижче середнього, середній та вище середнього рівні самоактуалізації. На випускному курсі зафіксовано всі рівні самоактуалізації особистості. Разом з тим, студентів з високим рівнем виявлено невеликий відсоток – 5,26%. Досліджувані з високим рівнем самоактуалізації надають перевагу таким духовним ціннісним орієнтаціям: як «чиста совість, чесне життя», «повага оточуючих», «свобода, незалежність». У респондентів даної групи наявні і ціннісні орієнтації самовдосконалення («розширення своєї освіти, кругозору») та простежується орієнтація на загальнолюдські ціннісні орієнтації, що відповідає ідеалу самоактуалізованої особистості. У студентів з вище середнього та середнім рівнями самоактуалізації очолюють ієрархію загальнолюдські ціннісні орієнтації: «здоров'я», «щасливе сімейне життя», «матеріально забезпечене життя», «наявність вірних друзів». В цих групах високі ранги займають професійні цінності («цікава робота», «спілкування з дітьми», «успіх у кар'єрі») та альтруїстичні: «мирне становище в країні», «чесне життя». Серед цінностей, що є пріоритетними для самоактуалізованих студентів, переважають духовні ціннісні орієнтації («спілкування з людьми», «мистецтво», «повага оточуючих», «чиста совість», «віра»). У студентів з нижче середнього та низьким рівнями самоактуалізації особистості переважають загальнолюдські (життєві, особистісні) ціннісні орієнтації. Водночас виявлена незначна динаміка

самоактуалізації особистості майбутнього вчителя впродовж навчання в вузі є свідченням і недостатнього розширення та формування ціннісних орієнтацій в навчально-виховному процесі та призводить до висновку про необхідність організації цілеспрямованої роботи в цьому напрямку.

Д. А. Леонтьєв розрізняє три групи цінностей: 1) цінність як знання про суспільні ідеали, вироблені суспільною свідомістю і наявні в різних сферах соціального життя; 2) цінність як дія, до якої прагнуть, тобто предметне втілення суспільних ідеалів, які вимагають конкретних дій людей; 3) цінності як особисті ідеали, присутні в мотиваційних структурах особистості, які спонукають її до реального втілення в житті [6]. Від властивостей особистості залежить не тільки міра успішності результатів діяльності, а й індивідуальні прийоми та способи виконання, за допомогою яких досягають успішних результатів, а також міра подолання несприятливих і протидіючих умов. Найважливіша умова успішності проведення процедури діагностики – створити позитивне ставлення до неї, тобто сформувані у суб'єкта дослідження бажання з максимальною віддачею виконувати запропоноване завдання. Слід пояснити зміст і значення діагностичного дослідження, пов'язати його з життєвою метою, до якої дослідований респондент прагне (зарахування до навчального закладу, скерування на привабливе для нього робоче місце тощо) [7].

Таким чином, активність та самоактивність завжди спонукаються цінностями, а цінності є регулятором самоактивності індивіда. Процес оволодіння цінностями майбутньої професії у навчально-виховному процесі є можливим за виявлення і створення таких психолого-педагогічних умов, за яких такі цінності набувають цілісного, значущого, системного характеру і справляють регуляторний вплив на самостійність особистості. Ефективними є наступні вимоги: забезпечення можливості безпосередньої участі студентів в апробації даних цінностей, наданні їм нового смислу; включення професійних цінностей в реальний смисл життя студента; усвідомлення студентами власної системи ціннісних орієнтацій, рівня її суперечливості, виявлення вирішальних та похідних цінностей, встановлення пріоритетів; усвідомлення студентами рівня співпадання професійних цінностей з їх життєвими цілями і планами; співвіднесення вимог професії з можливостями та індивідуальними особливостями. Ефективність формування ціннісних орієнтацій

майбутнього фахівця та всієї системи його підготовки залежить від того, наскільки зовнішні виховні впливи відповідають завданням та змісту його самовиховання.

### Література

1. Базаров Т. Ю. Компетенции будущего: Квалификация? Компетентность (критерии качества)? / Т. Ю. Базаров // [Електронний ресурс]. Режим доступу: URL : [www.tltsu.ru:8080/razum.tltsu.ru/publectures/lecture\\_06.ht](http://www.tltsu.ru:8080/razum.tltsu.ru/publectures/lecture_06.ht)
2. Бех І. Д. Виховання особистості: У 2 кн. – Кн. 1: Особистісно орієнтований підхід: теоретико-технологічні засади / І. Д. Бех. – К. : Либідь, 2003. – 280 с.
3. Бех І. Д. Виховання особистості: У 2 кн. – Кн. 2: Особистісно орієнтований підхід : науково-практичні засади / І.Д. Бех. – К.: Либідь, 2003. – 344 с.
4. Бех І. Д. Особистісно зорієнтоване виховання: науково-метод. посібник / І. Д. Бех. К.: ІЗМН, 1998. – 204 с.
5. Боришевський М. Й. Духовність особистості: соціально-психологічна сутність, детермінанти становлення та розвитку / М. Й. Боришевський // Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / За ред. С. Д. Максименка. Т. IX. – Ч. 5. – Київ, 2007. – С.25 – 32.
6. Леонтьев Д. А. Ценность как междисциплинарное понятие: опыт многомерной реконструкции / Д. А. Леонтьев // Вопросы философии. – 1996. – № 4. – С. 15-21.
7. Максимчук Н. П. Психодіагностика професійної придатності: навчальний посібник / Н. П. Максимчук. – Кам'янець-Подільський: Буйницький О.А., 2009. – 268 с.
8. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу // [Електронний ресурс]. – Режим доступу: URL : <http://psylib.org.ua/books/masla01>
9. Rokeach M. The Nature of Human /M. Rokeach. Values New York: Free Press, 1973. 268 p.

## **ВИРОБЛЕННЯ ЗДАТНОСТІ ДО ПСИХОЛОГІЧНОЇ МОБІЛІЗАЦІЇ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ ПІДРОЗДІЛІВ СПЕЦІАЛЬНОГО ПРИЗНАЧЕННЯ У КОНТЕКСТІ ЗДІЙСНЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ**

Забезпечення повноцінного військового захисту та правопорядку в країні завжди виставляли досить високі вимоги до підготовки таких фахівців. Причому, підрозділи (загони) спеціального призначення завжди відрізнялись певною специфікою та екстремальністю своєї діяльності, що вимагає не тільки більш специфічного озброєння та оснащення, але й більш високого рівня бойової та спеціальної підготовки, у порівнянні із звичайними лінійними підрозділами. Екстремальні ж умови, в силу великої динамічності подій, на перший план по значимості й впливові на поведінку людини виводять бойові психічні стани, які дозволяють оперативно вирішувати коловорот мінливих ситуацій. Тобто, виконання завдань служби завжди вимагають від бійця мобілізацію зовнішніх та внутрішніх ресурсів, які б дозволили діяти на межі своїх можливостей.

Зрозуміло, що дії в екстремальних умовах безпосередньо пов'язані і з певною формою психічної напруги, бо спецпризначенці це військовослужбовці, що завжди мають бути наготові у випадку виникнення будь-якої надзвичайної ситуації. Тому і рівень стресу та тривожності, у них першочергово може бути вищим. І саме тому виявляється необхідність приділення більш пильної уваги на підготовку цих фахівців правоохоронного та військового сектору.

Вже доведено, що саме психологічна підготовка особового складу спеціальних підрозділів є в значній мірі гарантією успішної професійної діяльності в екстремальних ситуаціях. [3] Загалом, під психологічною підготовкою розуміють цілісний і організований процес формування у військових психічної стійкості і психологічної готовності до дій у бою, у складних і небезпечних умовах, в обстановці, яка різко змінюється, під час тривалої нервово-психологічної напруги, подолання труднощів, пов'язаних із виконанням військового обов'язку як у воєнний, так і у мирний час. [2]

Реалізацію професійного рівня підготовленості до дій в екстремальних умовах із найменшими психологічними втратами забезпечує стан психологічної готовності. Під психологічною готовністю мається на увазі система психологічних і психофізіологічних характеристик суб'єкта, що забезпечують успішність і результативність певних дій та діяльності. Стан психологічної готовності допомагає успішно виконувати свої обов'язки, використовувати знання, досвід, особисті якості, зберігати самоконтроль і перебудовувати свою діяльність при появі непередбачених перешкод.

Слід відзначити, що готовність розділяють на загальну, як стійку характеристику особистості (працездатність) і тимчасову (ситуативну, певний «передстартовий стан») (Левітов М.Д., Кузьміна Н.В., Гонаболін Ф.Н. та ін.). Загальна психологічна готовність – це надбані установки, знання, уміння й навички, досвід, мотиви діяльності. На її основі виникає готовність до виконання визначених поточних завдань діяльності. До позитивних рис тривалої готовності відносяться: відповідність структури змісту та умовам професійної діяльності, легкість актуалізації та включення у виконання задач, пластичність, поєднання стійкості та динамізму. Тимчасова психологічна готовність – це актуалізація, пристосування всіх сил, створення психологічних можливостей для успішних дій у певний момент; це динамічний, цілісний стан особистості, внутрішня настроєність на певну поведінку, мобілізація всіх сил на активні та доцільні дії. Вона визначає розуміння задачі, усвідомлення відповідальності, бажання домогтися успіху й т.і. [4]

Динамічну структуру стану психологічної готовності до складних видів діяльності складають наступні взаємопов'язані елементи: 1) усвідомлення своїх потреб, вимог суспільства або завдання, поставленого іншими; 2) усвідомлення цілей, рішення яких призведе до задоволення потреб або виконання завдання; 3) усвідомлення та оцінка умов протікання майбутніх дій, актуалізація подібного минулого досвіду; 4) визначення на основі досвіду і оцінки майбутніх умов діяльності найбільш ймовірних і допоміжних способів вирішення завдань; 5) прогнозування прояву своїх емоційних, інтелектуальних, мотиваційних і вольових процесів, оцінка співвідношення своїх можливостей, рівня домагань і необхідності досягнення певного результату; 6) мобілізація сил у відповідності з умовами та завданням, самонавіювання в досягненні мети [1].

Варто врахувати, що наявність стресових факторів,



постійної вітальної загрози для життя, висока ймовірність поранення чи каліцтва, необхідність повної віддачі психічних і фізичних сил при здійсненні службово-бойової діяльності, особливо тривалої, значно знижують функціональні резерви організму, аж до їх повного виснаження. Саме тому основною метою забезпечення підтримання оптимального рівня працездатності бійців спецпідрозділів є вчасна навченість їх оптимальному використанню власних психологічних ресурсів, задля забезпечення успішності виконання службово-бойових завдань та максимально швидкого і ефективного відновлення.

Як вже зазначалось, психологічна готовність є певним психічним станом, що характеризується мобілізацією ресурсів суб'єкта праці на виконання конкретної діяльності. Цей стан є першочерговим, від наявності якого з перших хвилин залежить успішність виконуваних дій, мобілізація сил, відповідно до умов і завдань, самонавіювання, віра в успішне досягнення мети. [7]

В цілому, психологічну мобілізацію можна визначити як тимчасову активізацію якостей особистості (головним чином моральних і вольових), що допомагає високоякісному виконанню певної діяльності. При цьому важливо розуміти, що її ціль не формування стійких властивостей особистості, а формування на основі наявних властивостей особистості певних і корисних для очікуваної або виконуваної діяльності психічних станів. Ці стани, підсилюючи (нехай хоча б і тимчасово) потрібні властивості особистості, забезпечують більш успішне виконання службово-бойових завдань. [5]

Реалізацію навчання бійців підрозділів (загонів) спеціального призначення здатності до психологічної мобілізації можливо здійснювати в контексті загальної чи спеціальної підготовки. Загальна психологічна підготовка має на меті формування світогляду, способу життя і мислення військовослужбовця як воїна-бійця; всебічних уявлень про сучасний бій; вольових якостей і навичок регуляції власних емоційно-вольових станів. Спеціальна ж психологічна підготовка спрямовується на формування і розвиток психічних функцій, необхідних для ефективного виконання специфічних завдань, обумовлених особливостями бойової спеціальності. Цільова психологічна підготовка має головним завданням максимальну деталізацію динамічного образу при виконанні конкретних бойових завдань. [2]

При цьому, в ході наступу відзначається наступна динаміка психічних станів воїнів: з'являється бойове збудження,

азарт, душевний підйом, пригнічується страх, загострюються реакції на пригноблюючі чинники бойової обстановки, мобілізуються всі можливості воїнів, їх воля, почуття ненависті до ворога. В той же час, виконання значної кількості поточних функціональних завдань (підготовка озброєння, техніки, спорядження) на якийсь час відволікають їх від психологічно травмуючих переживань. [2] Крім того, в момент виконання службово-бойового завдання, професіонал опирається на навички, отримані під час навчання. Емоції тільки заважають цьому, змінюючи фізіологічний стан і спотворюючи увагу, пам'ять, мислення, роблячи людину вразливою, та "розмиваючи" головну мету.

Саме тому вкрай важливим є формування здатності до психологічної мобілізації і спроможність швидко та свідомо «вмикати та вимикати» власні емоції. Така здатність забезпечує саморегуляцію власного психоемоційного стану, відповідно до навколишніх умов.

Причому, навчити бійців успішно справлятися із емоційними станами, можливо як в контексті психологічної підготовки, так і в ході бойової, застосовуючи психологічне моделювання. Однак, дана реалізація має здійснюватись із обов'язковим психологічним супроводом і подальшим обговоренням, задля вироблення усвідомленого розуміння, та адекватної корекції психологом, у разі необхідності.

Таким чином, професійна діяльність військовослужбовців підрозділів спеціального призначення відбувається завжди в екстремальних умовах, де успіх виконання поставлених завдань залежить не тільки від фізичного та функціонального стану бійця, а й від його психологічної готовності. Першочерговим критерієм наявності даного психологічного стану є здатність воїна до психологічної мобілізації. Навчити свідомо активізувати цей стан можливо в контексті здійснення саме психологічної підготовки, та застосуванню психологічного моделювання під час бойової підготовки.

## Література

1. Дьяченко М.И. Психологические проблемы готовности к деятельности / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. – Мн.: Изд-во БГУ, 1976. – 176 с.

2. Інформаційно-довідковий матеріал занять з психологічної підготовки, як предмета навчання індивідуальної

підготовки за модульним принципом під час проведення заходів бойової підготовки [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://dovidnykmpz.info/wp-content/uploads/2018/06>

3. Логачев М. Г. Психологічна підготовка особового складу спеціальних підрозділів ОВС до дій в екстремальних ситуаціях : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.06 – юридична психологія / М. Г. Логачев. – Харьков, 2001. – 21 с.

4. Москалець В. П Проблема вивчення поняття «Готовність до професійної діяльності» у психології / В. П. Москалець // Вісник Національного університету оборони України 4 (41) /2014. – С.268-273.

5. Організація психологічної підготовки особового складу підрозділів Сухопутних військ: Навчально-методичний посібник / За ред. Г.П. Воробйова. – Львів: АСВ, 2012. – 430 с.

6. Сиротенко В. П. Психологічні особливості дій підрозділів спеціального призначення МВС в екстремальних ситуаціях / В. П. Сиротенко // Збірник наукових праць К-ПНУ ім. І.Огієнка, Ін-ту психології ім. Г.С.Костюка АПН України. Проблеми сучасної психології. Випуск 9. – К., 2010. – С.478-483.

7. Яковенко С.І. Психічна стійкість військовослужбовців до впливу екстремальних чинників / С.І. Яковенко, Т.М. Яковенко. — К.: КВГІ, 2008. — 265 с.

*Ірина Мосякова*

*канд. пед. наук,*

*заслужений працівник освіти України,*

*директор Центру творчості дітей та юнацтва*

*«Шевченківець»,*

*докторант кафедри дошкільної освіти*

*і соціальної роботи*

*МДПУ імені Богдана Хмельницького*

*м. Київ (Україна)*

## **АВТНОМІЯ ОСОБИСТОСТІ У ЗАКЛАДАХ ПОЗАШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ: АКТУАЛІЗАЦІЯ ТЕОРІЇ ФУНКЦІОНАЛЬНОЇ АВТНОМІЇ ГОРДОНА ОЛЛПОРТА**

На сьогодні, в умовах розвитку нашої держави як незалежної, демократичної, висуваються нові вимоги до формування особистості, яка має бути вільною, творчою, спроможною на досягнення у різноманітних сферах діяльності –

у творчості, науці, виробництві тощо. Вся система позашкільної освіти спрямована на те, щоб вихованці мали можливість для самовираження як на етапах навчання, так і впродовж всього життя.

У цьому плані слушним видається ідея розвитку культури автономізації особистості у закладах позашкільної освіти і для того, щоб цей процес розвивати у потрібному руслі, слід спиратися на обґрунтовані теорії, що були розроблені видатними вченими, що бачили у свій час розвиток науки, у тому числі і психологічної, і педагогічної, далеко вперед.

До таких учених ми відносимо Гордона Оллпорта (1897-1967), який вважається одним із представників гуманістичної психології. Як вказує Рой Хосе ДеКарвальо, саме американським вченим Г. Оллпортом було вперше введено термін «гуманістична психологія» у 1930 р [3] і саме тому він є по праву представником гуманістичної психології. Але на цей погляд існують і інші думки. Так, зокрема Ян Ніколсон розглядає лише взаємозв'язок Г. Оллпорта з гуманістичною психологією і вказує на те, що вчений був однією з поважних постатей ранньої історії гуманістичної психології. Ян Ніколсон доводить, що його робота, що презентувала психологію особистості, дійсно сприяла руху у теорії психології, надала інституційну структуру саме гуманістичній психології. У роботах Г. Оллпорта, як підкреслює Ян Ніколсон, існують і філософські, і релігійні відтінки, що не відповідає академічній стратегії ученого, а характеризує його точніше як теоретика «еклетичного» [4].

Враховуючи такі думки вчених, ми вважали за необхідність проаналізувати теорію функціональної автономії, що є потрібною для наших наукових пошуків – пошуку основ для становлення культури автономізації суб'єктів позашкільної освіти.

Аналізуючи його роботи, ми бачимо, що він сформулював теорію функціональної автономії таким чином: «Функціональна автономія – це будь-яка придбана система мотивації, в якій напруга більше не є аналогічною попередній напрузі, завдяки чому розвинулася ця система» [1, с. 8-9].

Згідно думок Г. Оллпорта, поведінка людини в теперішньому часі визначається від того, що вона планує робити в майбутньому, тобто, які нею ставляться цілі. При цьому минуле людини має не стільки психологічний, скільки історичний характер. Відповідно до теорії функціональної

автономії, початкові спонукання людини у дорослому віці не залежать від причин її поведінки. Як вважав відомий вчений, існування функціональної автономії обумовлено двома рівнями – рівень гомеостатичної системи (задоволення потреби в сні, відпочинку, їжі і т.п.) і рівень гетеростатичної системи (установки, наміри, вищі цінності людини) [2].

І якщо перший рівень існування функціональної автономії людини обумовлений механізмом, який забезпечує основні життєві функції організму, то другий рівень пов'язаний із забезпеченням внутрішнього розвитку особистості. Вчений пояснював: «Я назвав процес перетворення засобів у цілі, перетворення зовнішніх цінностей в цінності внутрішні, функціональною автономією. У зв'язку з цим поняттям мені часто задають два питання: як я визначаю функціональну автономію, і як відбувається функціональна автономія. Як визначення я пропоную наступне: «Принцип функціональної автономії розглядає зрілі мотиви як різноманітні, що самостійно підтримуються, одночасно існуючі системи, які зростають з попередніх систем, але функціонально від них незалежні ... Функціональна автономія – це не просто стійкий феномен; це, перш за все, особистісний феномен» [1, с. 136].

Функціонально автономний мотив, за вченим, неможливо набути у тому разі, якщо особистість перебуває на етапі дорослішання. І ця думка є слушною для розуміння педагогами позашкільних закладів освіти особливостей формування цінностей у творчої молоді. Г. Оллпорт вважав, що учню, який ще не має достатнього досвіду діяльності, неможливо впровадити насильницьким шляхом функціонально автономний мотив. Учитель, на його думку, тільки лише навчає категоріям знання, і тільки зріла особистість може визначити для себе цінності: «П'ятнадцятирічний юнак не може отримати користь з філософії, яка повністю сформувалася у п'ятидесятирічного чоловіка. Щоб запам'ятися, апеляція до цінностей повинна здійснюватися в відповідний віковий період» [1, с. 136].

Також для розвитку культури автономізації особистості важливий і термін, що був введений у науковий обіг – пропріум – позитивна якість людини, що пов'язана із її неперервним розвитком [2]. Даний термін входить в структуру принципів функціональної автономії, серед яких Г. Оллпортом виділено три: «принцип організації енергетики», «принцип подолання та компетенції», «принцип побудови пропріотической системи» [1, с. 10].

Отже, людина, за твердженням вченого, володіє потенціалом для зростання і є вільною демократичною істотою. Найкраще для людини, як вказував Г. Оллпорт, зазирнути у себе, щоб розкрити всі свої найкращі сили. Принципи функціональної автономії, що схарактеризовані вченим, можна узагальнити таким чином: перший принцип – людина може спрямувати енергію на творчість, науку, якщо рівень цієї енергії є значно більшим, ніж такий, що потрібний для виживання; другий принцип – поведінка людини, яка спрямована на підвищення компетенції, є включеною у систему мотивації, адже людині притаманне прагнення для подолання бар'єрів, розуміння тих уроків, які їх надає оточуючий світ; третій принцип – людина знаходиться до кінця життя у процесі змін, і сама організація життя людини відбувається для того, щоб підсилити власне «Я» [1, с. 10].

Зважимо також і на те, що особистість, за висловом Г. Оллпорта, є вільною у виборі життєвої позиції, і її цілі, амбітні плани, перспективи мають безпосередній вплив на поведінку. Він вважав, що автономія пов'язана із образом «Я» і ці мотиви слід розглядати у таких теоріях, як егопсихологія, персоналістична психологія, екзистенціалізм та ін. адже, згідно із цим підходом, людина є творцем власної долі.

Вчений розглядав і категорію свободи, що тісно пов'язана із цілями, надіями та устремліннями особистості. Він вказував: «Якщо ви під «свободою» маєте на увазі поєднання планів, прагнень і сподівань особи, то так, в цих теоріях враховується категорія свободи. Хоча свобода в цьому сенсі не обов'язково означає незалежність від системи законів» [1, с. 28].

Таким чином, ми бачимо основну ідею вченого, яка може стосуватися розвитку культури автономізації особистості – прагнення до автономії як мети розвитку вільної особистості має формуватися відповідно вікових можливостей людини. Друга ідея – особистість, яка набуває свободу, не може бути незалежною від системи тих законів, які прийняті суспільством, адже оточення змінює людину, надає їх орієнтири та вищі смисли, розкриває світ, сповнений творчих ідей і наукових пошуків.

Отже, традиції гуманістичної психології, які були закладені вченим, дозволяють оцінити його внесок в області розвитку культури автономізації людини і при цьому піддати сумніву твердження про те, що «автономія» це лише абсолютне добро, а «гетерономія» – це абсолютне зло. Навпаки, ми вважаємо, що роботи вченого представляють одну з перших

можливостей для окреслення культури автономізації особистості в її психолого-педагогічному плані.

Саме системний виклад ідей вченого у розуміння функціональної автономії людини дозволяє зробити висновок про динамічність та взаємодоповнюваність понять «автономія» і «гетерономія». Такий погляд потребує подальшого переосмислення у сфері діяльності педагогів, становлення культури автономізації у сучасних закладах освіти, у тому й числі – позашкільних, де яскраво виділяються потреби особистості для її творчого самовираження, наукового зростання, самовираження.

### Література

1. Олпорт Гордон В. Личность в психологии. — «КСП+», М.; «Ювента», СПб. (При участии психологического центра «Ленато», СПб.), 1998, 345 с.

2. Allport Gordon W. Becoming. Basic Considerations for a Psychology of Personality New Haven: Yale Univ. Press, 1955. IX, 106 pp.

3. DeCarvalho, Roy Jose. Gordon Allport and Humanistic Psychology. Journal of Humanistic Psychology. 1991. Volume: 31 issue: 3, page(s): 8-13. <https://doi.org/10.1177/0022167891313002>

4. Nicholson, Ian. Humanistic Psychology and Intellectual Identity: The "Open" System of Gordon Allport. Journal of Humanistic Psychology, 1997. Volume: 37 issue: 3, page(s): 61-79. <https://doi.org/10.1177/00221678970373005>

***В'ячеслав Гаврилькевич***

*канд. психол. наук, доцент*

*Хмельницький національний університет*

*м. Хмельницький (Україна)*

***Лариса Подкоритова***

*канд. психол. наук, доцент*

*Хмельницький національний університет*

*м. Хмельницький (Україна)*

### **ВИКОРИСТАННЯ ТРЕНІНГОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ ДЛЯ РОЗВИТКУ НАВИЧОК САМОРЕГУЛЯЦІЇ У СТУДЕНТІВ**

Розвиток навичок саморегуляції є актуальною проблемою у фахівців екстремальних і соціономічних професій. Здатність впоратися зі стресом, витримати тривалі навантаження,

врівноважити емоційні і фізичні стани – задачі, які можна вирішити за умови відповідної психологічної підготовки.

Оволодіння методами і прийомами саморегуляції доречно здійснювати під час навчання. При цьому найбільш ефективними є спеціально організовані заняття, які поєднують теоретичне та практичне навчання.

Розглянемо як приклад особливості навчальної дисципліни «Психологія саморегуляції», яка викладалась на першому курсі у студентів-психологів Хмельницького національного університету (викладач і розробник курсу – кандидат психологічних наук, доцент В. Гаврилькевич) [2].

У процесі вивчення дисципліни студентам було проведено 8 лекцій за такими темами:

1) теоретико-методологічні основи саморегуляції:

– історія наукових досліджень психічної саморегуляції людини (1 лекція);

– методологічні принципи і підходи дослідження психічної саморегуляції людини (1 лекція);

2) психосоматична саморегуляція:

– психофізіологічні механізми психосоматичної саморегуляції (1 лекція);

– методи психосоматичної саморегуляції: прогресивна м'язова релаксація (за Едмундом Джекобсоном); свідоме самонавіювання (за Емілем Кюе); аутогенне тренування (за Йоганом Генріхом Шульцем); тренінг з біологічним зворотним зв'язком (1 лекція);

3) емоційна саморегуляція (1 лекція);

4) ментальна саморегуляція (1 лекція);

5) моральна саморегуляція (1 лекція);

6) основи самовдосконалення (1 лекція).

Лекції проводились один раз на два тижні. Кожна лекція тривала 80 хвилин. Так само один раз на два тижні студенти мали по два спарених лабораторних заняття, розділених п'ятнадцяти-хвилинною перервою. Кожне лабораторне заняття тривало 80 хвилин. Всього за семестр відбулось шістнадцять лабораторних занять. Під час практичних занять студенти під наглядом викладача проводили для своєї академічної групи підготовлені ними міні-тренінги, спрямовані на розвиток свідомої саморегуляції. Кожен такий міні-тренінг тривав приблизно 40 хвилин. Лише на перших двох спарених лабораторних заняттях студенти працювали під прямим керівництвом викладача, який розповідав їм про план і



принципи вивчення дисципліни «Психологія саморегуляції», про навчальні завдання, які вони мають виконувати, пропонував виконати деякі вправи на психомоторну саморегуляцію, а також узгоджував зі студентами організаційні питання проведення лекційних і лабораторних занять, а також домашніх завдань.

Така організація лабораторних занять мала на меті надати студентам як майбутнім психологам-практикам:

- 1) можливість тренувати власні механізми свідомої саморегуляції,

- 2) отримати досвід тренерської діяльності, спрямованої на передачу власних знань і досвіду свідомої саморегуляції іншим людям.

Домашні завдання для студентів, які вони мали виконувати самостійно, передбачали:

- 1) вивчення теоретичного матеріалу за відповідними темами;

- 2) підготовку міні-тренінгів для групи, які потім проводились під час лабораторних занять;

- 3) ведення щоденника самоспостереження і саморегуляції, у якому студентам пропонувалось у довільній формі записувати власні щоденні спостереження за процесами і станами, що відбуваються в їхній психомоторній, емоційній, ментальній і моральній сферах протягом вивчення дисципліни «Психологія саморегуляція».

За семестр кожен студент із групи провів по одному тренінгу з його відповідним письмовим оформленням у вигляді плану-конспекту тренінгу, який мав бути написаним до практичного проведення тренінгу, та протоколу практичного проведення тренінгу з відображенням у ньому власних спостережень за собою і за групою під час тренінгової роботи, аналізом проведеної тренінгової роботи з відповідними висновками і рекомендаціями для себе щодо подальшого вдосконалення власної тренерської майстерності.

Фінальне обговорення курсу «Психологія саморегуляції» виявило, що студенти не лише задоволені отриманими знаннями і навичками, а й використовують деякі з них у своєму повсякденному житті.

Підтвердженням цього стала перевірка творчого завдання «Психогігієнічний самоаналіз» з дисципліни «Основи психологічної корекції з практикумом групової психокорекції» (викладачка і розробниця завдання – кандидат психологічних наук, доцент Л. Подкоритова) [4]. Завдання включає такі пункти:

1) визначити чинники, які виснажують, викликають стрес і фрустрацію;

2) визначити чинники, які наповнюють психологічним ресурсом, енергією;

3) коротко описати власний досвід застосування прийомів саморегуляції і психологічної самодопомоги із зазначенням конкретних ситуацій [4; 5, с. 39].

Описуючи третій пункт «Психогігієнічного самоаналізу» студенти зазначали низку прийомів саморегуляції, які розглядали й опрацьовували під час курсу «Психологія саморегуляції», зокрема дихальні вправи, релаксація, аутогенне тренування тощо.

Варто зауважити, що під час вивчення дисципліни «Основи психологічної корекції з практикумом групової психокорекції» студенти також проходили авторський навчальний тренінг Л. Подкоритової «Прийоми психологічної самодопомоги» [5, с. 32-71], заснований на наукових працях М. Бурно [1], Я. Воробейчика і Є. Поклітара [3]. Тренінг спрямований на те, щоб надати студентам як теоретичну інформацію про прийоми саморегуляції і психологічної допомоги, так і практично їх опрацювати.

Тренінг включає 8 тем, кожна з яких присвячена певній групі прийомів саморегуляції і самодопомоги:

1) психофізіологічні прийоми: дихальні, м'язові і засновані на дії температурних подразників (прості дихальні і релаксаційні вправи, спеціальні гімнастичні вправи, водні процедури тощо);

2) вольові (самонаказ, антистресорний штурм тощо);

3) раціональні (самопереконання, порівняння, самоаналіз тощо);

4) прийоми, засновані на уяві (цілеспрямоване мріяння, гумористичне уявляння, вживання у позитивний образ, абсурдизація тощо);

5) мнемонічно-сенсорні (засновані на використанні зв'язку «відчуття-потрібний спогад»);

6) прийоми, засновані на переключенні уваги (діяльні та сенсорні);

7) прийоми емоційної розрядки (усна і письмова вербалізація тощо)

8) емоційно-стресові прийоми за Є. Бурно (творча діяльність, споглядання, листування, ведення щоденників тощо).

Кожне заняття включає теоретичну і практичну частину. Під час теоретичної частини викладач надає студентам міні-лекцію (до 20 хв.) про особливості відповідних прийомів саморегуляції та психологічної самопомоги. А під час практичної частини студенти опрацьовують прості прийоми саморегуляції та психологічної самопомоги, які вони можуть використовувати у своєму повсякденні для себе та пропонувати своїм клієнтам у майбутній професійній діяльності.

За результатами підсумкового обговорення, виявлено, що студентам найбільше подобаються прийоми, пов'язані з творчістю, мнемонічно-сенсорні прийоми, прийоми релаксації і спеціальні гімнастичні вправи для покращення психічного тону. Найменше подобаються дихальні вправи, порівняння, абсурдизація.

Серед найбільш популярних у практичному використанні студенти зазначають: самонаказ, самопереконання, творчість, усну вербалізацію.

Висновки. Використання у процесі викладання тренінгових технологій у вигляді окремих вправ і цілісних тренінгів, зокрема таких, що розробляють і проводять самі студенти, сприяють засвоєнню навичок саморегуляції та заохочують здобувачів освіти впроваджувати їх у своє життя.

## Література

1. Бурно М. Е. Терапия творческим самовыражением. / М. Е. Бурно. – М. : Медицина, 1989. – 304 с.
2. Гаврилькевич В. К. Психологія саморегуляції: методичні вказівки до вивчення дисципліни для студентів спеціальності «Практична психологія» / В. К. Гаврилькевич. – Хмельницький : ХНУ, 2012. – 40 с.
3. Воробейчик Я. Н. Основы психогигиены / Я. Н. Воробейчик, Е. А. Поклитар. – К. : Здоровье, 1989. – 184 с.
4. Основы психокорекції з практикумом : методичні вказівки до практичних занять і самостійної роботи студентів денної і заочної форми навчання напряму підготовки “Практична психологія” / Л. О. Подкоритова. – Хмельницький : ХНУ, 2013. – 70 с.
5. Подкоритова Л. Рефлексія, самопізнання, психологічна самопомога: тренінги та арт-терапевтичні методики : навчально-методичний посібник. – Видання друге, виправлене і доповнене. / Л. Подкоритова. – Хмельницький : Центр інноваційної педагогіки та психології Хмельницького національного університету, 2018. – 128 с.

*Іван Вржесневський*  
канд. наук з фізичного виховання та спорту, доцент  
завідувач кафедри  
Національний авіаційний університет  
*Інна Лукашова*  
ст. викладач  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)

## **АНАЛІЗ СВІДОМОГО ТА НЕСВІДОМОГО У СТАВЛЕННІ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ПОВІТРЯНОГО ТРАНСПОРТУ ДО ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ**

Загально відомо, що збереження психічного здоров'я у площині перспектив життєдіяльності людини тісно пов'язано з індивідуальним фізичним станом. Взаємний вплив психічного стану на фізичне здоров'я та фізичного стану на психічне здоров'я посилюється у контексті зростання інформаційних та психічних навантажень, притаманних сучасному суспільству. Позитивний вплив фізичних навантажень на психічний стан людини досліджувався психологами різних країн [4, 5, 6]. За результатами досліджень цих фахівців позитивні психологічні впливи фізичних навантажень виявлялись у поліпшенні розумової активності, підвищенні емоційної стійкості та впевненості, зниження рівня тривожності. Фізичні вправи та навантаження, в залежності від цілого ряду факторів (об'єм та інтенсивність занять, наявність попереднього рухового досвіду, результативність процесу тощо) також по різному впливають на свідомість людини, та на формування життєвої позиції людини по відношенню до власних фізичних кондицій. Саме це відношення, що знаходить вираження у філософсько-антропологічній характеристиці «ставлення» є головною передумовою до довгострокової активної та продуктивної праці. Треба зазначити, що формування адекватного ставлення до власної фізичної підготовленості та стану здоров'я є важливим на всіх етапах навчання та фахової діяльності працівників повітряного транспорту.

Формування адекватного відношення до рухової активності фізичних навантажень, фізичної культури, та власного фізичного стану загалом, є достатньо довготривалим,

багатовекторний процес, що залежить від багатьох факторів різного характеру. Тож наше дослідження проходить у площині міждисциплінарного пошуку. У контексті визначення власних пріоритетів у цій специфічній сфері (визначення, або вибір, доволі часто відбувається у площині когнітивного дисонансу) на думку авторів є місце для суто психологічних факторів, що мають «свідоме» та «несвідоме» походження.

Мета нашого дослідження – визначення наявності взаємозв'язку свідомого та несвідомого у проблемній площині формування ставлення студентів НАУ до власної фізичної підготовки.

Запропонована мета дослідження детермінує використання комплексу методів – аналізу літературних джерел та практичного досвіду, тестування, анкетування, статистичні методи обробки даних. Також у ході дослідження застосовувалась експлікація власних логічних схем

У ході досліджень була використана розроблена на кафедрі фізичного виховання та спортивної підготовки ФЛСК анкета (Вржесневський І., Вржесневська Г., 2015 р.), яка містить 21 питання щодо проблематики «ставлення» студентів до власної тілесності та фізичної підготовленості. Результати цього анкетування частково представлені у нашій роботі. Оскільки класифікація отриманої під час фізичних навантажень інформації, яка надходить від різних аналізаторів нашого тіла (тактильного, рухового, больового і т.і.), досі не має кількісних характеристик ми розглядали якісні показники – наявності вражень, почуттів та емоцій. У дослідженні взяли участь 96 студентів НАУ I курсу (ФЛСК та АКФ).

Відповіді на праме запитання «Яке Ваше ставлення до занять фізичною культурою» розподілились таким чином:

- позитивне – 72,91%
- негативне – 3,12%
- байдуже – 11,46%
- не визначились – 12,50%

У 2020 р. 95,95% студентів відповіли «позитивно», 0% «негативно», 2,55 «байдуже», 1,5%, «не визначились». У 2016 р. усі студенти задекларували «позитивне» ставлення. Тож динаміка очевидна.

Наступне питання «На що Ви більше орієнтуєтесь у своєму ставленні до фізичного виховання» дало такі відповіді

- на теоретичні знання – 3,13%
- на фізичні почуття власного організму – 67,7%

- намагаюся комбінувати перше і друге – 10,41%
- на суспільну думку СМІ – 4,16%
- не замислювався над цим – 14,6%.

Таким чином 82,3% студентів («на фізичні почуття організму», «не замислювався») у ставленні до занять фізичними вправами орієнтуються на несвідоме, або частково контрольоване свідомістю.

З іншого боку відповідаючи на питання «Чого Ви чекаєте від свого тіла?» студенти орієнтуються на прагматичні показники – «оптимального виконання своїх функцій» – 43,7% та «практичної підтримки в моїх діях» – 35,8%. Лише 16,4% опитаних чекають від свого тіла «насолод», а 4,5% не замислюються над цим питанням. Таким чином, на перший погляд, здається, що 79,1% студентів у запиті до функцій свого тіла мають досить чітко усвідомлені плани. Але питання: чи не може відповідь «очікування оптимального виконання функцій» нести подвійний сенс?

На наступне питання «Що сприяє на Вашу думку формуванню позитивного ставлення до фізичних вправ?» ми отримали такі відповіді:

- відчуття м'язового задоволення 63,54%;
- товариші 11,45%;
- викладачі 5,2%;
- книги, газети 0%;
- батьки 0%;
- Доступність спортивних споруд 10,41%;
- Інтернет, телебачення 7,29%;

Серед зазначених відповідей лише «відчуття м'язового задоволення» було апеляцією до несвідомого. Тож 63,54% що набрала ця відповідь підтверджують наявність цього фактору у формуванні ставлення до фізичної підготовки студентів.

Також ми розглянули варіанти відповідей щодо емоційної складової фізичної підготовки студентів. На питання «Чи відчуваєте Ви негативні емоції, виконуючи фізичні вправи?» ствердно відповіли 59,4% студентів, 7,3% студентів дали відповідь «доволі часто», ще 52,1% – інколи). На питання «Чи відчуваєте Ви почуття задоволення після виконання фізичних вправ?» ствердно відповіли 72,9% анкетованих, 21,9% студентів – доволі часто, 50% – інколи. Треба зауважити, що 50% опитаних відчували і «негативні емоції» і «почуття задоволення» у контексті виконання фізичних вправ. Певною мірою це досить природне явище (остаточну рису у формуванні позитивного

ставлення має визначити баланс між зазначеними психологічними аспектами). Тож можна припустити, що ці психологічні аспекти приймають участь у когнітивному дисонансі щодо ставлення особистості до власної тілесності, підтримуючи ту або іншу з протилежних когніцій.

Висновки.

1. Таким чином, автори, за результатами досліджень, припускають, що на формування «ставлення» до фізичної підготовки і самопідготовки впливають фактори на свідомому та несвідомому рівнях психіки людини.

2. Також виявлена негативна тенденція поступової зміни у ставленні студентів до занять фізичними вправами.

3. Зазначені процеси проходять на неоднозначному емоційному фоні.

Подальші дослідження планується провести у напрямку виявлення взаємозв'язку свідомого та несвідомого у площині когнітивного дисонансу.

#### Література

1. Вржесневский И. И. Фактор когнитивного диссонанса в педагогике физических усилий и двигательной активности / И. И. Вржесневский // Вісник НАУ. Серія Педагогіка. Психологія., 2017. – 1(10). С. 33 – 35.

2. Вржесневська Г. Ставлення студентів спеціальних медичних груп з різними індивідуально-типологічними характеристиками нервової системи до занять фізичним вихованням. Теорія і методика фізичного виховання і спорту. 2020; 1: 104-109. DOI: 10.32652/tmfvs.2020.1.104-109.

3. Вржесневська Г. І. Свідоме та несвідоме у проблемному просторі ставлення студентів до фізичного виховання / Г. І. Вржесневська, І. І. Вржесневський, І. В. Лукашова, Т. І. Ракитіна // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова, 2021. – 3 (133). – С. 24 – 28.

4. Уэйнберг Р. С. Основы психологии спорта и физической культуры / Р. С.Уэйнберг, Д. Гоулд. К. : Олимпийская литература, 1998. – 335 с.

5. Bahrke M. S. Anxiety reduction following exercise and meditation / M. S. Bahrke, W. P. Morgan // Cognitive Therapy and Research, 2. – 1978. – P. 323 – 334.

6. De Vries H. A. Trankquilizer effects of exercise: A critical review. The Physician and Sportsmedicine, 9. – 1981. – P. 46 – 55.

7. Луцький М.Г., Сидоров М.О. Онтологія безпеки авіації /

Монографія. – К.: НАУ, 2011. – 408 с.

8. Iatsyshyn, A.V., Kovach, V.O., Romanenko, Y.O., Deinega, I.I., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kutsan, Y.G., Artemchuk, V.O., Burov, O.Yu., Lytvynova, S.H. Application of augmented reality technologies for preparation of specialists of new technological era 2020) CEUR Workshop Proceedings, 2547, pp. 181-200.

**Олена Ічанська**

*канд. психол. наук, доцент*

*доцент кафедри авіаційної психології*  
*Національний авіаційний університет*

*м. Київ (Україна)*

## **СКЛАДОВІ ЖИТТЕСТІЙКОСТІ БОРТПРОВІДНИКІВ У КОНТЕКСТІ ЕФЕКТИВНОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

Життєстійкість ми розглядаємо як систему установок та переконань особистості щодо себе, зовнішнього світу та взаємовідносини зі світом, які виступають базисом для здатності витримувати та ефективно опановувати різноманітні емоціогенні ситуації [1; 2; 4].

Емпірична база дослідження: 26 бортпроводників авіакомпаній МАУ та Azur Air. Для діагностики нами було обрано Тест життєстійкості в адаптації Леонт'єва Д.О., в основі якого лежить опитувальник Hardiness Survey, розроблений американським психологом Сальваторе Мадді [3].

Таблиця 1

Рівні компонентів життєстійкості у бортпроводників

Компоненти життєстійкості	Високий рівень		Середній рівень		Низький рівень	
	Абс.	%	Абс.	%	Абс.	%
Залученість	6	23,1	16	61,5	4	15,4
Контроль	6	23,1	15	57,7	5	19,2
Прийняття ризику	4	15,4	17	65,4	5	19,2

Залученість як компонент життєстійкості має наступну специфіку розподілу показників: інтенсивне домінування



середніх показників при втричі менших високих та ще менших низьких.

Переважна більшість вибірки бортпровідників -61,5%- характеризується середніми показниками замученості : дані респонденти сприймають власне життя як систему різноманітних видів ситуацій та видів активності, під час яких вони отримують стійке задоволення, їх приваблює можливість проявити себе у різноманітних соціальних ролях. Але водночас у даних респондентів немає стійкої активної життєвої позиції, вони більш орієнтовані на результат, а не на процес, тому відрізняються тим, що заради успішного результату доволі часто здатні відмовлятися від хобі, відпочинку, чим збіднюють своє життя, обмежують частково власну базу поновлення ресурсів.

23,1% вибірки мають високі показники замученості : вони не лише сприймають власне життя різноманітним, але й розглядають його з точки зору самостійного та активного пошуку нових можливостей, набувати новий соціальний досвід, що забезпечує їм стійку активну життєву позицію, здатність діяти відповідно до власних переконань. Також варто окремо відмітити такі прояви високої замученості, які значимі для професійної діяльності нашої вибірки: баланс готовності піклуватися про інших та звертатися за допомогою, а також здатність до розширення власного простору професійної самореалізації, отримувати задоволення як від результатів, атак і від процесу власної діяльності.15,4% має низькі показники замученості: дані бортпровідники сприймають життя доволі одноманітне, тому задоволення від нього вони отримують незначне, вони не мають стійкого активного інтересу до апробації нових соціальних ролей, більше зорієнтовані на отримання допомоги, ніж на її надання. У даних респондентів низька залученість пов'язані із переживанням відчуття себе «поза» життям, частими проявами тривоги незадоволеність актуальними досягненнями та невпевненість у майбутньому, у тому числі і відносно професійної діяльності.

Контроль як компонент життестійкості має наступну специфіку розподілу показників: домінування середніх показників при значно менших високих та низьких.

57,7% вибірки, які мають середні показники контролю, при усвідомленні того, що мають можливість самостійно обирати власний шлях, осмислюють сфери та межі власної відповідальності, у нестандартних ситуаціях переживають

безпорадність щодо контролю актуальної ситуації та щодо майбутнього. Лише 23,1% вибірки характеризуються високим рівнем контролю: вони здатні виявляти автономність при виборі власного життєвого шляху, під час вибору та прояву різних форм активності, але також здатні розуміти та враховувати значимі зовнішні фактори під час планування та реалізації власних виборів як у стандартних, так і у нестандартних, стресогенних ситуаціях, тому мають стійкі конструктивні стосунки із зовнішнім світом та самим собою. Кожен п'ятий у вибірці має низькі показники контролю: при установці щодо ймовірності можливості вибору життєвого шляху взагалі, дані респонденти особисто для себе такої можливості не вбачають, тому у більшості ситуацій вони схильні до екстернального локус-контролю.

Прийняття ризику як компонент життєстійкості має аналогічний розподіл показників: інтенсивне домінування середніх показників та у чотири рази менші низькі та високі.

65,4% вибірки має середній рівень прийняття ризику. Тобто, для панівної більшості респондентів притаманне амбівалентне ставлення до ситуацій, які характеризуються неоднозначністю: вони їх приваблюють емоційно, але лякають мотиваційно через неготовність діяти, відсутність гарантій успіху. Тому для них частіше вибір орієнтований на збереження наявних результатів, прагнення до збереження наявного комфорту та безпеки, ніж готовність до ризику. 19,2 % вибірки з низьким рівнем прийняття ризику відрізняється домінуванням обережного ставлення ситуацій ризику: вони їх більше лякають, ніж приваблюють емоційно, а мотиваційно більше спрямовують на уникання, ніж на активну взаємодію.

Лише 15,4% вибірки з високими показниками прийняття ризику спрямовані на власний розвиток через активне засвоєння знань, як з позитивного, так і з негативного досвіду, отриманого під час нестандартних ситуацій, мають установку на сприймання стресорів як викликів, взаємодія з якими може дати новий цінний досвід.

Отже, переважна більшість бортпровідників має середній рівень усіх трьох компонентів життєстійкості. Враховуючи екстримальність умов професійної діяльності вибірки, різноманітність типів пасажирів, частоту ймовірності виникнення у ній деструктивних чинників, середні показники компонентів життєстійкості можуть бути достатніми для ефективного виконання професійних обов'язків у

нормативних, штатних умовах, але недостатніми у позаштатних ситуаціях. вказані аспекти пояснюють перспективність практичного напрямку роботи з бортпроводниками з розвитку компонентів життєстійкості у груповому та індивідуальному форматах психологічної допомоги.

### Література

1. Крайнюк В.М. Технології формування стресостійкості фахівця до діяльності в екстремальних умовах // Перспективні педагогічні технології в системі неперервної освіти: матер. Всеукр. наук.-пошук. конф.: —К.: КиМУ, 2005. —С. 127-136.

2. Ларіна Т.О. Життєстійкість як життєве завдання особистості / Актуальні проблеми психології: Психологічна герменевтика / За ред. Н.В. Чепелевої. —К.:ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2007. — Том 2, вип. 5. -с. 131-138

3. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. — М.: Смысл, 2006. — 63 с.

4. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека: навч. посіб.— К. : Марич, 2009. — 76.

5. Луцький М.Г. Методологія інформатизації науково-практичного супроводження експлуатації авіаційної техніки / Інженерія програмного забезпечення. — 2011. — №1(5). — С.25-34.

6. Луцький М.Г., Сидоров М.О. Методологія інформатизації науково-практичного супроводження експлуатації авіаційної техніки / Створення та модернізація озброєння і військової техніки в сучасних умовах: 11-а науково-технічна конференція, 8-9 вересня 2011 р. — Феодосія, 2011. — С.147-150.

**Олександр Замурняк**

*капітан, курсовий офіцер навчального курсу*

*кафедри військової підготовки*

*Національного авіаційного університету*

*м. Київ (Україна)*

## **ВІЙСЬКОВА ОСВІТА ТА ПСИХОЛОГІЧНІ ПРОБЛЕМИ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ В УМОВАХ СУЧАСНОСТІ**

Постановка проблеми. Військова освіта, як інституційна структурна складова суверенних та незалежних держав, є однією з ключових ланок, які визначають боєздатність, морально-психологічний стан та основи розвитку військової організації.

Вона забезпечує якість підготовки військових фахівців відповідно до сучасних вимог, миротворчих, антитерористичних дій, сприяє відтворення кадрового потенціалу збройних сил, зміцнення обороноздатності держави. Сьогодні заходи з підвищення ефективності функціонування системи військової освіти в Україні потребують інноваційних підходів, забезпечення якості освіти та її відповідності світовим стандартам на основі нових поглядів щодо системного формування змісту підготовки фахівців, реального впровадження інформаційно-комунікаційних технологій навчання, відповідних переліків напрямів і спеціальностей, освітньо - професійних програм з підготовки військових фахівців, моделей галузевих і відомчих стандартів військової освіти фахівців різних рівнів, створення дієвої системи здобуття та підвищення рівня їх кваліфікації протягом усього життя. Виходячи з цього, особливої актуальності набуває доцільність поглиблення й розширення наукового, психологічного супроводження розвитку військової освіти в Україні, узагальнення, систематизації, осмислення і впровадження позитивного досвіду становлення та розвитку військової освіти в умовах сучасності.

Аналіз актуальних досліджень. Військова освіта провідних країн світу, її творче вивчення й узагальнення, критичний аналіз у сучасних умовах могли би, безперечно, сприяти подальшому зростанню ефективності військово-професійної освіти в Україні. Таке порівняння є корисним і для об'єктивної оцінки правильності обраного Україною шляху реформ, самого механізму подальшого реформування військової освіти. Це пов'язано з тим, що підготовка військових фахівців у цих країнах відображає найхарактерніші риси сучасного підходу до створення освітніх структур, взаємодії з цивільними університетами та інститутами та їх функціонування.

Сьогодні залишається недостатньо висвітленими й узагальненими такі системні питання: управління військовою освітою; військова освіта в контексті національної безпеки й оборони держави, інтеграція її з цивільною освітою; структура і функції військової освітньої системи, мережа військових навчальних закладів; організація, зміст, інформатизація та технології підготовки фахівців різних рівнів і ланок управління; матеріально-технічне забезпечення й фінансування, психологічні проблеми військовослужбовців, тощо.

Метою статті є узагальнення досвіду та визначення основоположних засад і психологічних проблем тенденцій розвитку військової освіти в умовах сучасності.

Методи дослідження. Для досягнення цілі та мети статті використані загальнонаукові і спеціальні методи теоретичного та емпіричного дослідження.

Виклад основного матеріалу. Світова практика чітко орієнтується на системну закономірність розвитку військової освіти, основою якої є захист національних інтересів і забезпечення національної безпеки держави. Саме ці фактори є джерелом існування й розвитку військової освіти. Подібний погляд дозволяє відійти від традиційного підходу до військової освіти, який був пов'язаний, в основному, з військовими і військово-технічними аспектами застосування збройних сил.

Військова освіта тактичного рівня в усіх провідних країнах світу – це корпоративна система підготовки військових фахівців, призначення яких – виконання завдань, зумовлених специфікою функціонування збройних сил і потребою їх застосування в конкретних умовах. При цьому залишаються чинними головні критерії вимог до військової освіти: державі потрібні висококваліфіковані військові фахівці, здатні керувати військами (силами) в бою (операції), навчанням, вихованням, розвитком, психологічною підготовкою особового складу в мирний та воєнний час; створювати, експлуатувати й застосовувати найскладніші системи озброєння та військової техніки; проводити й контролювати дослідно-конструкторські роботи з випереджального створення нових поколінь озброєння, військової та спеціальної техніки; ефективно діяти при виконанні завдань, які виникають під час здійснення міжнародних антитерористичних і миротворчих операцій, участі в ліквідації локальних воєнних конфліктів тощо.

Сьогодні високотехнологічні війни значно підвищують вимоги до військовослужбовців, адже перемагає не зброя, а люди, які опанували її на високому рівні, психологічно стійкі й підготовлені до дій в екстремальних умовах сучасного бою. Вимоги часу показали, що командир підрозділу є головним «джерелом» підвищення морально-психологічного стану. Виховна робота пов'язана з поведінкою офіцера є однією з найскладніших. Наслідуючи приклад офіцера, військовослужбовці й собі розвивають професійно значущі якості, формуючи і зміцнюючи впевненість у своїй поведінці. По-перше, особистий приклад офіцера є умовою, що дає йому

моральне право на виховання підлеглих. Слову начальника вони вірять у тому разі, якщо воно не розходиться з ділом, підкріплене практикою, його здатністю разом із військовослужбовцями долати тяготи військової служби, високим професіоналізмом. По-друге, особистий приклад офіцера – основа авторитету. Про достоїнства й недоліки командира підлеглі судять за його справами та вчинками. На підставі поведінки начальника військовослужбовці формують свою думку і визначають ставлення до нього. По-третє, особистий приклад офіцера представляє значну наочність.

Важливою задачею військової освіти в умовах наших днів є освоєння офіцерами таких функцій військово-професійної діяльності, які відповідали б загальнонародським, демократичним цінностям. Без цих основ не можуть існувати довірчі відносини між військовою та цивільною частинами суспільства.

Аналіз сучасних військових освітніх систем, наукових досліджень в цій галузі дають змогу виокремити основні закономірності їх розвитку. Останні мають суттєве значення для визначення стратегічної мети, завдань, основних шляхів та засад створення систем військової освіти, організації підготовки військових фахівців і всебічного забезпечення цього процесу.

Характерною ознакою систем військової освіти провідних країн світу в даний момент є підготовка офіцерських кадрів різних рівнів та категорій з країн-партнерів. При цьому знову ж таки переслідуються та враховуються національні інтереси.

Зміст військової освіти формуються на перспективу, відбиваючи склад, стан, призначення, задачі видів і родів військ. Значна увага приділяється комплексному навчання, коли розробляються комплексні програми на основі інтеграції декількох навчальних дисциплін. Акцент при цьому робиться на висвітлення таких проблем: національна безпека й національні інтереси, оперативне та бойове застосування видів і родів військ, частин, системний і ситуативний аналіз, упровадження комп'ютерних технологій, гуманітарне право, наукові засади суспільно-економічного розвитку, менеджмент тощо.

У провідних країнах світу національна військова освіта вважаються джерелом формування інтелектуального та духовного потенціалу офіцерського корпусу, що забезпечує захист держави та її національних інтересів.

Висновки. У провідних країнах світу здійснюється активна й цілеспрямована державна політика в галузі військової професійної освіти. Основою останньої є захист національних

інтересів і забезпечення національної безпеки держави. Саме національні інтереси й забезпечення національної безпеки держави є джерелом і потужним фактором розвитку військової освіти, підвищення психологічного рівня особового складу. Адже бойова підготовка дає змогу воїну отримувати військові знання, формувати бойові навички і вміння – основу впевненості в собі, а психологічна підготовка озброює його здатністю підтримувати психологічну готовність до негайних бойових дій. Ураховуючи різноманітні зразки поведінки навколишніх людей, у військовослужбовця виникає потреба в поліпшенні особистісних якостей, включаючи психологічний механізм впливу наслідування. Тільки вчинки й дії офіцера, на відміну від його слів, можуть дати чітке уявлення підлеглим про правила поведінки.

Акцент у військовій освіті робиться на вироблення в майбутніх офіцерів активності, долання психологічних проблем, розвиток лідерських якостей, творчого підходу, гнучкості мислення, навичок критичного аналізу, уміння узагальнювати інформацію, обмінюватися нею, витримки у критичних ситуаціях, готовності взяти на себе відповідальність за прийняте рішення.

### Література

- 1.Владимирова С. Исследования в области совершенствования профессионализма личного состава вооруженных сил США / С.Владимирова, А. Стрелецкий // Зарубежное военное обозрение. – 2006. – № 5. – С. 15–19.
2. Актуальні проблеми психологічної допомоги, соціальної та медико-психологічної реабілітації учасників антитерористичної операції / Матеріали VI міжвідомчої науково-практичної конференції 26 травня 2016 року.
- 3.Вища освіта України – європейський вимір : стан, проблеми, перспективи : матеріали до підсумкової колегії МОНУ (Київ, 21 березня 2008) / Міністерство освіти і науки України. – К. : МОНУ, 2008. – 165 с.
- 4.Гацко М. Профессиональная подготовка унтер-офицеров и сержантов в зарубежных армиях / М. Гацко // Зарубежн. воен. обозрение. – 2009. – № 5. – С. 21–28.
5. Горбачев Б. Отборная армия с китайской спецификой / Б. Горбачев // Азия и Африка. – 2000. – № 3. – С. 8–17.
6. Зубко В. М. Порівняльний аналіз як передумова прийняття реформаторських рішень / В. М. Зубко // Сучасні системи вищої освіти : порівняння для України. – К. : Вид. дім «КМА Academia», 1997. – С. 7–30.

7. Иващенко В. Академия ВВС США / В. Иващенко // Зарубежное военное обозрение. – 1997. – No 10. – С. 29–35.

8. Військова педагогіка у професійній діяльності офіцера і сержанта : навчальний посібник. Книга 1. “Загальні основи педагогіки та військова дидактика” / [О. В. Бойко, Л.В. Коберський, В. М. Кожевников, А. М. Романишин, С.В. Скрипник] – Львів : АСВ, 2012. – 454 с.

9. Лазукин В. Подготовка офицерских кадров в ВС ФРГ / В.Лазукин // Зарубежное военное обозрение. – 2008. – No 2. – С. 26–30.

10 Нещадим М. І. Військова освіта в Україні : історія, теорія, методологія, практика: монографія / М.І. Нещадим. – К. : ВПЦ «Київський університет», 2003. – 852 с.

11.Приходько Ю. І. Концептуальні засади розвитку військової освіти в Україні / Ю. І. Приходько // Збірник. наук. праць «Військова освіта». – К. : МО України. – 2008. – №1(21). – С. 125–138.

12. Стрелецкий А. Система подготовки офицерских кадров в США / А. Стрелецкий // Зарубежное военное обозрение. – 2006. – No 6. – С. 16–21.

***Anna Podkopaieva***

*English teacher in primary school*

*Vasteras municipality*

*Vasteras (Sweden)*

***Yuliia Podkopaieva***

*Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor*

*Associate Professor of Aviation Psychology Department*

*National Aviation University*

*Kyiv (Ukraine)*

## **THE INFLUENCE OF INFORMATION SPACE ON THE FORMATION OF THE CHILD'S PERSONALITY**

The problem of the influence of information space on the formation of the child's personality is relevant and requires in-depth study in terms of psychological and pedagogical science.

Modern information and communication technologies, and especially the Internet, significantly affect the development and formation of the child's personality. Of course, today's children are isolated from each other, but connected by social networks. The influence of external factors is considered to be their peculiarity of information perception, as a result of which views, attitudes to things, ideals, values, etc. are formed.



The formation of universal values and ideals begins in early childhood – an important period of personality development, when there is the ability to think, consciously grasp the surrounding space and oneself, communicate with other people. Children develop the ability to follow patterns. These ideals are specific, but still unstable and change rapidly under the influence of new impressions. They are not formed, because they do not meet the criteria of awareness, effectiveness. Usually, children imitate only the external manifestation of the actions of the heroes, which they consider a model for themselves [7, p. 181]. Through interaction with the environment, children enrich the idea of standards of beauty (fashion, style); develop aesthetic taste, the ability to express their own preferences, cognitive and emotional interest in nature; learn to distinguish between good and bad (evil) deeds; realize moral norms, learn the rules of conduct accepted in society; master values and universal spiritual ideals [2; 3; 4].

Modern information and communication technologies, and especially the Internet, influence the formation of the child's personality, his system of relationships, behavior, identification and orientation. However, it is becoming increasingly difficult to regulate the impact of the information space on children. In such a complex atmosphere of speech, where the calculation is not only and not so much on the mind as on the feelings, the child is difficult to understand on their own. During the evening before the eyes of the young viewer are: war heroes and horrible beasts, news of science, technology and medicine, sports programs and footage of international events, movies of various genres, cartoons and special programs for self-development. Children watch everything that appears on TV screens and on the Internet: various programs, good and bad movies, ideological and unsuccessful, designed for a small audience and with a warning "Children under 16 are prohibited." They look at everything, but do not see significant information that their parents could pay attention to [3].

Experience and research show that the choice of movies, websites and TV shows by parents to watch and children exists only formally, without proper response. Most children watch and listen to everything, but parents discuss only children's movies and programs with their children. They perceive everything else according to their own understanding. Violence on television and on the Internet not only increases children's aggression, but also affects their system of moral and spiritual values and behavior [6, p. 411]. The constant influence of the information space, which from the earliest years

surrounds the growing personality, forms his life views, promotes the assimilation of both positive and negative ideas about patterns, about the highest human value [1; 5].

It is stated that modern children almost do not read fiction, which expands their worldview instead, prefer modern animated products, which depict ambiguous, distorted images of characters, which without the help of an adult child can not understand, but often imitates [3].

Modern information and communication technologies in various ways, freely or involuntarily, encode the behavior of children, forcing them to live by the laws of the screen world. The vast majority of them have a negative impact on the formation of the child's personality, form a tendency to aggression, addictions, mental disorders and more. Children do not have samples for identification, so in our opinion, it is very important not to allow children to watch animated products and social networks. Adults should pay more attention to what the child looks at, what he admires, whom he imitates. After all, it is through the perception of information from various media on the basis of emotional expression of their own aesthetic preferences that positive and negative examples are selected for identification and imitation [2; 3; 4].

Of course, dosed and directed work on the computer in the social network has many positive qualities, especially at the stage of learning about the world, the formation of useful skills. Children get great opportunities for comprehensive self-development, education, and communication. But, paradoxically, these acquisitions lead to a decrease in cultural level, moral qualities, memory and attention, the development of isolation from others. There are changes in the fundamental spiritual and cultural principles, concepts and ideas, and intellectual development takes place in a different socio-temporal dimension. Information technology has a hypnotic effect on intelligence, and computer games can lead to a complete mix of real and virtual worlds.

As the analysis of psychological and pedagogical literature and the results of our study showed, every year there is a significant increase in the negative impact of information technology, which leads to the formation of children's egocentrism, disorientation of values, spirituality and deformation of patterns. This trend requires expanding the range of knowledge of practical psychologists, teachers, educators of extended day groups, parents on activities aimed at overcoming the uncontrolled use of computers, the Internet, mobile phones, etc. by their children. Its success is achieved through

the coordinated interaction of all participants in the educational process.

## Literature

1. Podkopaieva Y. Empirical studies of socio-psychological conditions of formation of ideas about the spiritual ideal in primary school children / Lubov Pomytkina, Lyudmyla Moskalyova, Yuliia Podkopaieva, Sergiy Gurov, Svitlana Podplota & Viktoriia Zlahodukh // *International Journal of Children's Spirituality* 2019, VOL. 24, NO. 4, p. 371-388. DOI: 10.1080/1364436X.2019.1672626

2. Podkopaieva Y.V. Psykholohichni aspekty vplyvu suchasnykh mas-media na formuvannia uiavlennia pro dukhovnyi ideal v uchniv molodshykh klasiv / Y.V. Podkopaieva // *Indyvidualnist u psykholohichnykh vymirakh spilnot ta profesii v umovakh merezhevoho suspilstva : monohrafiia kolektyvna* / Za red. L.V. Pomytkinoi, O.P. Khokhlianoi. – K. : TOV «Alfa-PIK», 2019. – S. 226-233.

3. Podkopaieva Y.V. Sotsialno-psykholohichni umovy formuvannia uiavlennia pro dukhovnyi ideal u ditei molodshoho shkilnoho viku : monohrafiia / Y.V. Podkopaieva. – Kamianets-Podilskyi : Vydavets PP Zvoleiko D.H., 2017. – 248 s.

4. Podkopaieva Y.V. Vplyv zasobiv masovoi informatsii na formuvannia uiavlennia pro dukhovnyi ideal osobystosti dytyny molodshoho shkilnoho viku / Y.V. Podkopaieva, O.I. Maliar // *Indyvidualnist u psykholohichnykh vymirakh spilnot ta profesii : zbirnyk naukovykh prats / za zah. red. L.V. Pomytkinoi, T.V. Vasheky, O.M. Ichanskoi.* – K. : Ahrar Media Hrup, 2018. – S. 203-207.

5. Podkopaieva Y.V. Vyiavlennia sotsialnykh faktoriv vplyvu na formuvannia uiavlennia pro dukhovnyi ideal v uchniv mol.klasiv u mezhakh shkoliv / Y.V. Podkopaieva, O.V. Hirchuk // *Zb. nauk. pr. «Teoriia i praktyka suchasnoi psykholohii».* – Zaporizhzhia : Klasychnyi drvatnyi universitet. 2019. – №2, T.2. – S.118-122. Rezhym dostupu: <http://er.nau.edu.ua:8080/handle/NAU/40100>

6. Rais F. Psykholohiya podrostkovoho y yunosheskoho vozrasta / Rais. – SPb. : Yzdatelstvo «Pyter», 2000. – 656 s.

7. Savchyn M.V. Vikova psykholohiia : navchalnyi posibnyk / M.V. Savchyn, L.P. Vasylenko. – K. : Akademydav, 2005. – 360 s.

8. Iatsyshyn, A.V., Kovach, V.O., Romanenko, Y.O., Deinega, I.I., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kutsan, Y.G., Artemchuk, V.O., Burov, O.Yu., Lytvynova, S.H. Application of augmented reality technologies for preparation of specialists of new technological era (2020) CEUR Workshop Proceedings, 2547, pp. 181-200.

**Олена Сечейко**  
*канд. психол. наук, доцент*  
*доцент кафедри авіаційної психології*  
*Національний авіаційний університет*  
*м. Київ (Україна)*

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОСТІ КОМАНДНОЇ РОБОТИ ЛЬОТНИХ ЕКІПАЖІВ**

Особливості роботи авіаційних екіпажів полягає у спільній діяльності, яка відбувається в особливих умовах. Для визначення міри ефективності роботи в особливих умовах використовують термін надійність. Під надійністю групи розуміють збереження високої результативності взаємодії в напружених умовах ( або незалежно від умов) .

У статті ми розглядаємо ефективність взаємодії членів льотної екіпажу як ключового фактору надійності групи.

Як правило, фактор надійності групи в особливих умовах діяльності розглядався в контексті потенціалу

- психофізіологічної витривалості кожного члена команди
- їх сумісності .

Не заперечуючи важливості зазначених вище параметрів, ряд науковців [1] вважають, що на рівень групової надійності суттєво впливають соціально-психологічні параметри серед яких центральним є фактор організованості групи (рівень її розвитку).

Проведений теоретичний аналіз дав змогу визначити основні критерії ефективності льотної команди :

- професіоналізм кожного члена команди;
- позитивно-конструктивна міжособистісна взаємодія;
- орієнтація на успіх команди ;
- здатність до узгоджених дій, спрямованих на позитивний результат.

Фактор професіоналізму кожного з членів екіпажу обумовлює його особисту надійність з огляду на виконання функціональних обов'язків.

Оскільки процес поетапного визначення професійної придатності потенційних членів авіаційного екіпажу дає змогу виявити професійно-непридатних осіб, будемо вважати, що рівень професіоналізму кожного члена команди є достатнім для ефективного виконання своїх персональних обов'язків.

Оскільки будь який член екіпажу виконує свої функціональні обов'язки не ізольовано, а в складі команди, високий рівень комунікативної культури, психологічна компетентність також мають увійти до переліку професійно-важливих якостей і визначатися як один з факторів професіоналізму, що впливає на ефективність взаємодії при виконанні спільної діяльності і підвищує показники групової надійності.

Ефективність групової взаємодії льотних екіпажів залежить також від досвіду взаємодії в групі – спрацьованості екіпажу. Спрацьованість команди передбачає наявність механізмів, що забезпечують високу скоординованість дій всіх членів команди .

У льотних екіпажах постійного складу спрацьованість команди досягається завдяки тривалій взаємодії членів екіпажа, їх адаптованості та скоординованості дій. Висока ефективність при цьому забезпечується тільки за умови комплексної сумісності членів екіпажа.

Сьогодні в цивільній авіації існує практика формування екіпажів змінного складу. При такому підході ставка робиться на те, що високий рівень професіоналізму забезпечує високу надійність. Проте, не слід забувати що надійність команди не дорівнює сумі надійності кожного члена екіпажу. Крім того, ситуація невизначеності може викликати небажані емоційні реакції. В проведених дослідженнях причин агресивної поведінки пілотів, напруга очікування пілотом інформації про склад екіпажу зазначається як одна з причин виникнення негативного емоційного фону. Це вимагає оптимізації зусиль, спрямованих на забезпечення надійності льотних екіпажів змінного складу.

Відбувається пошук шляхів забезпечення високої ефективності взаємодії членів екіпажу незалежно від тривалості їх спільної діяльності. Центральною при цьому є розробка прийомів активізації дії соціально-психологічних факторів [2]:

- наявності високого рівня психологічної компетентності та комунікативної культури членів екіпажу;
- однорідності екіпажу за соціально-психологічними параметрами;
- позитивного психологічний клімату.

Незважаючи на імовірність достатньо високої ефективності роботи льотних екіпажів тимчасового складу,

необхідно зазначити неприпустимість їх стихійно-випадкового формування. Підбір кандидатів за принципом сумісності залишається актуальним та психологічно виправданим і в цьому випадку .

При формуванні екіпажів змінного складу оптимальною, на нашу думку , буде тактика можливої ротації спеціалістів в рамках обмеженої кількості екіпажів. Гіпотетично, це може бути 5-7 екіпажів, які розглядають як одну команду , в межах якої спрацюють всі закономірності динаміки малих груп.

Комплектація такої команди повинна відбуватися на основі вибору кандидатів із загальної кількості профільних спеціалістів авіакомпанії за принципами психофізіологічної, психологічної та соціально-психологічної сумісності. Такий підхід дозволить уникнути імовірності об'єднання в одному екіпажі осіб, несумісність яких спричинить емоційне або сенсомоторне напруження і не дозволить команді бути ефективною .

Пропонуємо визначити такі критерії ефективності командної взаємодії: ціннісно-мотиваційна єдність; високий рівень особистої ініціативи та відповідальності кожного члена команди;

зосередженість (центрованість) членів команди на продуктивності діяльності; наявність позитивного психологічного клімату, який передбачає атмосферу взаємної поваги й довіри, визнання компетентності кожного з членів команди, оптимальне співвідношення між емоційним та раціональним елементами взаємовідносин [2].

Психологічну стабільність команди пропонуємо оцінювати за такими показниками:

- рівень командного духу;
- мотиваційний фон команди;
- рівень адаптованості команди до реальних умов діяльності;
- рівень ефективності комунікації команди;
- рівень психоемоційного благополуччя й стабільності членів команди.

Досягнення високих показників по зазначеним факторам вимагає створення психологічної служби для забезпечення психологічного супроводу і розробки стратегії її діяльності , адекватної сучасним вимогам.

На нашу думку, основна мета діяльності групи психологічного супроводу має полягати у забезпеченні високої

ефективності діяльності спеціалістів при збереженні їх психічного й фізичного здоров'я. Це має бути система взаємопов'язаних та взаємодоповнюючих заходів, що сприятимуть забезпеченню високої надійності льотних екіпажів.

Оскільки сьогодні в авіації існує практика роботи екіпажів як постійного, так і змінного складу, тактику психологічного супроводу, спрямованого на забезпечення надійності льотної команди необхідно розробляти з урахуванням специфіки кожного варіанта.

### Література

1. Сарычев С.В., Чернышов А.С. Социально-психологические аспекты надежности группы в напряженных ситуациях./С.В. Сарычев, А.С. Чернышов // Курск, 2000, 164 с.

2. Сечейко О.В. Роль соціально-психологічної компетентності спеціалістів ергатичних систем / О.В. Сечейко // Екстремальна та авіаційна психологія у контексті технологічних досягнень інформаційної доби: матеріали VII науково-практичної конференції. – К.: НАУ 2012.- С.109-110.

3. Луцький М.Г., Сидоров М.О. Методологія інформатизації науково-практичного супроводження експлуатації авіаційної техніки / Створення та модернізація озброєння і військової техніки в сучасних умовах: 11-а науково-технічна конференція, 8-9 вересня 2011 р. – Феодосія, 2011. – С.147-150.

*Оксана Власова-Чмерук*  
*ст. викладач кафедри авіаційної психології*  
*Національний авіаційний університет,*  
*м. Київ (Україна)*

## **ПРОЦЕСИ СОЦІАЛЬНОГО ПОРІВНЯННЯ ЯК ПРОБЛЕМА КОРИСТУВАЧІВ СОЦІАЛЬНИХ МЕРЕЖ**

Ми живемо в часи великих технологічних змін. Незаперечним є вплив мережі Інтернет на політичне, економічне, суспільне життя людей. Не стала винятком і сфера міжособистісного спілкування, яка за останні роки зазнала значних трансформацій. За даними платформ We Are Social та Hootsuite до середини 2021 року користувачами соціальних мереж стануть більше половини населення планети [7].

У зв'язку з цим відбувається відродження наукових досліджень психологів в темах соціальної комунікації, перцепції та взаємодії, що набувають нового формату у віртуальному світі.

Метою статті є аналіз стану дослідження проблеми впливу процесів соціального порівняння на психологічне благополуччя користувачів соцмереж.

Людина в пізнанні оточуючого світу орієнтується на свої суб'єктивні інтерпретації того, що відбувається, застосовуючи різні прийоми, серед яких значне місце належить процесам порівняння. Ця проблематика не нова для психології, у 1954 році Л. Фестінгер опублікував свою працю «Теорія процесів соціального порівняння». На сьогоднішній день, за оцінкою Р. Нісбета та Л. Росса уявлення про те, що оцінка людьми самих себе базується на порівнянні є «квінтесенцією соціально психологічного знання» [5]. Серед українських вчених, дане питання розглядала Т. Данильченко [3]

Процеси порівняння завжди супроводжують життя людини, в давні часи виступали механізмом «виживання» у випадку порівняння себе з конкурентом, зараз є механізмом соціалізації дитини на ранніх етапах дорослішання, сприяють адаптації в оточенні.

Порівняння реалізується у декілька способів:

1. Порівняння з власним минулим досвідом. Люди часто ностальгують за «старими добрими часами» або навпаки радіють, наприклад тому, що важкі часи початку їх кар'єри та скрутного матеріального становища вже в минулому. Тобто оцінюючи свою актуальну життєву ситуацію, вони порівнюють з минулим, ніби відповідаючи для себе на запитання «А це для мене краще/гірше/так само, ніж було раніше?»

2. Порівняння з ідеалом або альтернативною автобіографічною версією життя. На основі емпіричного дослідження в рамках наративного підходу Аванесян М.О. з'ясувала, що частина людей оцінюють своє життя в «системі координат втрачених можливостей» [1]. Оцінюючи задоволеність своїм життям чи здійснюючи вибір в тій чи іншій життєвій ситуації, людина створює прогноз розгортання альтернативної історії. Через певний час у неї є можливість порівняти план наявного життя з уявним планом життя. При цьому, людина не приймає до уваги імовірнісний характер уявного плану життя, припускаючи лише найкращий «ідеальний» варіант розвитку невибраного шляху і сумує за втраченим.



3. Соціальне порівняння з іншими людьми, що полягає в співвіднесенні людиною себе, своїх переконань, здібностей, досягнень з іншими людьми. У повсякденному житті соціальне порівняння виконує функції регулювання самооцінки, копінг-механізмів, керування емоціями, підвищення афіліації [3].

Вплив соціального порівняння на психологічне благополуччя неоднозначний. Якщо людина вдається до так званого низхідного порівняння (порівнюючи себе з іншими, вона приходить до висновку, що є кращою), то благополуччя підсилюється. І, навпаки, при висхідному порівнянні – людині здається, що вона гірша за інших – благополуччя знижується.

У реаліях сьогодення, при все більшому розповсюдженні віртуального спілкування, соціальне порівняння для користувачів Інтернету ускладнюється певними обставинами. По-перше, з іншим суб'єктом для порівняння або з референтною групою немає прямого контакту. А отже, немає можливості перевірити інформацію чи наведені факти. По-друге, користувачі не завжди усвідомлюють, що ті «мережеві ідентичності», які вони спостерігають у інших користувачів сконструйовані щоб сподобатися, скерувати враженням, отримати «вподобайки» і, зрештою, здійснити вплив. Саме тому порівняння, що базується на інформації з соціальних мереж, переважно буде мати висхідний характер та несприятливо відображатися на психічних станах користувачів. Негативні переживання, які виникають внаслідок порівняння названі П. Соловєєм «біль від порівняння» [9].

Багато авторів погоджуються, що мережа Facebook – безпрецедентна платформа для соціальних порівнянь. Група німецьких дослідників (Краснова Г. зі співавторами) представили результати цікавих емпіричних досліджень. За їхніми даними, 357 респондентів (при вибірці 584 особи) звітували, що передивляючись приватні фото своїх друзів та дізнаючись про їх успіхи у мережі Facebook, вони відчувають фрустрацію, тривогу, заздрість і як наслідок невдоволення собою та своїм життям. Циркуляція емоцій відбувається по «спіралі заздрості»: розчарування від порівняння стимулює одних користувачів змінювати та покращувати свій профіль у мережі, що в свої чергу викликає заздрість у інших та призводить до аналогічних дій з їхнього боку. Автори приходять до висновку, що користувачі часто сприймають фейсбук як стресове середовище [8].

У дослідженні Н. Гаранян та Д. Щукіна отримані схожі результати на вибірці російських студентів. Студенти, що вдаються до частого порівняння у соцмережах мають ознаки емоційного неблагополуччя: відчують стрес, тривогу та депресивні стани, часто переживають заздрість та ревності [2].

Дібб Б. та Фостер М. у своєму дослідженні шукали відповідь на питання чи породжує Facebook, більше соціальних зв'язків або навпаки сприяє збільшенню почуття самотності? Вони встановили, що чим більше користувачі нав'язливо розмірковують про соціальну мережу та схильні до висхідних соціальних порівнянь, тим більше самотності вони відчують. Таким чином проявляється парадокс: мережа Facebook, яка призначена для зв'язку людей з їх друзями та родиною, сприяє збільшенню психологічної дистанції між людьми та переживання ними самотності [6].

Висновки. Аналіз існуючих досліджень дозволяє нам побачити «тіньовий бік» орієнтації на соціальне порівняння користувачами соціальних мереж. Порівняння «не на свою користь» призводить до пригніченого настрою, стресу, переживання самотності, породжує заздрість та незадоволеність своїм життям. Тому варто згадати експертку з психології щастя, С. Любомирські, яка пропонує усім дієву звичку щастя – перестати себе порівнювати з іншими людьми [4].

#### Література

1. Аванесян М.О. Альтернативная автобиографическая история как составляющая возможного «я» / Психологические исследования - 2018 -№ 11(61). Режим доступа: <http://psystudy.ru>
2. Гаранян Н.Г., Щукин Д.А. Частые социальные сравнения как фактор эмоциональной дезадаптации студентов // Консультативная психология и психотерапия. 2014. Том 22. № 4. С. 182–206.
3. Данильченко Т. В. Соціальне порівняння як фактор суб'єктивного благополуччя/ Т. В. Данильченко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Психологічні науки. - 2014. - Вип. 121. - С. 103-109.
4. Любомирски С. Психология счастья. Новый подход / С. Любомирски. – СПб.: Питер, 2014. – 352 с.
5. Росс Л., Ниссбет Р. Человек и ситуация / пер. с англ. - М: Аспект-Пресс, 2000.

6. B. Dobb, M. Foster, Loneliness and Facebook use: the role of social comparison and rumination, *Heliyon*, Volume 7, Issue 1, 2021, <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e05999>.

7. Kemp S. Digital 2020: 3,8 billion people use Social media, Режим доступу: <https://wearesocial.com/blog/2020/01/digital-2020-3-8-billion-people-use-social-media#>

8. Krasnova H., Wenninger H., Widjaja T., Buxmann P. Envy on Facebook: A Hidden Threat to Users' Life Satisfaction? // Research Paper, International Conference on Wirtschaftsinformatik / Leipzig, Germany: Business Information Systems, 2013

9. Salovey, P., Rodin, J. (1984). Some antecedents and consequences of social-comparison jealousy. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(4), 780–792.

*Світлана Чернявська*

*ст. викладач кафедри авіаційної психології*

*Національний авіаційний університет*

*м. Київ (Україна)*

## **ПРО ВИВЧЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНОЇ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ-ПІЛОТІВ ЦИВІЛЬНОЇ АВІАЦІЇ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

Постановка наукової проблеми. Необхідною умовою успішного початку, виконання та завершення будь-якої діяльності є готовність до її здійснення. У цивільній авіації, роль якої залишається важливою в усіх аспектах соціального та економічного прогресу, ключовим елементом безпеки авіаперельотів є пілот та його професійна діяльність. Вона є ризиконебезпечною і характеризується інтенсивним темпом, швидкістю протікання подій, жорстким лімітом часу на прийняття рішень, дією на організм фізичних факторів, які суттєво впливають на психофізіологічні функції, а також високою нервово-психічною напругою. Аналіз льотної діяльності, яка кваліфікується як операторська діяльність по управлінню надзвичайно складними ергономічними системами, переконує, що сучасні можливості авіаційної техніки обумовлюють необхідність наукового переосмислення професійної діяльності пілота і підготовки його, як фахівця, у сучасних реаліях.

Найважливішими етапами підготовки фахівця до

ефективної та безпечної діяльності в екстремальних умовах вважаються: професійний відбір, професійна підготовка та безпосередня професійна діяльність. Вивчення особливостей психологічної готовності до професійної діяльності відбувається саме на етапі навчання майбутніх пілотів у вищому навчальному закладі та базується на визнанні довготривалого та цілеспрямованого її формування, у першу чергу, як особистісної властивості. Розуміння психологічної готовності до професійної діяльності відкриває нам мотиви, які лежать в її основі, дає можливість оцінити значущість для суб'єкта задач діяльності, а також його знання, почуття відповідальності за результати своєї роботи, упевненість в успіху, уміння управляти собою та мобілізувати власні сили, концентруючись на поставленій задачі всупереч стороннім впливам чи внутрішнім сумнівам і страхам. Таким чином, формування психологічної готовності студентів-пілотів до професійної діяльності сприятиме підвищенню ефективності професійної підготовки.

Аналіз останніх досліджень. Дослідження проблеми психологічної готовності до діяльності здійснювалися такими вченими, як М.І. Д'яченко, Л.О. Кандибович, Ф.І. Івашенко, М.Д. Левітов, Є.О. Мілерян, Д.Ф. Ніколенко, В.В. Серіков, А.О. Смирнов, П.Р. Чамата, Н.А. Шеляховська, О.В. Веденов, В.С. Горгома, В.В. Зарицька, В.А. Семиченко, О.Г. Асмолов, Г.О. Балл, С.Д. Максименко, К.К. Платонов, Е.О. Фарапонова та ін. Дослідженням психологічної готовності як *загальної, довготривалої* готовності до діяльності, як особистісної інтегративної властивості, як підготовленості усіх сфер психіки до виконання діяльності займалися такі вчені як Б.Г. Ананьєв, В.О. Моляко, М.Л. Смільсон, В.Д. Шадріков, Є.О. Климов, О.М. Іванова, А.О. Деркач, О.П.Хохліна та ін. *Ситуативна* психологічна готовність до діяльності, як стан психологічної готовності до виконання конкретного трудового завдання, розглядалась у працях Є.П. Ільїна, М.Д. Левітова, Л.С. Нерсисяна, А.Ц. Пуні, О.О. Ухтомського, В.О. Бодрова та ін. Вивченню змістової структури психологічної готовності присвячені дослідження таких вчених як М.І. Д'яченко, Л.О. Кандибович, В.В. Согалаєв, Л.В. Кондрашова, П.П. Горностаї, а дослідження окремих її компонентів - Д.М. Узнадзе, О.П. Хохліної, Н.Г. Іванова та ін. Ми розглядаємо психологічну готовність до діяльності як загальне довготривале інтегративне утворення особистості, яке передбачає підготовленість усіх сфер психіки до виконання діяльності із

високою результативністю та об'єднує в собі мотиваційну, пізнавальну, емоційну, вольову та інші складові, які є адекватними до вимог, змісту та умов діяльності.

У сучасній авіаційній психології на особливу увагу заслуговують роботи, пов'язані з методикою формування психологічної готовності курсантів-льотчиків до льотної діяльності (О.М. Керницький) [2], вивченням психологічної готовності льотної складу до діяльності в умовах тривалих перерв між польотами, (І.М. Окуленко) [3], розробкою теоретичних моделей вибору рішень операторами в умовах ризику (А.А. Бекмухамбетов) [1] та ін. Однак, незважаючи на значущість проблеми психологічної готовності до діяльності та наявність присвячених їй досліджень, вона ще й досі залишається недостатньо розробленою у психології в цілому і авіаційній психології зокрема. На сьогодні залишається відсутнім однозначне трактування суті психологічної готовності до діяльності та її змістового наповнення, єдиний погляд на формування цього складного психічного утворення. Це певною мірою позначається на різноплановості теоретичних та прикладних досліджень з проблеми, на недостатності досліджень з системного вивчення психологічної готовності до діяльності, відповідно до її суті та структурних компонентів, зокрема психологічної готовності до професійної діяльності студентів-пілотів цивільної авіації в аспекті загальної проблеми - підвищення ефективності їх фахової підготовки у вищому навчальному закладі. Це й визначило вибір теми дослідження.

Метою статті є визначення підходу до вивчення психологічної готовності студентів-пілотів цивільної авіації до професійної діяльності на основі обґрунтування актуальності теми та визначення методологічного апарату дослідження.

Виклад основного матеріалу. *Об'єктом* нашого дослідження визначена психологічна готовність до професійної діяльності, *предметом* – особливості психологічної готовності студентів-пілотів цивільної авіації до професійної діяльності.

*Теоретико-методологічні засади дослідження* складають положення про соціальну зумовленість внутрішньої (психічної) та зовнішньої активності людини; провідну роль навчання щодо психічного розвитку (Л.С. Виготський, С.Л. Рубінштейн та ін.); суть свідомості як вищого рівня психічного відображення (Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, Б.Ф. Ломов та ін.); діяльнісний підхід до вивчення та формування психіки людини, принцип єдності свідомості та діяльності (Л.С. Виготський,

П.Я. Гальперін, Г.С. Костюк, О.М. Леонт'єв, С.Л. Рубінштейн, О.М. Ткаченко, О.П. Хохліна та ін.), принцип детермінізму (С.Л. Рубінштейн, О.М. Ткаченко, К.В. Шорохова, М.Г. Ярошевський та ін.), системно-структурний підхід до вивчення психічних явищ (М.С. Каган, Б.Ф. Ломов, К.К. Платонов, О.М. Ткаченко, В.В. Рибалка, О.П. Хохліна та ін.); суть і структуру психологічної готовності до професійної діяльності (Б.Г. Анан'єв, А.О. Деркач, Л.М. Карамушка, М.І. Д'яченко, Л.О. Кандибович, В.О. Моляко).

*Метою дослідження є підвищення ефективності професійної підготовки студентів-пілотів цивільної авіації на основі вивчення та формування у них психологічної готовності до діяльності. Відповідно до мети, завданнями дослідження визначено наступні: 1) на основі теоретичного аналізу психологічної літератури з'ясувати сутність і стан розробленості проблеми психологічної готовності студентів-пілотів цивільної авіації до професійної діяльності, розкрити зміст ключових понять; 2) визначити теоретичні засади дослідження; 3) розробити методіку вивчення психологічної готовності до професійної діяльності студентів-пілотів цивільної авіації; 4) на основі емпіричного дослідження вивчити стан сформованості психологічної готовності до професійної діяльності у студентів-пілотів цивільної авіації; 5) розробити та експериментально апробувати Програму формування у студентів-пілотів цивільної авіації психологічної готовності до професійної діяльності.*

У дослідженні передбачено використання наступних *методів*: теоретичні (аналіз, синтез, узагальнення, систематизація), емпіричні (тестування, опитування, спостереження), методи кількісної та якісної обробки емпіричних даних. На різних етапах дослідження буде використано комплекс психодіагностичних методик, зокрема: методіку «Вивчення мотивації навчання у виші» (Т.І. Ільїн), методіку «Визначення рівня професійної спрямованості студентів» (Т.Д. Дубовицька), тест-опитувальник «Вивчення вольової саморегуляції» А.В. Зверькова, Е.В. Едман та ін.

Дослідною роботою передбачено охопити студентів 1-4 курсів, які навчаються на кафедрі аеродинаміки та безпеки польотів літальних апаратів Аерокосмічного факультету Національного авіаційного університету, які навчаються за спеціальністю «Льотна експлуатація повітряних суден».

Висновки та перспективи подальших досліджень. Проведення дослідження з вивчення психологічної готовності

студентів-пілотів цивільної авіації до професійної діяльності за визначеним підходом та відповідним методологічним апаратом дослідження дозволить отримати психологічні знання, використання яких у ВНЗ сприятиме підвищенню ефективності підготовки майбутніх фахівців у галузі цивільної авіації.

### Література

1. Бекмухамбетов А.А. Совершенствование деятельности оператора на базе теории и практики управления рисками при обеспечении безопасности полетов: автореф. дис. ...канд. техн. наук: 05.22.14. Санкт-Петербург, 2005. 26 с.
2. Керницький О.М. Методика формування психологічної готовності курсантів-льотчиків до льотної діяльності: автореф. дис. ...канд. пед. наук: 13.00.02. Харків, 2005. 17 с.
3. Окуленко І.М. Психологічна готовність льотного складу до діяльності в умовах тривалих перерв між польотами: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.09. Хмельницький, 2007. 20 с.
4. Луцький М.Г., Сидоров М.О. Онтологія безпеки авіації / Монографія. – К.: НАУ, 2011. – 408 с.
5. Луцький М.Г., Харченко В.П., Бугайко Д.О. Розвиток міжнародного регулювання та нормативної бази використання безпілотних літальних апаратів / Вісник Національного авіаційного університету. – 2011. – № 2(47) . – С. 5-14.

**Роман Вархола**

*слухач Гуманітарного інституту  
Національного університету оборони України  
м. Київ (Україна)*

## **ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГІЧНИХ ДЕТЕРМІНАНТІВ БОЙОВОГО СТРЕСУ**

Проблема бойового стресу знаходиться тривалий час в полі уваги науковців. Психологічні проблеми ветеранів більшість дослідників розглядаються як прояв відстрочених реакцій на травматичний стрес війни.

Діяльність в небезпечних для життя та здоров'я умовах, у більшості військовослужбовців має психологічні наслідки, що зумовлені переживаннями значної сили. Такі пережиті події

порушують почуття безпеки, що зумовлює виникнення бойового стресу, психологічні наслідки якого різні.

Вплив детермінантів виникнення бойового стресу на психіку військовослужбовців, що виконують завдання в районі ведення бойових дій, зокрема і в Операції об'єднаних сил, має комплексний характер.

Переживання бойового стресу залежить від інтенсивності, тривалості та потужності впливу на психіку, а також індивідуально-психологічних особливостей особистості військовослужбовця, його психологічної та професійної готовності до ведення бойових дій, характеру та рівня мотивації (включаючи загальне ставлення до війни), наявності бойового досвіду.

У військовій психології визначають дві основні групи детермінантів (стрес-факторів) виникнення бойового стресу [1, с. 325-524; 2 с. 498-502; 3, с. 9-22]:

– група «Х» – детермінанти, що безпосередньо емоційно впливають на виникнення бойового стресу у військовослужбовців;

– група «У» – детермінанти, що опосередковано емоційно впливають на виникнення бойового стресу залежно від професійних можливостей у військовослужбовців.

До групи «Х» належать наступні основні фактори: небезпека (загроза), несподіванка, новизна (нестандартність) обстановки, невизначеність, відповідальність, негативні емоційні реакції, монотонність від надлишку часу, групова ізоляція, клаустрофобія, втомлюваність, дискомфорт.

До групи чинників «У» належать такі основні фактори: дефіцит часу, підвищення темпу дій, крайня інтелектуальна складність рішень, надлишок інформації, поєднання декількох видів діяльності одночасно, ступінь злагодженості дій фахівців.

Нами була поставлена мета – дослідити рівень впливу психологічних детермінантів виникнення бойового стресу (бойових стрес-факторів) на військовослужбовцях учасників бойових дій.

Для дослідження впливу бойових стрес-факторів на військовослужбовці, було проведено їх розподіл відповідно до показників Х-фактору (до якого входили фактори, які безпосередньо емоційно впливають на військовослужбовців) і У-фактору (до якого входили фактори, які опосередковано емоційно впливають на військовослужбовців).



Дослідження проводилось з військовослужбовцями військової служби за контрактом (58 чоловік), офіцерським складом (8 чоловік) окремої механізованої бригади. Військовослужбовці, з якими проводилось дослідження, являються безпосередніми учасниками Операції об'єднаних сил.

Були отримані наступні середні значення показника «Х» (див. табл. 1).

Таблиця 1

Безпосередній емоційний вплив  
на військовослужбовців (група «Х»)

№ п/п	Детермінанти (стрес-фактори)	Шкала впливу (середній бал)
1.	Небезпека (загроза)	5,73
2.	Несподіванка	5,48
3.	Новизна (нестандартність) обстановки	5,27
4.	Невизначеність	5,42
5.	Відповідальність	7,45
6.	Негативні емоційні реакції	4,73
7.	Монотонія від надлишку часу	4,45
8.	Групова ізоляція	4,30
9.	Клаустрофобія	2,79
10.	Втомленість	4,24
11.	Дискомфорт	4,12
Рівень загального показника		53,98

Найвищі бали отримані за такими показниками, як: відповідальність (7,45 бала); небезпека (5,73 бала); несподіванка (5,48 бала); невизначеність (5,42 бала).

Таким чином, показник відповідальності має найвищий рівень емоційного впливу (7,45 бала). Виходячи з даного показника можна зробити висновок, що із зменшенням інтенсивності ведення бойових дій показник відповідальності зростає. Даний висновок можна зробити посилаючись на дослідження проведене О.А. Бліновим в активній фазі ведення бойових дій, в ході якого встановлено, що показник небезпеки (7,81 бала) був на першому місці а показник відповідальності (7,38 бала) на другому [2, с. 498-502].

Також слід зазначити про зменшення ступеня впливу детермінантів (стрес-фактори) безпосереднього емоційного

впливу на військовослужбовців (група «X»). Оскільки за дослідженням проведеним О.А. Бліновим рівень загального показника становив 67,92 (середній найвищий за показником небезпеки 7,81) [2, с. 498-502], за дослідженням проведеним нами рівень загального показника становив 53,98 (середній найвищий за показником відповідальність 7,45 бала) (наведено в Таблиці 1).

Третє місце належить двом показникам - несподіванка та невизначеність: за дослідженням О.А. Бліновим (6,81 та 6,77 бала відповідно) [2, с. 498-502], за дослідженням проведеним нами 5,48 та 5,42 бала відповідно ) (наведено в Таблиці 1).

За показником «Y» були отримані наступні середні значення (див. табл. 2).

Таблиця 2

Опосередкований емоційний вплив  
на військовослужбовців (група «Y»)

№ п/п	Детермінанти (стрес-фактори)	Шкала впливу (середній бал)
1.	Дефіцит часу	5,45
2.	Підвищення темпу дій	5,39
3.	Крайня інтелектуальна складність рішень	4,91
4.	Надлишок інформації	4,55
5.	Поєднання декількох видів діяльності одночасно	5,16
6.	Ступінь злагодженості дій	6,58
Рівень загального показника		32,04

Найвищі бали отримані за такими показниками, як:

ступінь злагодженості дій (6,58 бала);

дефіцит часу (5,45 бала);

підвищення темпу дій (5,39 бала).

поєднання декількох видів діяльності одночасно (5,16 бала).

Роблячи порівняння з проведеними раніше дослідженнями [2, с. 498-502] слід зробити висновок, що найвищий рівень безпосереднього емоційного впливу на військовослужбовців (група «Y») не змінився – це показник ступеню злагодженості дій (6,58 бала) (наведено в Таблиці 2). Проте інтенсивність даного показника дещо зросла (6,38 бала) [2, с. 498-502].

Друге місце належить двом показникам - дефіцит часу та підвищення темпу дій (5,45 та 5,39 бала відповідно) (наведено в

Таблиці 2)), в порівнянні з попередніми дослідженнями дані показники знизились (6,35 бали кожний ) [2, с. 498-502].

Третє місце за опосередкованим емоційним впливом займає показник поєднання декількох видів діяльності одночасно (5,16 бала (наведено в Таблиці 2)), в порівнянні з попередніми дослідженнями дані показники знизились (6,12 бали [2, с. 498-502] ).

Виходячи з порівняння попередніх досліджень та дослідження проведеного нами, можна констатувати висновок про зменшення інтенсивності впливу на військовослужбовців детермінантів як безпосереднього (групи «Х») так і опосередкованого (групи «У») емоційного впливу, що зумовлено зменшенням інтенсивності ведення бойових дій.

Рівень загального показника безпосереднього емоційного впливу на військовослужбовців (групи «Х») знизився з 67,92 бала [2, с. 498-502], до 53,98 бала (наведено в Таблиці 1).

Також знизився рівень загального показника опосередкованого емоційного впливу на військовослужбовців (групи «У») з 36,78 бала [2, с. 498-502], до 32,04 бала (наведено в Таблиці 2).

Зменшення інтенсивності ведення бойових дій та зменшення інтенсивності впливу на військовослужбовців детермінантів як безпосереднього (групи «Х») так і опосередкованого (групи «У») емоційного впливу потребує переосмислення системи контролю бойового стресу та оптимізації організації та проведення заходів психологічного супроводу бойової діяльності (контролю бойового стресу).

#### Література

1. Морально-психологічне забезпечення у Збройних Силах України : підручник : у 2 ч. Ч. 1. вид. 2-е, перероб. зі змін. та допов. / Н. А. Агаєв, В. Г. Дикун, В. С. Чорний та ін. ; за заг. ред. В. В. Стасюка. Бровари : ТОВ — 7БЦП, 2020. 754 с.

2. Блінов О.А. / Бойова психічна травма: монографія. – К: Талком, 2019. – 700 с.

3. Блінов О.А. Бойовий стрес та результати його емпіричного дослідження / О.А. Блінов //Психологічний часопис: збірник наукових праць / за ред. С.Д. Максименка. – № 2 (12). –Вип. 12. – Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України, 2018. – С. 9-22.

**Олександр Риков**

*директор Державного музею авіації імені О. К. Антонова,  
аспірант Національного авіаційного університету  
м. Київ (Україна)*

## **ПРОВІДНІ МОТИВИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ПІЛОТІВ ЦИВІЛЬНОЇ АВІАЦІЇ**

У період глобалізованого мережевого суспільства відбуваються зміни в усіх напрямках державного й приватного господарювання. Так само змінюються вимоги до фахівців, які працюють в особливих та екстремальних умовах діяльності. Зокрема, на сьогодні, для пілотів цивільної авіації розширюється коло провідної мотивації до виконання професійних обов'язків.

Серед сучасних вчених і практиків усе частіше переважає думка про те, що людський фактор в авіації потребує розвитку до позитивної й свідомої мотивації як засобу ресурсозбереження авіаторів.

Як відомо, розуміння мотивів діяльності та уявлення про механізми їхнього утворення мають дуже важливе значення і для особистості як суб'єкта діяльності, і для наукового розуміння психологічного змісту даних процесів. Саме від мотиву залежить, що (в психологічному розумінні) являє собою та чи інша дія, який суб'єктивний сенс вона має для даної людини, як відтворює її внутрішній світ, «картину її «Я».

Зазвичай, мотиви діяльності людини відображають найхарактерніші для неї способи реагування на ті чи інші елементи довколишньої (зовнішньої) та прихованої (внутрішньої) сфери існування людини. Рівень усвідомлення мотивів власної діяльності висвітлює притаманний людині спосіб реагування на окремі явища: спонтанні дії, скеровано-організовані дії тощо. Змістовний «масштаб» мотивування людиною своїх дій характеризує як змістовий простір її реального та духовного існування, так і особистісну «зрілість» в оволодінні предметним світом та власними переживаннями взаємодій із цим світом. Взагалі мотиваційна сфера особистості формується, розвивається та реалізується відповідно до формування, розвитку та послідовного виявлення «Я» конкретної особистості.

Одними з найважливіших понять, що пов'язані з працею в екстремальних умовах, є професійна відповідальність і свідоме ставлення до діяльності. Здатність до відповідальності не з'являється у дитини від народження – ця людська якість потребує виховання, а в дорослому житті – це розвиток за рахунок самосвідомості й участі у тренінговій діяльності. Відповідати за власні слова, вчинки та дії під силу тільки людині, яка прагне жити свідомо. Що ж означає свідоме ставлення до праці у глибинно-психологічному контексті?

Людська свідомість через відображення дійсності забезпечує осягнення нашим «Я» цілісної картини світу. Саме свідомість, самосвідомість і волю психологи (зокрема, Л.С. Виготський, І.Д. Бех) відносять до вищих психічних функцій людини. Нижчими по відношенню до них вважаються психофізіологічні функції організму, емоції та інтелектуальна сфера особистості.

На думку О.М.Леонтьєва, мотиви можуть бути усвідомленими й не усвідомленими. З цією тезою погоджуються А.В.Петровський та ряд інших авторів. Водночас С.Л.Рубінштейн, Д.Н.Узнадзе та інші вчені підкреслюють саме «свідому природу» мотивації, що відрізняє мотив від інших збудників та спонук діяльності й поведінки (потреб, настанов, потягів тощо).

Д.Н.Узнадзе визначає мотив як певне міркування індивіда, яке безпосередньо стимулює його до конкретного акту діяння чи поведінки. В центрі цього міркування – потреба, для задоволення якої здійснена конкретна поведінка або дія визнана доцільною. Смысл мотивації полягає саме в цьому: відшукується та знаходиться саме така дія, яка відповідає основній, закріпленій у житті настанові особистості.

Серед численних зарубіжних теорій мотивації необхідно виокремити теорію оптимальної активації (Е.Даффі, Д.Хебб), яка була створена в 50-х роках ХХ ст. і базується значною мірою на законі Йеркса–Додсона. Відповідно до цієї теорії, організм людини намагається підтримати «оптимальний рівень активації», який дає йому змогу функціонувати найефективніше. Цей рівень не відповідає абсолютному нулю, як стверджується в теорії біологічних спонук, а залежить від фізіологічного стану даної людини в даний момент.

Зрозуміло, що професія пілота вимагає від особистості фахівця високої міри відповідальності. Якщо егоцентричний пілот буде втілювати під час виконання професійної діяльності

себелюбні фантазії, від цього, можливо, постраждають інші. Однак, якщо цей же фахівець буде мати ще й високий рівень інтернальності й свідомої мотивації до успіху – результати його праці можуть бути високими.

### Література

1. Знаков В.В. Мышление, самосознание и самопонимание / Вестник Московского университета. – Серия 14. Психология. №2. – 2008. – С.74-86.
2. Помиткіна Л.В., Бессонов Б.В. Свідоме поєднання праці й відпочинку в житті особистості як умова її духовної безпеки / Духовність особистості: методологія, теорія і практика: Зб. наук. пр. / За мат-ми VIII Міжнародної наук.-пр. конф. «Формування духовної безпеки особистості в умовах сьогодення: виклики і проблеми». Ч.1. – Вип. 3 (78). – Северодонецьк: вид-во СНУ ім. В.Даля, 2017. – С. 188-196.
3. Пономаренко В.А. Психология духовности профессионала. – М.: ИПАН РАН, 2004. –162 с.
4. Узнадзе Д.Н. Мотивация - период, предшествующий волевому акту/ Д.Н.Узнадзе. – Москва // Психология личности: тексты. - Москва: Издательство Московского университета, 1982. – С. 80-84. Режим доступа: <http://www.psychlib.ru/inc/absid.php?absid=14727>.
5. Луцький М.Г. Методологія інформатизації науково-практичного супроводження експлуатації авіаційної техніки / Інженерія програмного забезпечення. – 2011. – №1(5). – С.25-34.
6. Луцький М.Г., Сидоров М.О. Онтологія безпеки авіації / Монографія. – К.: НАУ, 2011. – 408 с.

***Катерина Гордієнко***

*зав. лабораторії, викладач*

*аспірант кафедри авіаційної психології*

*Національний авіаційний університет*

*м. Київ (Україна)*

## **ДІДЖІТАЛІЗАЦІЯ ПСИХОЛОГІЧНОГО НАСИЛЬСТВА СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ**

Розвиток інформаційно-комунікаційних технологій та соціальних сервісів загострює актуальність і поширеність проблеми діджиталізації насильства серед студентів, адже булінг

у кіберпросторі може визначати психологічний стан, соціалізацію та подальше становлення юнаків та дівчат.

Виходячи із зазначеного, діджиталізація (від англ. digitalization – цифровізація) розглядається нами як процес та результат технологізації збору, обробки й поширення інформації із застосуванням комп'ютерних технологій для задоволення потреб суб'єкта інформаційного суспільства, соціальних, культурних та економічних тенденцій у світі [1; 8]. На психологічному рівні проблему діджиталізації вивчає кіберпсихологія, або психологія Інтернету як галузь психології, що поєднує методологію, теорію і практику дослідження видів, способів і принципів застосування особистістю й групою соціальних сервісів Інтернету, а також вивчає психічні процеси, стани, властивості та прояви їх активності (діяльність, спілкування, поведінку) у кіберпросторі [2; 11; 12; 13].

Як відомо, у сфері освіти, завдяки новітнім комп'ютерним технологіям здобувачі мають можливість користуватися електронними бібліотеками, різноманітними сайтами, посиланнями, web-додатками й відео освітнього та пізнавального характеру, брати участь у семінарах, конференціях та слухати лекції з різних куточків світу. За їх допомогою студенти спілкуються між собою та викладачами, тобто віртуальний світ стає засобом соціалізації та набуття нових знань у інституті освіти й науки, особливо в умовах карантину [5; 17]. Натомість, недоречне та бездумне застосування інноваційних технологій призводить до гейміфікації та ілюзорності пізнання в сфері освіти, сприйняття навчання у контексті розваги, а також підвищення ризику зіткнутися із загрозами віртуального світу: кібербулінгом, шахрайством, цькуванням, троллінгом, сталкінгом тощо [4].

Проблема кібербулінгу розглядається у працях як вітчизняних, так і зарубіжних вчених і практиків (Макарової О.О., Lynch M., Войскунського О.Є., Wigderson S., Le Anh-Thuy H., Найдьоновой Л.А., Mehari K.R., Лубенець І.Г., Farrell A.D. та ін.) як новітня форма агресивної деструктивної поведінки, інформаційний терор, моральне і психологічне знищення, що передбачає систематичні жорстокі дії з боку булера чи групи булерів з метою дошкулити, нашкодити, принизити, залякати, порушити права на безпечне навчання, повагу, честь, гідність, майно, здоров'я і життя, обмежити свободу волевиявлення жертви тощо, використовуючи інформаційно-комунікативні засоби [5; 7].

Кібербулінг відрізняється від класичного булінгу особливостями діяльності та можливостями кіберпростору, а саме анонімністю, безкарністю, можливістю фальсифікувати ідентичність, масштабністю і швидкістю розповсюдження інформації через величезну аудиторію у Інтернеті, здатністю знущатися над жертвою незалежно від часу та місця, наявністю прогалин в законодавстві, латентністю суспільства та неосудністю, поширеністю в сучасному молодіжному середовищі [5; 6; 7].

При виникненні ситуації кібербулінгу у групі (наприклад, навчальній студентській групі), створюється соціальна система, у структуру якої входять: агресори (булери), жертва та свідки. Ця система кібербулінгу як вид насильства має тенденцію поширюватися й заражати усіх навколо, змінювати ролі, викликати ланцюгову реакцію та ініціюватися віктимністю [16]. Вказані особливості, а також створення навколо жертви в референтній студентській групі негативної атмосфери неповаги, приниження, засудження, ізоляції тощо є неперсоніфікованою формою кібербулінгу, що є значно більш небезпечною для суспільства, ніж персоніфікована адресна розсилка кібержертві.

Як відомо, юнацький вік є сензитивним періодом становлення та розвитку особистості у навчально-професійній діяльності у ЗВО та інтимно-сімейній сфері на базі сформованої психосоціальної ідентичності, що є запорукою успіху у подальшому житті, або розвитку ізоляції (Еріксон Е.Г., Самаль О.В., Столяренко Л.Д., Хейвінгхерст Р. та ін.).

Виходячи з вищесказаного, кібернасильство в мережі є досить розповсюдженими серед юнаків студентського віку (17-25 роки), що може призвести психологічних наслідків, які можуть проявитися через роки для усіх учасників соціальної системи кібербулінгу [3; 9; 10].

Віктимні студенти (жертви) часто страждають безсонням, депресією, заниженням самооцінки й працездатності та підвищенням тривожності, проявами суїцидальної поведінки; жертви ніколи не звертаються за допомогою до викладачів, психологів чи одногрупників, адже можуть не визнавати проблему, боятися виглядати смішно, або мати досвід відсутності допомоги [15]. Також свідки цькування у соціальних мережах можуть страждати різкими змінами настрою, нервозністю, відчувати невпевненість у собі, що впливає на їх поведінку. Натомість й самі кібербулери часто страждають від власної девіантної поведінки, агресивності, нарцисизму,



авторитарності, неврівноваженості, комплексів неповноцінності та самоцінності тощо, мають проблеми з соціально-психологічною адаптацією у сім'ї та навчально-професійною діяльністю, дуже великі шанси залишитися самотніми.

Відповідно, кібербулінг є небезпечною формою поведінки для психіки усіх учасників, що виявляється у різних видах, таких як: перепалки (флеймінг), постійні виснажливі атаки (хейтерство), зведення наклепів (тролінг), втілення в певну особу, виманювання конфіденційної інформації та її розповсюдження (шахрайство), ізоляція (відчуження), переслідування (сталкінг, домагання) та буліцид (загибель внаслідок булінгу), наслідки яких можуть бути вкрай невтішними [7; 14]. Саме тому, кібербулінг студентської молоді не має ігноруватися суспільством й учасниками освітнього процесу, та перетворюватися на норму поведінки у закладі вищої освіти й поза його межами.

З огляду на вищевказане, вважаємо за необхідне дослідити на емпіричному рівні міру розповсюдження кібернасилля у Національному авіаційному університеті. З цією метою, ми розробляємо психологічну анкету для студентської молоді, яку зможемо запропонувати їм онлайн. Результати дослідження психологічних особливостей проявів кібербулінгу серед студентів будуть висвітлені нами у подальших публікаціях

Таким чином, отримані дані зможуть продемонструвати поширеність проблеми, рівень необізнаності студентів, агресії й толерантності до психологічного насилля у Інтернет-мережі. Результати дослідження стали поштовхом для подальших наукових досліджень у галузі кіберпсихології.

## Література

1. Бочелюк В.Й. Діджиталізація як фактор формування когнітивної сфери / Віталій Йосипович Бочелюк // Вісник ХНПУ імені Г. С. Сковороди "Психологія". – Харків: Харківський національний педагогічний університет імені Г.С. Сковороди, 2020. – Вип 62. – С. 87-107. doi:<https://doi.org/10.34142/23129387.2020.62.05>.

2. Войскунский А.Е. Киберпсихология как раздел психологической науки и практики (рус.) // Universum: Вестник Герценовского университета: журнал. – 2013. – № 4. – С. 88.

3. Гордієнко К.О. Результати вивчення самоактуалізації студентів у інтимно-сімейній сфері життєдіяльності / Гордієнко

К.О. // ПОЛІТ. Сучасні проблеми науки. Гуманітарні науки: тези доповідей XIX Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених і студентів: [у 2-х т.]. – Т. 1. – К.: НАУ, 2019. – С. 111-112.

4. Жерновникова О.А. Діджиталізація в освіті / Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика: матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції. – С. 88-90.

5. Лубенець І.Г. Кібернасильство (кібербулінг) серед учнів загальноосвітніх навчальних закладів / І. Лубенець // Національний юридичний журнал: теорія і практика. – 2016. – № 3. – С. 178-182.

6. Макарова Е.А. Психологические особенности кибербуллинга как формы интернет-преступления / Е.А. Макарова // Российский психологический журнал. –2016. – №3. – С.293-311.

7. Найдюнова Л.А. Кібербулінг або агресія в інтернеті: способи розпізнання і захист дитини / Л.А. Найдюнова // Методичні рекомендації – К.: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2014. – 80 с.

8. Різун В.В. Системи масової комунікації [Електронний ресурс] / В.В. Різун. – Режим доступу: <http://journalib.univ.kiev.ua/index.php?act=article&article=1699>

9. Самаль Е.В. Особенности самоактуализации личности студента в процессе обучения в ВУЗе / Е.В. Самаль // Психология – будущему России: Материалы I-го съезда психологов. – Ростов н/Д: Феникс, 2007. – Ч.3. – С. 201-202.

10. Столяренко Л.Д. Основы психологии / Людмила Дмитриевна Столяренко. – Ростов н/Д: Феникс, 2003. – 686 с.

11. Aiken, M. (2017) *The Cyber Effect: An Expert in Cyberpsychology Explains How Technology Is Shaping Our Children, Our Behavior, and Our Values—and What We Can Do About It*. Spiegel & Grau (2017, June).

12. Iatsyshyn, A.V., Kovach, V.O., Romanenko, Y.O., Deinega, I.I., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kutsan, Y.G., Artemchuk, V.O., Burov, O.Yu., Lytvynova, S.H. (2020). Application of augmented reality technologies for preparation of specialists of new technological era. *CEUR Workshop Proceedings*. pp. 181-200.

13. Kent, L.N. (2018). *Cyberpsychology: An Introduction to Human-Computer Interaction*. Cambridge University Press (2017, November).

14. Kowalski, R.M., Limber, S.P., & Agatston, P.W. (2008). *Cyber bullying: Bullying in the digital age*. Malden, MA: Blackwell.
15. Mehari K.R., Farrell A.D., Le Anh-Thuy H. (2014) Cyberbullying among adolescents: Measures in search of a construct. *Psychology of Violence*, 4 (4), 399-415.
16. Wigderson S., Lynch M. (2013) Cyber- and traditional peer victimization: Unique relationships with adolescent well-being. *Psychology of Violence*, 3 (4), 297-309.
17. Zinovieva, I.S., Artemchuk, V.O., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kovach, V.O., Iatsyshyn, A.V., Romanenko, Y.O., Radchenko, O.V. (2021). The use of online coding platforms as additional distance tools in programming education. *Journal of Physics: Conference Series*, 1840 (1).

**Марія Ярмольчик**  
*аспірант кафедри авіаційної психології,  
старший помічник начальника навчальної частини  
кафедри військової підготовки  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)*

## **ДЕКОМПРЕСІЯ ЯК ФОРМА ПЕРВИННОЇ ПСИХОЛОГІЧНОЇ РЕАБІЛІТАЦІЇ**

Переживання травматичного стресового досвіду на полі бою, зокрема, поранення чи загибелі (великої кількості) соратників, переживання невимовно болісних сцен тощо, залишають глибокий слід на психіці кожного військовослужбовця. Різне бачення травматичної події чи ситуації як внаслідок різних позицій та ролей протягом бою, так і внаслідок суб'єктивних вражень (інтенсивності та виду викликаних реакцій) викликають подальші негативні наслідки бойової травматизації, зокрема, бойового стресу (злість, агресію, провину, взаємні звинувачення чи конфлікти), що призводить до порушення психологічного здоров'я та соціально-психологічної адаптації. З метою подолання цих негативних впливів проводяться процедури психологічного розвантаження військових і військових колективів після бойових дій. Вони включають: аналіз виконаного завдання, початкову допомогу командира (defusing), рекапітуляцію стресової події (debriefing) і процес повернення (декомпресію) та, власне, психологічну реабілітацію, що є комплексом заходів, що здійснюються з

метою збереження, відновлення або компенсації порушених психічних функцій військовослужбовців. Психологічна реабілітація сприяє психосоціальній адаптації до життєвої ситуації, допомагає засвоїти та опрацювати травматичний досвід [4; с.65].

Декомпресія – це форма первинної психологічної реабілітації військовослужбовців, які перебували в екстремальних (бойових) умовах службово-бойової діяльності, що складається з комплексу заходів фізичного і психічного відновлення організму людини та проводиться з метою поступової реадaptaції військовослужбовців до звичайних умов життєдіяльності, запобігання розвитку в них психологічних травм [5; с.2].

Основні елементи психологічної декомпресії: медичний огляд; психологічне діагностування (скринінг); психологічна едукaція (просвіта); психоемоційне та психофізіологічне розвантаження, відновлення психологічної безпеки особистості; соціальна реадaptaція.

Поняття психологічної декомпресії не є новим та запозичене із системи психологічної роботи у збройних силах (далі ЗС) країн НАТО. Дослідженню зазначеного явища присвячено роботи бельгійських дослідників Еріка де Соєра, Х. Хьюза [7; с.15-23], британських – Н. Джонса, Н. Грінберга, М. Фелтона, С. Усселі, які зазначене явище досліджували у межах проблем психічного здоров'я особового складу після розгортання [3; с.135-138].

В українській психології і педагогіці проблемі відновлення психологічного здоров'я присвячені роботи І. Приходька, Ю. Бриндікова та інших. У більшості країн НАТО термін “декомпресія” використовують для визначення програми “третього місця розташування”, під яким розуміється спокійне місце, яке дозволяє військовослужбовцям зробити перерву між перебуванням у зоні розгортання (ведення бойових дій) та відпусткою. У Бельгії зазначений процес перейменовано у “період адаптації” (від французького “*sas adaptation*”, що буквально розуміється як “період блокування”), у Великобританії – “нормалізація” [1; с.405-408].

В Україні, відповідно до інструкцій Міністерства оборони України, мінімальна тривалість проведення заходів психологічної декомпресії становить три доби. Рішення на їх продовження приймається старшим робочої групи та доводиться до командира військової частини. Максимальна тривалість

психологічної декомпресії – до семи діб. За 2 доби до початку проведення заходів психологічної декомпресії старший психолог з особовим складом робочої групи. До складу робочої групи забороняється включати військовослужбовців, які разом з особовим складом виконували завдання в екстремальних (бойових) умовах [6; с.2-6].

Основним елементами психологічної декомпресії є: медичний огляд; психологічне діагностування (скринінг); психологічна едукація (просвіта); психоемоційне та психофізіологічне розвантаження, відновлення психологічної безпеки особистості; соціальна реадаптація.

За одну-дві доби до початку прибуття підрозділів визначеної військової частини на місце проведення заходів психологічної декомпресії прибуває робоча група для здійснення організаційних та підготовчих заходів, які включають в себе: ознайомлення з територією, місцями проведення заходів; уточнення плану психологічної декомпресії; проведення наради з представниками керівного складу військової частини щодо проведення заходів. Далі проходять заходи медичного огляду, після чого починають активно працювати військові психологи. Вони займаються психологічним діагностуванням (скринінгом) – оцінюють актуальний психологічний стан та індивідуально-психологічні особливості військовослужбовців. Скринінг проводиться з метою визначення потреби військовослужбовців у психологічній декомпресії, уточнення оптимальних форм і методів її проведення. Здійснюється за визначеними методиками.

За наявності ознак розладу психіки та поведінки, скарг, негативних результатів психологічного вивчення військовослужбовці направляються на консультування лікаря-психіатра для вирішення питання щодо стаціонарного обстеження та лікування в лікувальних закладах психоневрологічного (наркологічного) профілю [6; с.2-6].

Далі проходить психологічна едукація (просвіта) – інформування особового складу для формування розуміння закономірностей функціонування людської психіки, поведінки людей в екстремальних (бойових) умовах, різних моделей виходу з кризової ситуації.

Потім проводиться психоемоційне та психофізіологічне розвантаження, відновлення психологічної безпеки особистості – комплекс психологічних та психофізіологічних заходів, спрямованих на гармонізацію психоемоційного стану, зняття

перевтоми, зняття негативних наслідків впливу психогенних факторів [6; с.2-6].

Під час заходів декомпресії важливим аспектом є вибір продуктивних, ефективних копінг-стратегій, що сприятиме відновленню психологічного стану. Тут в дію вступають особистісні детермінанти, які зазнали суттєвих змін під час перебування в зоні бойових дій. Підвищена тривожність, занижена самооцінка, екстернальний локус контролю, підвищений рівень нейротизму, агресивність – типовий психологічний портрет військовослужбовця, що повернувся з війни. Відповідними будуть і копінг-стратегії, що є одним з ресурсів для подолання стресу.

Позитивні копінг-стратегії сприяють розвитку та зміцненню адаптаційних здібностей, знижують ризик розвитку психічних захворювань. Важливим моментом є регулювання особистісних рис, які визначають поведінку військовослужбовця.

Психопрофілактика, психоедукація є необхідними складовими декомпресійної програми. Для військовослужбовців складним моментом є усвідомити зміни в собі. Завдання психолога допомогти цьому розумінню і скоригувати особистісні якості таким чином, щоб військовий міг опрацювати травматичний досвід і обрати ефективний копінг [2;с. 140].

Отже, основною та всеосяжною метою декомпресії є відновлення та збереження особистісних ресурсів військовослужбовців, психологічної стійкості та витривалості після тривалого процесу розгортання у складних та екстремальних умовах виконання завдань, що містять широкий діапазон операційних (бойових) стресів (тривалість, фізична втома, психологічне навантаження, віддаленість від сім'ї та інші), що негативно впливає на психологічну придатність військ. Основні цілі програми декомпресії повинні містити фізичний відпочинок у безпечному місці, що сприяє реінтеграції до цивільного та сімейного життя, розслаблення, заохочення роздумів і неформального обговорення набутого досвіду, зменшення стигматизації особового складу, заохочення поведінки пошуку допомоги.

## Література

1. Бриндіков Ю. Л. Теорія та практика реабілітації військовослужбовців – учасників бойових дій в системі соціальних служб: дис. доктора педагогічних наук: 13.00.05. Хмельницький, Тернопіль. 2018. 559 с.

2. Березовська Л. І. Реадаптація демобілізованих військовослужбовців, що перебували в зоні АТО. Посттравматичний стресовий розлад: дорослі, діти та родина в ситуації війни : Міжнародне науково-практичне видання/заг. ред. І. Маноха, Г. Собчук. Том. І. Варшава – Київ: ПАН – Гнозис, 2017.С. 138–153.

3. Fertout M. et al. A review of United Kingdom Armed Forces' approaches to prevent post-deployment mental health problems. *International Review of Psychiatry*, April 2011. 23. P. 135-143.

4. Комар Зоран. Військова психологія. Підручник для підготовки військових психологів. Загреб – Київ: COREIntegra, 2016. С. 65-70.

5. Наказ Міністерства оборони України від 11.12.2019 №629 «Про внесення змін до наказу Міністерства оборони України від 09.12.2015 №702» (Положення про психологічну реабілітацію). Режим доступу: <https://dovidnykmpz.info/psycho/nakaz-ministerstva-oborony-ukrainy-vid-11-12-2019-629-pro-vnesennia-zmin-do-nakazu-ministerstva-oborony-ukrainy-vid-09-12-2015-702-polozhennia-pro-psykholohichnu-reabilitatsiiu/#more-1690>

6. Наказ Міністерства оборони України від 27 грудня 2018 року №462 «Про затвердження Інструкції з організації психологічної декомпресії військовослужбовців Збройних Сил України».

7. Erik De Soir. Psychological Adjustment After Military Operations: Utility of Postdeployment Decompression for Supporting Health Readjustment. Режим доступу: <https://www.researchgate.net/publication/321666578>

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АМБІВАЛЕТНОСТІ У ФІЛОСОФСЬКО- ПСИХОЛОГІЧНИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

Сучасне суспільство розвивається настільки стрімко та динамічно, що значення досвіду, набутого людиною у різнобічних ситуаціях та переживаннях, які ставили її перед необхідністю вибору, у тому числі із взаємовиключних альтернатив, виходить на перший план. Це зумовлено усвідомленим прагненням людини до повного розкриття та реалізації особистого потенціалу та досягнення поставлених цілей (Козицька, 2014). Впродовж останніх років у соціальній сфері поглиблюється загальна криза, яка, до всього ж, ускладнюються кризою психологічною та особистісною. Суспільство перебуває у стані невизначеності, фрустрованості, усвідомленого страху та загального незадоволення собою та оточенням (Врублевський & Горпинюк, 2008). Одним із напрямків вирішення зазначених вище проблем є дослідження амбівалентності, як динамічної властивості особистості, що стає варіативним регулятором усіх сфер життя, обумовлюючи специфіку її розвитку. Різноманіття досліджень цього питання та складність їх формування під впливом соціально-психологічного стану суспільства і робить актуальним наше оглядове дослідження формування та розвитку філософських та психологічних поглядів на проблему амбівалентності. Під узагальненим поняттям терміну «амбівалентність» (лат. *ambo* – обидва та *valentia* – сила) ми розуміємо – суперечливість, неузгодженість почуттів або переживань, які проявляються у тому, що один об'єкт (подія, явище тощо) може викликати у індивіда одночасно два почутті, протилежні один одному.

Розглянемо три умовні напрями психологічних досліджень амбівалентності. Згідно з першим напрямом – амбівалентність стає невід'ємним конструктом. Увага у дослідженнях в межах цього напрямку зосереджена на психодинамічних аспектах амбівалентності (К. Абрахам, Д. Віннікотт, М. Клейн, З. Фройд). Це напрям також розвивається у теоріях неофройдистів (А. Адлер, К. Юнг) та его-психологів (Е. Еріксон, К. Хорні).



Другий напрям представлений дослідженнями амбівалентності, як виду психологічного конфлікту. Розкритий у теорії поля К. Левіна та когнітивної концепції Л. Фестінгера. До третього напрямку належать гуманістичні теорії особистості К. Роджерса, А. Маслоу (Rodzhers, 2000; Maslou, 2007).

Загальне поняття про амбівалентність у психології – це подвійне ставлення до предмета, об'єкта, явища або людини, що суперечить одне одному. Вперше термін «амбівалентність» був представлений у наукових нарисах швейцарського психіатра Ейгена Блейера ще на початку ХХ століття. На його авторитетну думку, цей стан виражає у собі перші ознаки шизофренії (Брейлер, 2001). На відміну від Блейера, Зигмунд Фройд вважав, що амбівалентність – це мирне співіснування у людській душі протилежних один одному спонукань. Ці відчуття виникають у двох, на думку Фрейда, сферах – життя і смерть, та є фундаментом особистості людини. Учений вказував на той факт, що людина народжується із подвійними емоціями. Позитивні емоції виходять на поверхню та тяжіють до світла, негативні ж – заховані у глибинах людської підсвідомості. За сприятливих умов вони «спливають», провокуючи людину на непередбачені та часом неадекватні вчинки. Вивчаючи проблему «табу», Фройд досліджував його природу і причини виникнення неврозу: *«Там, де наявна заборона, за нею повинне приховуватися бажання...що категорично забороняється, воно повинно бути предметом пристрасі»*. Згідно з твердженням Фрейда, нав'язлива поведінка та амбівалентність мають спільні «корені». Це стримуванням протилежних сил, що стають причиною необхідності вивільнення фізичної та психологічної напруги. Фройд використовував термін «амбівалентність» як одне із головних понять при розробці структури особистості у своїй праці *«Я і Воно»*, висунувши теорію динамічної взаємодії трьох компонентів: *Воно (id), Я (ego), Над-Я (super-ego)*(Фрейд З., 1989).

Всесвітньо відомий Карл Юнг розширив поняття про амбівалентність. У його роботах розкритий механізм гармонійного поєднання у людській психіці свідомого та несвідомого. Він підтверджував існування у свідомості і підсвідомості двох протилежних почуттів, бажань, емоцій або намірів щодо одного й того ж явища, об'єкта, людини (Юнг, 1991). Загальний аналіз психологічної літератури показав, що термін «амбівалентність» має доволі важливе значення як у психоаналітичних теоріях особистості (Кляйн М., Магомед-

Емінов Ш., Ріман Ф., Стівенс Дж., Фрейд З., Фрейд А.), так і в гуманістичній психології (Роджерс К., Перлз Ф., Франкл В.) (Перлз, 1993; Ріман, 1998; Роджерс, 2000; Франкл, 1997, 1990; Фрейд А., 1999; Фрейд З., 1998).

Неофройдисти А. Адлер та К. Юнг продовжили дослідження проблеми амбівалентності. Фундатор індивідуальної психології А. Адлер, вперше розглядав цей феномен як своєрідне ставлення, яке спрямоване на уникнення вирішення важливих питань та усунення індивідом себе від відповідальності. Постулат його теорії виражений у уявленні про людину, як про єдину самоузгоджену цілісність (Юнг, 1991). Авторка соціокультурної теорії особистості Хорні К., розширює зміст амбівалентності, досліджуючи поняття нормального внутрішнього конфлікту та невротичного внутрішнього конфлікту. У її дослідженнях доведено, що джерелом будь-яких внутрішніх конфліктів слугує незадоволення невротичних потреб, базова тривога неподоланого у дитинстві страху, загальна відсутність безпеки у особистих стосунках (Хорні, 2016).

Проблемами амбівалентності, у радянській психології у різні періоди займалися такі дослідники як: Л. І. Анциферова, Л. І. Божович, Л. С. Виготський, та ін. Зокрема, Божович Л. І. (Божович, 1995) проаналізував феномен «*смиислового бар'єру*» та «*ефекту неадекватності*» у школярів, що є наслідком одночасної актуалізації двох протилежних мотиваційних тенденцій. Ці поняття використовуються у контексті вивчення внутрішніх суперечностей та становлять інтерес і для дослідження передумов виникнення амбівалентності.

Існують декілька радянських досліджень, присвячених аспектам особистісної амбівалентності, а саме: морально-психологічні проблеми, поведінкові проблеми дітей у різних вікових категоріях тощо (Зелінська, 2004). Але, докладно у цей період проблему амбівалентності у психологічному аспекті досліджувала Міхеєва І. Н. (Михеева, 1991). Нажаль, з ідеологічних міркувань того часу, авторка не зуміла у повній мірі розкрити перебіг деформаційних змін амбівалентності як у психічно здорової так і у душевно хворої людини. Нажаль, без вирішення цих питань неможливе фундаментальне дослідження проблеми амбівалентності особистості.

Сучасні психологи України також розпочали активно вивчати феномен амбівалентності особистості. У своєму дисертаційному дослідженні Т. Н. Лук'яненко описала

психологічні особливості особистісної амбівалентності у ранньому юнацькому віці, залежно від вияву структурних компонентів за віком та статтю (Лук'яненко, 2001). Згідно з отриманих результатів – у юнаків старших класів менше виражений, але неузгоджений рівень особистісної амбівалентності ніж у дівчат того ж віку. Встановлені особливості міжособистісних стосунків учнів раннього юнацького віку: у хлопців – більша прямолінійність, відвертість проявів агресивності, у дівчат – непряме, більш опосередковане, приховане спрямування агресії (Зелінська, 2004). Хабайлюк В. В. досліджувала суперечності у підсистемах сімейних стосунків «дитина – мати», «дитина – батько», «дитина - брати та сестри», «дитина – прабатьки», «дитина – інші люди» (Хабайлюк, 2014). У своїх дослідженнях Хурчак А. Е., спираючись на традиції вітчизняної психології, розглядає амбівалентність атитюдів у контексті західної концептуалізації цього феномена (Хурчак, 2004). За допомогою цих досліджень було розроблено опитувальник «Вимірювання амбівалентності атитюдів», у якому використовується індекс подібності-інтенсивності (М. Зана, М. Томпсон), що дає можливість отримати експериментальні дані (Thompson & Zanna, 1995).

У своїх багаточисельних роботах Зелінська Т. М. представляє амбівалентність, як властивість психічно здорової особистості із помірно напруженою суперечностей, а також досліджує деструктивні прояви амбівалентності високого ступеню (інфантильні залежності у різних сферах життя) (Зелінська, 2004). В усіх цих визначеннях аналізованого психологічного феномену наголошується на ставленні суб'єкта до об'єкта, до самого себе або підкреслюються суперечливі стани емоційної та поведінкової сфер. Амбівалентність, як логічний та закономірний прояв розвиненої особистості можна представити із урахуванням ось таких складових: *мотиваційна, поведінкова, афективно-когнітивна*.

*Мотиваційна* складова амбівалентності особистості полягає у так званій двомодальності, позитивно-негативній її побудові, відповідно до потреб у афіліації, яка реалізується як прагнення до прийняття, з одного боку, і як страх знехтування – з іншого. Мюррей К., Орлов Ю., Хорні К., Сосновський Б. вважали, що потреба у амбівалентності почуттів є проявом людського ества. Індивід не може одночасно реалізовувати два абсолютно різні спонукання, виконувати протилежно

спрямовані дії не керуючись особистими пріоритетами активності.

*Поведінкова* складова особистісної амбівалентності проявляється на царині внутрішньої боротьби між позитивною та негативною сторонами людського ества. Поведінкову амбівалентність, як складову дорослішання розглядав П. Блос, який вбачав її у коливанні між двома крайнощами: активність і пасивність; ініціативність та поступливість. Такі процеси він пов'язував із регресивною поведінкою особистості, яка визначається як норма при переході із дитинства у дорослість, але вже у дорослої, зрілої особистості вважає аномальною. (Блос, 2010).

*Афективно-когнітивна* складова амбівалентності особистості виявляється в одночасній двомодальності, поляризації цих двох сфер у протилежних напрямках. Відчуття задоволення або невдоволення передбачає усвідомлене ставлення до самої суті цієї подвійності. Занна М. та Томпсон М. вважали, що саме афективно-когнітивний компонент є найстійкішим у особистісній амбівалентності, тобто коли розум говорить одне, а серце інше (Thompson & Zanna, 1995).

## Література

1. Абрахам, К. (2014). *Психоанализ как источник познания для наук о духе*. Ижевск: Слово.
2. Брейлер, Э. (2010). *Аффективность внушение, паранойя*. Москва: Центр психологии культуры.
3. Блос, П. (2010). *Психоанализ подросткового возраста*. Москва: Институт общегуманитарных исследований.
4. Божович, Л. (1995). *Избранные психологические труды. Проблемы формирования личности*. Москва: Международная педагогическая академия.
5. Борисюк, О. М., & Прохорчук, Н. В. (2017). Амбівалентність особистості як психологічний феномен. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*, № 2, 80-91. Режим доступу: <https://olhaborysiuk.lviv.ua/nauk-pr/>
6. Врублевский, В., Хорошковский, В. (1997). *Український шлях*. Київ: Демократична Україна.
7. Горпинюк, В. П. (2008). Амбівалентність як чинник соціальних девіацій у сімейних взаєминах. *Теоретико-*

методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді, № 5, 475-481. Режим доступу: <http://lib.iitta.gov.ua/3018/>

8. Зелінська, Т. (2004). *Амбівалентність особистості*. Київ: Каравела.

9. Кляйн, М. (2011). *Развитие в психоанализе*. Москва: Академический проект.

10. Левин, К. (2000). *Теория поля в социальных науках*. Санкт-Петербург: Речь.

11. Лук'яненко, Т. Н. (2001). Психологічні особливості дискордантної амбівалентності особистості. *Практична психологія та соціальна робота, № 1.*, 25–26.

**Юлія Кравченко**

*викладач, аспірант кафедри авіаційної психології  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)*

## **ПСИХОЛОГІЧНА ГОТОВНІСТЬ ДО БАТЬКІВСТВА ЯК УМОВА ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я БАТЬКІВ**

Батьківство – це велике щастя та водночас важлива соціальна роль, з опануванням якої пов'язано багато переживань та емоційних навантажень для кожного з батьків. Численні психологічні дослідження свідчать про кризовий характер періоду входження в батьківство (Е.Г. Ейдемільер, С. Минухін, В. Сатир, Г. Крайг, О.О. Карабанова, Ю.Є. Альошина). Поява дитини стає причиною переформатування сімейної системи, зачіпаючи практично всі радіуси значущих відносин, нерідко стає причиною конфлікту у ціннісній сфері особистості.

У зв'язку з цим актуальним стає питання про готовність до такого переформатування, як кожного з батьків, так і всієї сімейної системи (І.В. Добряков, І.М. Нікольська, Г.Г. Філішова, О.Ю. Печникова, Л.Л. Баз, О.В. Баженова, М.С. Ланцбург, С.Ю. Мещерякова, Н.І. Ганошенко). Часто уявлення майбутніх батьків про появу дитини, та саме батьківство не є реалістичним, що призводить до неготовності виконувати функції батька/матері і сприйняття появи дитини як травми, негативного фактору.

Батьківство є інтегральним психологічним утворенням особистості, що містить ряд компонентів, кожен з яких включає три складові когнітивну (уявлення про себе як про батьків, уявлення про ідеальних батьків, знання батьківських функцій, усвідомлення батьками родинного зв'язку з дітьми); емоційну (батьківські почуття, ставлення до дитини, ставлення людини до себе як до батька чи матері); поведінкову (вміння, навички та діяльність батьків, спрямована на матеріальне забезпечення дитини, її виховання та навчання, стиль сімейного виховання, піклування).

Поняття батьківство диференційоване на материнство та батьківство. На противагу загальному уявленню про інстинктивну основу материнства, батьківство завжди трактувалося як виключно соціальна роль. Однак материнський інстинкт прокидається далеко не завжди, для його прояву потрібні певні умови. Дослідниця у галузі психології материнства Г. Філіппова зауважує, що материнство - це одна із соціальних жіночих ролей, тому якщо потреба бути матір'ю і закладена біологічно, суспільні норми й цінності роблять істотний вплив на його зміст і прояв у кожній конкретній жінки [5]. Успішність виконання материнських функцій, особливості материнського ставлення та компетентності залежатимуть від рівня сформованості психологічної готовності до батьківства[3].

Під психологічною готовністю до батьківства слід розуміти комплекс якостей кожного з батьків, що відображають поєднання знань, вмінь і навичок догляду за дітьми та виховання відповідно до їхнього віку, статі, стану здоров'я та індивідуальних потреб. Психологічна готовність до материнства як здатність матері забезпечити адекватні умови для розвитку дитини містить такі необхідні компоненти: особистісну готовність – загальна особистісна зрілість (адекватна статева ідентифікація; здатність до ухвалення рішень і відповідальності; стійка прихильність) та особистісні якості, необхідні для ефективного материнства (емпатія; здатність до спільної діяльності; здатність бути “тут і тепер”; творчі здібності; інтерес до процесу виховання).

Складовою загальної готовності до материнства є мотиваційна готовність. Мотиваційну готовність - зрілість мотивації до народження дитини, за якої малюк не є засобом особистісної самореалізації жінки; засобом утримання партнера або зміцнення сім'ї; засобом компенсації своїх дитячо-

батьківських стосунків; засобом досягнення певного соціального статусу тощо.

Значущою опцією для формування готовності до батьківства є адекватна модель батьківства – адекватність моделей материнської і батьківської ролей, сформованих у своїй сім'ї; оптимальні для народження і виховання дитини батьківські установки, позиції, виховні стратегії, материнське ставлення.

Формування материнства можливе тільки за умови сформованості материнської компетентності, яка включає в себе наявність необхідних знань про фізичний і психічний розвиток дитини; ставлення до дитини як до суб'єкта не лише фізичних, але й психічних потреб і суб'єктивних переживань; здатність розуміти стани дитини, особливості її поведінки; здатність до спільної діяльності з дитиною. Формування цих складових залежить від особливостей комунікативного досвіду жінки в її ранньому дитинстві; особливостей емоційного переживання жінки під час вагітності; орієнтування жінки на стратегію виховання та догляду за майбутньою дитиною.

Батьківство як почуття і рольова позиція чоловіка, що спрямована на дитину, формується в процесі соціалізації під впливом таких соціально-психологічних чинників: власний позитивний досвід спілкування зі своїм батьком чи з людиною, яка його заміняла - психологічна підготовка хлопчика до майбутньої ролі батька, що відбувається за умови емоційної близькості із власним батьком та конструктивних відносин з ним, забезпечує йому у майбутньому тісний емоційний контакт з власною дитиною, підвищуючи задоволеність батьківською роллю; активна емпатійна позиція стосовно вагітної дружини - готовність до розуміння її бажань, очікувань та побоювань; психологічна підтримка; почуття відповідальності за її фізичний та психологічний стан, турбота про неї тощо; перший емоційно позитивний контакт з дитиною; особисте бажання чоловіка бути батьком - свідоме бажання прийняти батьківську роль поєднана з усвідомленням власної відповідальності за фізичний і психічний розвиток дитини та готовністю витратити власні фізичні і психологічні сили і час задля благополуччя дитини тощо.

Функціональні відмінності ролей батька та матері дослідила К. Белогай, яка виявила, що ідеальний батько – це домінуюча особистість, упевнений у собі та вольовий чоловік, який має високий рівень розвитку комунікативних навичок та

зорієнтований на думку оточення. На відміну від батька, ідеальна мати є менш домінуючою і більш доброзичливою [2]. Г. Філіпова виокремила такі найважливіші функції материнства: забезпечення матір'ю предметного середовища та умов для практичної, ігрової діяльності та спілкування дитини; забезпечення умов для формування культурних особливостей соціальнокомфортного середовища та стилю мотивації досягнення, а також основних культурних моделей і ціннісних орієнтацій[5].

Отже, батьки з високим рівнем психологічної готовності до батьківства, вступаючи у цю нову для себе соціальну роль, меншою мірою відчують стрес та емоційне навантаження, що дає змогу зробити процес виховання дитини максимально комфортним. Таким чином, високий рівень сформованості психологічної готовності до батьківства є передумовою щасливого й усвідомленого батьківства.

#### Література

1. Андреева Т. В. Психология семьи : учеб. Пособие. СПб.: Речь, 2007. 384 с.
2. Белогай К. Н. Культурные модели материнства и отцовства как факторы формирования родительского отношения. Журнал практического психолога. 2005. № 5. С. 41–46.
3. В.В. Вишньовський. «Формування психологічної готовності жінки до материнства»/Матеріали V Міжнародної науково-технічної конференції молодих учених та студентів. Актуальні задачі сучасних технологій – Тернопіль, 17-18 листопада, 2016.
4. Овчарова Р. В. Родительство как психологический феномен : учебное пособие. Москва : Московский психолого-социальный институт, 2006. 496 с
5. Филиппова Г. Г. Материнство и основные аспекты его исследования в психологии. Вопросы психологии. 2001. № 2. С. 22–36.



## **ОСОБЛИВОСТІ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ТА ДУХОВНОГО ЗДОРОВ'Я ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ ЗНАЧНИХ ЕМОЦІЙНИХ ТА ІНФОРМАЦІЙНИХ НАВАНТАЖЕНЬ**

У сучасний період розвитку людства, технологій та засобів комунікації, формуються нові погляди на природу людської психіки та духовності. Які освітлюють явища, співвідношення внутрішніх духовних особливостей розвитку психіки людини, та вплив на неї зовнішніх факторів, у вигляді інформаційного навантаження, та внутрішньої емоційної реакції на зовнішні подразники.

Внутрішній світ людини, та природа психіки досі залишається загадкою для багатьох людей. Серед сучасних науковців найчастіше переважає частковий погляд на цей феномен, з позиції окремих наукових напрямків. Тим паче створення більш цільної картини розуміння логічних причинно-наслідкових взаємозв'язків, дозволяє виявляти взаємовпливи, які освітлюють ключові передумови людської поведінки, алгоритми самовираження та способу життя у процесі сприйняття та обробки інформації, і на сам перед особливостей емоційної реакції людини на той, чи інший інформаційний подразник.

Кожна людина має свої індивідуальні якості характеру, психічні та енергетичні риси, і на сам перед певні нейрофізіологічні особливості, які обумовлюють властивості сприйняття інформації та її усвідомлення. Важливо зазначити, що у різних людей кількість нейронних зв'язків мозку у відділах, які відповідають за вищі психічні функції, інтелект і таланти можуть відрізнятись у рази [4, с. 303-311].

З самого дитинства людина розвивається у певних умовах, досліджуючи оточуючий світ. Ці умови та вроджені нейрофізіологічні задатки, та їх застосування обумовлюють особливості сприйняття, мислення та аналіз інформації, яка поступає із оточуючого світу, та із інформаційних джерел. Якщо людина розвиває свої інтелектуально-аналітичні здібності різних типів мислення, реалізуючи свій нейрофізіологічний потенціал, який обумовлений генетично, і вміє працювати з інформацією,

перевіряючи її, то в неї створюється більш повна когнітивна картина світу, маючи загальне і більш об'єктивне бачення світоустрою. В наслідок чого кожен інформаційний блок, як пазл доповнює відсутні фрагменти картини світогляду. Такий психічний стан ясності свідомості характеризує духовну зрілість та емоційну стійкість.

Протилежна ситуація спостерігається, коли людина генетично, нейрофізіологічно має певні когнітивні обмеження, які обумовлюють більш знижені інтелектуальні та когнітивні можливості. Аналогічна ситуація виникає в наслідок споживання інформації без її аналітичного осмислення, в наслідок чого відділи мозку, які відповідають за аналіз інформації спрощують свою нейронну структуру, що призводить до виникнення явища кліпового мислення та втрати здатності оперувати більш об'ємними когнітивними логічними зв'язками [2, с. 169-176].

Такий тип мислення призводить до когнітивного послаблення та необхідності спрощення осмислення картини реальності, яку людина спостерігає [1, с. 94-100]. В наслідок чого вмикаються домінуючі механізми психологічного захисту, такі як: заперечення, ігнорування та уникнення. Ці механізми дозволяють людині уникати інформації, яка суперечить її уявленням, ігноруючи реальні факти, які існують у більш вищій та повній картині осмисленої реальності, сприйняття якої вимагає більш розвиненого когнітивного, психічного, інтелектуального та нейрофізіологічного потенціалу. Тим самим людина реалізує різновид інформаційної гігієни.

У сучасності активно розвивається індустрія соціальних платформ, на яких масово створюються інформаційні відео-продукти, які найчастіше в наслідок потоковості процесів з комерційними цілями, найчастіше не відповідають високому рівню достовірності, та насичені технологіями захоплення та утримання уваги по сценарному розважальному жанру. В наслідок чого, завдяки різноманіттю інтелектуального потенціалу авторів, та різновиду їх індивідуальних мотивів, створюються взаємовиключні смислові течії уявлень щодо явищ. Які при паралельному сприйнятті, безповоротно призводять до когнітивного дисонансу та порушенню цілісності психіки, стабільності життєвих духовних цінностей людини та емоційного дисбалансу в наслідок напруження нервової системи. Яка підсвідомо намагається примирити протилежні судження заповнивши пазли світосприйняття. Емоційне

перевантаження у описаному контексті обумовлене також підсвідомим безсиллям у сфері досягнення істинності, за дефіцитом достовірних фактичних даних для аналізу та високій вірогідності викривлення наявних. Що спонукає людини до створення шаблонного стереотипного бачення явищ, та формування загального уявлення про них, на основі сприйнятих висновків, достовірність яких, із зовнішніх інформаційних джерел приймається на віру. В наслідок чого, інші інформаційні факти, які суперечать сформованим уявленням, викликають гіпертрофовану емоційну реакцію у відстоюванні своєї точки зору, як спроби відстояти стабільність свого світосприйняття для запобігання розпаду сформованої існуючої когнітивної картини світосприйняття.

Критичною у цьому процесі є ситуація, коли людина втрачає здатність осмислювати та аналізувати інформацію, або має вроджені або набуті нейрофізіологічні інтелектуальні обмеження, як наслідок лише споживає інформацію у готовому виді. У цьому випадку людина засвоює інформацію приймаючи її на віру. Формуючи свою когнітивну картину реальності із спрощених причино-наслідкових зв'язків, з інформації, яку їй представили. У яких усі складні інформаційні блоки витісняються і ігноруються психікою, ще більше обмежуючи когнітивні здібності людини. Що неминуче призводить до психічної і емоційної дестабілізації, прояву інфантилізму та духовної незрілості, за якої людина стає не спроможною в повній мірі приймати обдумані та свідомі рішення. Орієнтуючись на підсвідомі шаблони поведінки та самовираження, діючи більш емоційно та інстинктивно [3, с.8-9].

Отже, проаналізувавши основоположні фактори психічної і духовної стійкості людини, під впливом значних інформаційних і емоційних навантажень можна підвести підсумки. Що їх основа базується на нейрофізіологічних задатках, обумовлених генетично, та їх правильному використанні, на основі коректної роботи з інформацією, будуючи більш обширну, цілісну і досконалу когнітивну картину світосприйняття і світобачення. Дозволяючи досягати внутрішню емоційну гармонію, та коректно реалізовувати інформаційну гігієну при роботі з великою кількістю інформації, орієнтуючись на її якість та достовірність. А також у критичних випадках спрощених когнітивних та інтелектуальних можливостях обумовлених нейрофізіологічно – використовувати

більш спрощені когнітивні карти світосприйняття у певних інформаційних межах. Завдяки чому індивід перебуваючи у інформаційному коконі, зможе відчувати себе комфортно, не задаючись світоглядними або іншими питаннями, які суперечать його нинішній когнітивній картині світосприйняття, та знаходяться за межами його розуміння і здатності їх осмислення. В іншому випадку, це може призвести до небажаного порушення психіки при її слабкості і емоційній нестабільності в результаті психічного перенапруження. Або у протилежному випадку, при сильній психіці - до глобальної внутрішньої когнітивної реконструкції світогляду у процесі духовної трансформації та еволюції особистості.

#### Література

1. Горобец В.В., Ковалев В.В. «Клипное мышление» как отражение перцептивных процессов и сенсорной памяти// Мир психологии - 2015. №2. - С. 94-100.

2. Доука С. В. Клиповое мышление как феномен информационного общества // Общественные науки и современность – М.: Наука, 2013. № 2. - С. 169-176

3. Рашкофф Д. Медиавирус! Как поп-культура тайно воздействует на ваше сознание - М.: Ультра.Культура, 2003 - 368с.

4. Севельев. С.В. Стереоскопический атлас мозга человека – М.: AREA XVII, 1996. – 352 с.

*Антоніна Федорець*

*засновниця, викладачка Мовної школи ChinaHill Club ТМ,*

*магістр за спеціальністю «Психологія»*

*кафедри авіаційної психології*

*Національний авіаційний університет*

*м. Київ (Україна)*

### **АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ МОДЕРНІЗАЦІЙНИХ ПРОЦЕСІВ РІЗНИХ ФОРМ НАВЧАННЯ В ОСВІТНЬО- НАУКОВОМУ ПРОСТОРИ УКРАЇНИ, ПОВ'ЯЗАНІ З ПАНДЕМІЄЮ**

Модернізація освіти повинна розглядатись як важлива суспільна проблема, оскільки сфера освіти є посередником між особистістю, суспільством і державою, реально впливає на

гармонізацію їх відносин [12]. Але несподівана пандемія внесла свої корективи в діяльність та модернізацію освітньої галузі. Довелося налаштовувати навчальний процес з очної форми у дистанційну, онлайн та змішану форму навчання. Пандемія призвела до суттєвих змін у сфері освіти дітей та дорослих протягом 2020 року в усьому світі. Викликала вона освітні проблеми і в Україні. Складні ситуації у людському житті нерідко виводять з емоційної рівноваги та зумовлюють посилення переживань. Однак кожний виклик - можливість розвитку та самопізнання. Щоб використати цю можливість, слід спиратися на існуючі психологічні знання щодо природи емоцій і почуттів та долучитися до практики самовдосконалення. [8]. Саме пандемія і стала викликом до модернізації різних форм навчання в освітньо-науковому просторі всього світу та України.

Переважає більшість країн, принаймні, на деякий час закрили всі заклади освіти. За даними ЮНЕСКО, на квітень 2020 року всі школи було закрито у 191 країні світу, де мешкають понад 90% усіх учнів планети. Крім того, ці дані не включають учнів додаткової освіти для дітей та дорослих, таких як центри розвитку дитини, мовні курси, гуртки тощо. Освіта є одним з основних прав людини, що закріплене у 26 статті Декларації прав людини, Конституції України та галузевих законах. Стаття 53 Конституції України та Закон України «Про освіту» гарантують загальний доступ до освіти незалежно від місця проживання дитини, соціального походження, стану здоров'я, мови спілкування та інших факторів. Право на освіту в Україні реалізується переважно через публічні (державні і комунальні) заклади освіти.

Процес навчання під час карантину навесні був напруженим для всіх учасників освітнього процесу: вчителів, школярів, батьків, викладачів, студентів, дорослих, які отримують додаткову освіту та додаткові знання в певних галузях освіти. Через відсутність або брак попереднього досвіду дистанційного та онлайн навчання виникла ціла низка освітніх проблем. Тобто, модернізаційні процеси, в першу чергу, мають відношення саме до дистанційної, онлайн та змішаної форми навчання, зокрема, виникла необхідність модернізації технічного аспекту.

Метою даної статті є дослідження актуальності проблеми модернізаційних процесів в освітньо-науковому просторі України у вигляді дистанційної та онлайн освіти через пандемію

та виявлення основних проблем, що виникають на шляху впровадження дистанційного та онлайн навчання в освітній процес в Україні. Головне питання, яке постало щодо нових реалій онлайн-навчання, як саме такий підхід змінить якість української освіти, які проблеми необхідно вирішити для модернізації освіти.

Дистанційна освіта не є суттєво новим досвідом в освітній діяльності, теоретичні дослідження з питань дистанційного навчання базуються на методологічних працях С.Архангельського, Ю. Бабанського, С. Гончаренка, В. Сагарди, Л. Виготського, О. Матюшкіна, Н. Тализіної та інших. Значних зусиль до формування системи дистанційного навчання доклали вчені С. Батишев, О. Кірсанов, О. Пехота, Л. Романишина, П.Сікорський; психологи Б. Ананьєв, Г. Балл, В. Виготський, М.Данилов та інші, у творчому доробку яких аналізується процес індивідуалізації особистісно-орієнтованого навчання.

Історично дистанційне навчання виникло у 1840 році, коли Ісаак Пітман запропонував навчання через поштовий зв'язок для студентів Англії [2]. Інтенсивний розвиток дистанційної освіти в Європі та Америці розпочався в 70-і роки. В Україні дистанційна форма освіти запроваджується з 2000 року і регулюється Концепцією розвитку дистанційної освіти в Україні і Положенням про дистанційну освіту МОН України, яке було затверджено Наказом № 40 Міністерства освіти і науки України від 21.01.2004 р. Саме в цьому документі наведено визначення поняття «дистанційне навчання» - це індивідуалізований процес передання і засвоєння знань, умінь, навичок і способів пізнавальної діяльності людини, який відбувається за опосередкованої взаємодії віддалених один від одного учасників навчання у спеціалізованому середовищі, яке створене на основі сучасних психолого-педагогічних та інформаційно-комунікаційних технологій. Онлайн навчання також не є новою формою освіти. Але наведені вище форми навчання вперше за всю історію набули такої масштабності як в Україні так і в світі, як під час пандемії.

На жаль, жодних ґрунтовних досліджень стосовно запровадження дистанційного та онлайн навчання в умовах карантину в Україні ще не проводилось. Проте онлайн-опитування засвідчують, що у 55,53% шкіл дистанційне навчання було проблемою, як і 47,5% викладачів, які раніше не використовували технології дистанційного навчання у своїй педагогічній діяльності.

За даними опитування, проведеного освітнім омбудсменом, більшість дітей (81,6%) використовували мобільні телефони для дистанційного навчання. Натомість ноутбуком користуються 45,6% та стаціонарним комп'ютером - 34,3%. Водночас не всі завдання можливо виконувати на телефоні, тому діти могли потребувати ноутбуків чи комп'ютерів, які належали батькам. На сьогоднішній день немає можливості встановити, як карантин вплинув на рівень знань учнів. На жаль, в Україні не проводилися ґрунтовні дослідження про те, як проходило дистанційне навчання в закладах вищої освіти. Однак можна припустити, що викладачі так само стикалися з проблемою браку досвіду та навичок дистанційного навчання, організовуючи роботу самостійно. Зокрема, жодних досліджень онлайн освіти додаткових форм навчання для дітей та дорослих, таких як курси іноземних мов, гуртків та інших видів додаткової освіти в Україні не проводилось.

Використовуючи дослідження серед учнів різних вікових груп (від 6 років до 60) мовної школи ChinaHill Club можна виокремити певну низку проблем та переваг онлайн освіти дітей та дорослих.

Для дітей молодшого та середнього шкільного віку додаткова онлайн освіта є менш ефективною, ніж очна освіта.

Для підлітків, студентів та дорослих додаткова онлайн освіта зберігає однакову якість нарівні з очною освітою за умови меншої кількості учнів в групі та / або індивідуальній формі навчання.

Зокрема, для викладача ведення онлайн уроку є більш емоційно та інформаційно напруженим. Під час занять у групах учнів молодшого віку рівень емоційного напруження у викладачів зростає.

Наявність актуальних проблем, які потребують модернізаційного процесу в онлайн та дистанційному навчанні:

- брак у вчителів та викладачів попереднього досвіду дистанційного навчання;

- брак універсального доступу до інтернету та обладнання, необхідного для навчання;

- значна частина навчального матеріалу при дистанційній формі освіти залишається для самостійного опрацювання незалежно від віку учня, що робить неможливим навчатися дітям без допомоги дорослих.

Особливої уваги потребує ментальне здоров'я вчителів та учнів. Зокрема, модернізація аспекту освітньої діяльності із

спрямуванням на ментальний та духовний розвиток особистості стала ще більш актуальною з появою пандемії. Духовний розвиток - це процес свідомого самовдосконалення особистості, що спрямовує людину на підпорядкування свого природного та соціального “Я” вищим ідеалам, цінностям і сенсам у руслі Краси, Добра та Істини, гармонізацію поведінки та способу життя, збагачення духовних надбань людства результатами власної діяльності. На відміну від психологічного, духовний розвиток, зумовлений не тільки соціалізацією людини, але й активізацією духовного “Я”, яке може вступати у протиріччя з “Я” соціальним і “Я” природним (біологічним). Сьогодні в освітній діяльності даному аспекту приділяється замало часу та уваги. Існує необхідність впровадження нових дисциплін, або удосконалення існуючих, які будуть спрямовані на розвиток особистості, ставлення до світу та розуміння себе в світі. Яскравим прикладом подібної модернізації є постаове впровадження в шкільну програму іноваційного інтегрованого курсу «Людина. Родина. Світ.».

#### Література

- 1.Алієв О., Москальова Л., Помиткін Е. Людина. Родина. Світ. Київ, Україна: «Майстер книг», 2018.
- 2.Ахмад І.М. Навчання в дистанційній і змішаній формі студентів ВНЗ [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://interconf.fl.kpi.ua/node/1067>.
3. Воронкін О.С. Організація дистанційних технологій навчання на основі комп’ютерних інформаційних систем вищих навчальних закладів України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.nbu.gov.ua/e-journals/vsunud/2009-6E/09vosnzu.htm>.
- 4.Воронкин А.С. Предварительные итоги опроса «Дистанционное образование сегодня» [Електронний ресурс] – Режим доступу: <http://tdo.at.ua/news/do/2011-06-23-36>
5. Моїсеєва Ю.Ю. Дистанційне навчання: інноваційна форма вищої освіти [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://ea.donntu.edu.ua:8080/jspui/bitstream/123456789/7639/1/1.pdf>
6. Помиткін Едуард. Виклики сьогодення та пріоритети сучасної освіти. індивідуальність у психологічних вимірах спільнот та професій: збірник наукових праць / за заг. ред. Л.В. Помиткіної, О.М.Ічанської. – К. : ТОВ «Альфа-ІПК», 2020. – С.212-216.
- 7.Помиткін Е.О. Філософсько-психологічні засади розробки психологічного супроводу навчання дорослих / Психологічний супровід навчання різних категорій дорослого



населення: монографія / [Помиткін Е.О., Рибалка В.В., Ігнатович О.М., ПавликН.В., Становських З.Л., Радзімовська О.В., Татаурова-Осика Г.П., Бастун М.В., Іванова О.В., Шевенко А.М. Заєць І.В., Жмурко М.Д.] – Київ, 2019. – с.7- 4.

8.Помиткін Е. О. Врахування психологічних закономірностей духовного розвитку особистості при побудові психолого-педагогічного забезпечення навчально-виховного процесу / Е. О. Помиткін // На порозі нової доби: актуальні моделі освіти та здоров'я: матеріали Міжнар. наук.–практ. конф. (22- 25 трав. 2003 р., м. Київ); Національний технічний університет України “КПІ”. – К., 2003. – С. 54.

9.Помиткін Е. О. Психологічне забезпечення духовного становлення молоді в позашкільних навчальних закладах / Едуард Помиткін // Соціально-педагогічні основи діяльності сучасного позашкільного навчального закладу: зб. матеріалів Міжнар. наук.-практ. конф. (23-25 жовт. 2002 р., м. Київ) / [уклад.: І. Д. Бех, О. В. Биковська, В. В. Вербицький, Л. І. Ковбасенко та ін.]; Республіканський еколого-натуралістичний центр учнівської молоді. – К.: РННЦ “ДІНІТ”, 2003. – С. 42-48.

10.Помиткін Е.О. Духовний розвиток особистості як стратегічна мета освітньої діяльності: тези доп. / Е. О. Помиткін // На порозі нової доби: актуальні моделі освіти та здоров'я у сучасному світі: міжнар. наук.-практ. конф. (31 трав. – 1 черв. 2002 року, м. Київ); Національний технічний університет України “КПІ”. – К., 2002. – С. 63.

11.Помиткін Е. О. Розвиток особистості учня і вчителя: гуманізація управління в школі: метод. рек. / Е. О. Помиткін. – К.: ІПППО АПН України, 1999. – 40 с.

12.Сисоєва С.О. Суспільство і особистість: гармонізація розвитку / С.О. Сисоєва // Рідна школа, – 2012. - No 12 (996). – 80 с. – С. 8-12.

13.Толочко В. М. Проблемні аспекти дистанційної форми освіти та можливості її використання в Україні [Електронний ресурс]. – Режим доступу:

[http://www.provisor.com.ua/archive/2009/N11/padfo\\_119.php](http://www.provisor.com.ua/archive/2009/N11/padfo_119.php).

14.Zinovieva, I.S., Artemchuk, V.O., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kovach, V.O., Iatsyshyn, A.V., Romanenko, Y.O., Radchenko, O.V. The use of online coding platforms as additional distance tools in programming education (2021) Journal of Physics: Conference Series, 1840 (1), art. no. 012029.

**Вікторія Лисогор**  
*психолог навчально-наукової лабораторії  
кафедри авіаційної психології  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)*

## **СОЦІАЛЬНО - ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ТА ПСИХОЛОГІЧНА ДОПОМОГА ОСОБАМ, ЯКІ БРАЛИ УЧАСТЬ У ВІЙСЬКОВИХ КОНФЛІКТАХ**

Участь у локальних військових конфліктах та бойових діях надзвичайно актуальна проблема для нашої держави, це є стресовим чинником, який в свою чергу провокує розвиток посттравматичного стресового розладу (ПТСР), депресії, тривожного розладу та розладів адаптації. Щодня для військових та цивільних людей на окупованих територіях масштабність проблеми зростає.

Діагноз ПТСР з'явився в міжнародній класифікації хвороб відносно нещодавно - 1980 р. в DSM III та в 1995 р. в МКБ 10, тому не можна стверджувати що це нове захворювання. Адже протягом всієї історії людства існують війни, вбивства, та катастрофи. Стрес який отримують військові під час участі у бойових діях(“war zone stress”) є різновидом посттравматичного стресового розладу.

В медичній літературі перші записи про схожий стан мають назви: «окопний синдром», «синдром серця солдата», «снарядний шок», «афганський синдром». Проте, сам термін «посттравматичний стресовий розлад» було введено американцями, які вивчали наслідки війни у В'єтнамі, результати закордонних досліджень демонструють, що ветерани В'єтнамської війни втричі частіше вчинили самогубство, ніж помирали на війні. Вчений П.Б. Ганнушкін зазначав, характерні риси для психопатизації особистості у революціонерів Жовтневої революції.

Тобто, ПТСР - це тяжке порушення психічного стану, яке виникає внаслідок безпосереднього зіткнення з психотравмуючою подією і набуває хронічного характеру внаслідок дії сильного стресу. При ПТСР спогади про травмуючу подію не архівуються в пам'яті, а при нагоді знов переживаються. В МКХ-10 зазначено, що ПТСР являє собою затягну або відстрочену реакцію на ситуацію, або стресову

подію (тривалу чи короткочасну), яка має суб'єктивний характер загрози або катастрофи.

Основні симптоми посттравматичного стресового розладу умовно можна поділити на три групи:

1) Переживання які повторюються: думки про травмуючу подію, вони виникають проти волі людини (інтрузії), нічні жахи та сновидіння, «флешбеки» (тобто, неприємні спогади, при яких людина відчуває немов травмуюча подія відбувається знову), сильні емоційні реакції при нагадуванні (наприклад, відчуття страху при звуках сирени), фізичні реакції (пришвидшене серцебиття у разі нагадування про подію, або при наближенні до місця де відбулась травматична ситуація), спогади тіла.

2) Заціпеніння та уникнення: при спогадах про травмуючу ситуацію люди відчувають негативні емоції, тому обмежують нагадування про те що сталося, так вони віддаляються від інших та уникають будь-яких розмов на болючу для себе тему. Це в свою чергу ускладнює адаптацію до звичайного життя, часто псує стосунки в сім'ї, песимістичні думки та часті коливання настрою (іноді спалахи агресії через загострене почуття провини), ускладнює здатність прилаштуватись до життєвих ситуацій. Часто інтереси які раніше приносили задоволення вже не цікавлять людину. Також є скарги на постійну хронічну втому.

3) Нездатність розслабитись: постійний стан бойової «готовності», очікування небезпеки, погіршення засинання та зниження якості сну, труднощі в концентрації уваги, постійна дратівливість.

Дослідження виявляють, що ПТСР супроводжується стійким нейробіологічним порушенням нервової системи (автономної і центральної). Психофізіологічні зміни, пов'язані з ПТСР, включають підвищену збудливість симпатичної нервової системи, підвищену чутливість та рівень мигального рефлексу, переляку на слухові подразнення, зниження коркових потенціалів при реакції на слухові подразнення та порушення сну. Лонгітудні дослідження показали, що ПТСР може стати хронічним психічним розладом, який буде зберігатись десятки років, а іноді впродовж всього життя. У людей з хронічним ПТСР доволі часто відмічається довготривалий перебіг захворювання, який в свою чергу характеризується ремісіями та рецидивами.[2]

Існує також варіант з відстроченим початком, при якому синдром розвивається лише через місяці чи роки після

отриманої травми. Зазвичай тригерною подією є ситуація, яка певною мірою нагадує початкову травму (наприклад, ветеран відправляє на фронт свого молодшого рідного брата).[2]

Останні події на сході нашої країни спричинили ріст тривожних розладів, та розладів адаптації. Чинники які провокують збільшення людей, які потребують психологічної допомоги можна виділити такі : сімейні зв'язки з країною, яка виступає у ролі агресора; трансляція мови, пісень, літератури якою розмовляє країна агресора; довіра лише своїм побратимам, які були “пліч о пліч” на фронті; практично відсутність соціального захисту; відчуття несправедливості, щодо думки про військових; виснаженість через довгострокове перебування на передовій; пошук швидких способів розслабитись за допомогою алкоголю, або психоактивних речовин (зняти напругу); розмірковування що “за спинами” громадян, дехто домовляється за долю країни та народу в цілому.

До того ж, війна в Україні, яка йде не один рік, руйнує національну самосвідомість, ширить песимістичні думки, та стрімко погіршує якість життя. Така війна має на меті розхитати національний дух всього соціуму, а не окремих індивідів. Підірвати довіру до базових захисних функцій держави, знизити соціальний рівень життя. Бойові дії через які люди втрачають житло, бачать на свої очі смерть побратимів або близьких людей, вимушено переїзять і мають заново будувати життя, викликають проблеми з адаптацією до нових умов життя і несуть за собою великий ризик розвитку стресових розладів та в подальшому їх хронізацію.[4]

Все вищезазначене підвищує попит на психологічну допомогу населення яке знаходиться в стані дистресу через високий рівень напруги, який в свою чергу може призводити до тривожно депресивних та стресових розладів. Опанування ефективних методів допомоги тим хто страждає на посттравматичний стресовий розлад є одним з нагальних питань для нашої держави. Адаптувати людину до життя після війни виявляється складніше, ніж до війни. Якщо присутня стійка хронічна дезадаптація, люди (військові, які йдуть “на передову” на фронті) часто повертаються в «гарячі точки», через те що розуміють, як там жити.[4]

Самими відомими підходами для роботи з особами які мають діагноз “ПТСР” є терапія методом десенсибілізації та пропрацювання травматичної пам'яті за допомогою рухів очима, когнітивно-поведінкова психотерапія (КПТ), навички

управління стресом, гіпнотерапія. Найефективніший метод першого вибору при терапії посттравматичного стресового розладу є травмофокусована когнітивно-поведінкова психотерапія (КПТ), яку обирає Американська психологічна асоціація, Австралійський центр посттравматичного психічного здоров'я, Національний інституту здоров'я Великобританії та Управління психічним здоров'ям ветеранів Сполучених штатів Америки .[3]

Основні цілі когнітивно-поведінкової терапії:

1) Побудова стратегій подолання симптоматики ПТСР аби зменшити негативний вплив на буденне життя. При повторному переживанні травматичних подій людина відчуває дискомфорт та страх і це буде відбуватись поки травматичні спогади не конвертуються в звичайні спогади та навчиться керувати інтрузіями та «флешбеками». Витіснення інтрузії із думок з часом призведе до ще більшого тиску, який неможливо буде контролювати. Те саме стосується і «флешбеків», хоч вони і мають властивість повертати нас у минуле, але людина має навчитись «заякорити» себе тут і зараз. Це допоможе усвідомити границі «флешбеку». Румінації нагадують мислення по типу «закритого кола», людина котра пережила травматичні події буде ставити собі питання без відповідей, в основному це риторичні запитання (Чому це сталося?). Румінації можуть провокувати інтрузії та «флешбеки».

2) Пригадування. Детальне відтворення подій - найскладніший етап роботи з ПТСР, важливо опрацювати цей крок з терапевтом. Важливим є свідоме пригадування подій, робота з «гарячими точками» дуже болісна але вона може призвести до важливих висновків у роботі з травмою.

3) Інтерпретація. Важливо почати аналізувати, яке значення надає людина досвіду того часу. Найважчі моменти травми ведуть до відкриття шляху її опанування та осмислення. Без цього кроку неможливо просуватись далі в терапії. Такі питання як, «Що можна сказати про мене, як про особу яка стала свідком тих подій?», «Що для мене означає ця частина травматичних подій?», «Як поведінка інших впливає на мене та на оточуючих в цілому?», приводять до нових висновків стосовно того що сталося.

4) Переосмислення. Основним тут є розширити кордони свого бачення ситуації, змінити свої помилкові переконання, на нові судження які не будуть пригноблювати та викликати песимістичний настрій. Виявити нову точку опори на якій

можна будувати нове мислення є ключовим питанням в роботі. Невірні інтерпретації подій виділяють такі: гіперузагальнення небезпеки (це станеться зі мною ще раз), помилкова можливість передбачення (якби я це передбачив, цього б не сталося), надлюдські можливості (я мусив врятувати всіх), подвійні стандарти (якби на моєму місці був би інший він би покликав на допомогу), емоційна аргументація (я відчуваю буде лихо).

5) Адаптація. Заключний етап в терапії. Фіксуються нові навички, досягнення, та відпрацьовують «поведінкові експерименти», для тестування негативних передбачень. Планування свого часу потрібно для того щоб повернутись до тих видів діяльності, які були актуальними до травми. Але важливо не перевантажити себе, тому що це може демотивувати на шляху до одужання.

Після основної терапії існують бустерні сесії, мета яких здійснити контроль стану пацієнта, аналізувати поточний стан, та нагадати про дієві терапевтичні прийоми які полегшать адаптування до різних життєвих ситуацій.

Ефективність травмофокусованої когнітивно-поведінкової терапії доведено, вона базується на детальному опрацюванні посттравматичного стресового розладу, її логічність, впорядкованість та точний протокол інтервенцій дозволяє продуктивно працювати з особами, які страждають від посттравматичного стресового розладу, а також є змога готувати спеціалістів з психічного здоров'я (клінічних психологів, психотерапевтів) для роботи з військовими які повертаються зі сходу України.

Отже, психотерапія при психічних розладах, отриманих через перебування у зоні бойових дій, тісно переплітається з реабілітацією таких хворих. Основна задача психотерапевтичної роботи - в найбільш можливій мірі відновити преморбідний рівень соціального та особистого функціонування постраждалих [1].

#### Література:

1. Напреев О.К. та ін. (2014) Психіатрична допомога постраждалим у збройних конфліктах: Метод. рекомендації. Націон. мед. ун-т ім. О.О. Богомольця, Київ, 27 с.

2. Чабан О. С., Франкова І.А. (2015) Современные тенденции в диагностике и лечении ПТСР. НЕЙРО NEWS. Психоневрол. нейропсихиатр., 2(66): 7–18.

3. Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій : статті / Ін-т соціальної та політ псих; Представництво Польської академії наук у м. Києві ; Соц-псих методичний реабілітаційний центр. – К. : Міленіум, 2015. – 160 с.

4. Чабан О.С. Психотерапія ПТСР повинна бути направлена на створення нової когнітивної моделі життєдіяльності // *Нейро News: психоневрологія і нейропсихіатрія*. – 2010. – №2 (21). – С. 5–9.

**Юлія Фаренюк**

*психолог навчально-наукової лабораторії  
кафедри авіаційної психології  
Національний авіаційний університет  
м. Київ (Україна)*

## **ПРОФІЛЬ МАЙБУТНЬОГО СПЕЦІАЛІСТА У СФЕРІ АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

Відсутність профілю компетенцій авіаційного психолога послугувало причиною звернення до цієї теми. У даній роботі детально розглянемо специфіку знань спеціаліста у сфері авіаційної психології.

Профіль майбутнього спеціаліста визначається критеріями, які можна отримати виходячи з інформації про базові компетенції, якими має оволодіти студент у процесі навчання, і які закріплюються у подальшій практичній чи практично-науковій діяльності.

Відповідно до навчально-методичних комплексів дисциплін, які викладаються студентам кафедри авіаційної психології, можна скласти профіль майбутнього спеціаліста у сфері авіаційної психології.

У навчальних планах виділяють з циклу професійної підготовки наступні дисципліни:

- 1) психологія праці;
- 2) психодіагностика;
- 3) психологія управління;
- 4) методика проведення психологічної експертизи в різних галузях психології;
- 5) інженерна та авіаційна психологія;
- 6) постстресова реабілітація.

Розглянемо окремо кожну дисципліну і визначимо ключові компетенції, які має на меті взростити предмет у студенті.

Першим предметом є «Психологія праці». У результаті вивчення даної навчальної дисципліни студент повинен знати основні поняття в галузі психології праці, принципи організації трудової діяльності, види психологічної допомоги, їх подібність та відмінності; специфіку роботи психолога у різних галузях виробництва; основні наукові досягнення (теорії, методи), на зразку яких організується дослідницька практика вчених в даній області знань; дослідження впливу психічної напруги, втоми, стресу, емоційних станів на ефективність праці людини. Психолог має застосовувати системний підхід, який дозволяє отримати різностороннє уявлення про процес праці і про шляхи його вдосконалення з метою підвищення ефективності й якості праці, всебічного розвитку особистості і задоволення творчих потреб працівників [1].

Наступна дисципліна – «Психодіагностика». Викладання дисципліни поділено на два модулі. У результаті засвоєння навчального матеріалу першого навчального модуля "Загальні питання психодіагностики" і другого модуля "Діагностика особистості" студент знає: принципи класифікації психодіагностичних методик; вимоги до психометричної підготовки психологів; основні способи встановлення валідності та надійності методик; фундаментальні проблеми в галузі психології мотивації; психологічну сутність, джерела та природу мотиву; поняття емоційної стійкості та методики її вимірювання; особливості використання поліграфів в профвідборі та профорієнтаційній роботі в ергатичних авіаційних системах; особливості психодіагностики пізнавальних процесів; основні теоретичні засади діагностування сенсомоторики та індивідуально-типологічних особливостей особистості; психологічні та психофізіологічні механізми формування образу виконання руху, дії, діяльності; теоретичні аспекти діагностики особистості в системі суспільних відносин[1].

Також студент вміє діагностувати конституційні диспозиції за допомогою наступних методик: тест-опитувальник Я.Стреляу; тест-опитувальник Г.Айзенка; тест-опитувальник Л.Терстоуна; тест-опитувальник К.Леонгарда; тести-опитувальники Р.Кетела 16 PF та ММРІ; діагностувати інтелектуальні здібності за допомогою тестів інтелекту; використовувати тести, що вимірюють мотивацію до діяльності; проводити експериментальне дослідження з



використанням тестів, що характеризують емоційну стійкість респондента; виявляти індивідуальні особливості у розвитку пізнавальних процесів; організувати корекційну роботу практичного психолога по удосконаленню пізнавальних процесів; діагностувати сенсомоторику особистості; діагностувати взаємовідносини між членами групи; організувати діагностику групової оцінки особистості методом попарного порівняння, визначати ефект спілкування, самооцінку взаємовідносин між членами групи [1].

Третій предмет – «Психологія управління». У результаті засвоєння навчального матеріалу навчального модуля "Психологія управління як самостійна навчальна дисципліна" студент повинен знати: методи психології управління та її зв'язок з іншими науками; сучасні концепції управління; різноманітні стилі управлінської діяльності в різних умовах праці; соціально-психологічні характеристики організації; проблеми ефективності міжособистісного спілкування в організації; основні елементи процесу управління трудовими ресурсами та їх психологічна характеристика[4].

Вміти застосовувати психологічні методи і закономірності при розв'язанні завдань забезпечення управлінської діяльності; діагностувати та аналізувати різні психологічні фактори ефективної роботи працівника; розробляти програми щодо розвитку трудових ресурсів різних організацій[4].

Знання та вміння, отримані студентом під час вивчення даної навчальної дисципліни, використовуються в подальшому при вивченні багатьох наступних дисциплін професійної підготовки фахівця з базовою та повною вищою освітою [4].

Дисципліна «Методика проведення психологічної експертизи в різних галузях психології» забезпечує студента знанням основних напрямків проведення психологічної експертизи у віковій психології, у педагогічній психології, у загальній психології, у соціальній психології. По закінченню курсу студент вміє визначати експертний критерій та його показники відповідно до проблеми та галузі психології; розробляти програму експертизи, проводити психологічну експертизу, оформляти експертний висновок за результатами психологічної експертизи за обраним напрямком [2].

Після курсу «Інженерної та авіаційної психології» майбутній авіаційний психолог знає: зміст основних методологічних принципів професійного психологічного відбору та їх значення при проведенні відбору операторів сучасних технічних систем.;

структуру професійної підготовки операторів; поширені методи розробки професіограми операторських професій; особливості застосування методу критичних інцидентів при розробці професіограм операторських професій; зміст поняття «професійний розвиток»; еволюцію психічних функцій як складова професійного розвитку; яще вікової інволюції психічних функцій та особливості вікової динаміки професійно значущих психічних функцій у людини-оператора; оптимальне навантаження, сенсифікація, підвищена мотивація та операційні перетворення функцій як умови позитивної еволюції психічних функцій; зміст поняття «злагодженисть» команди операторів; поняття „зльотаність” екіпажу повітряного судна; порівняльний аналіз особливостей застосування когнітивного та діяльнісного підходів при дослідженнях та оптимізації функціонування команд операторів технічних систем (зокрема, екіпажів повітряних суден) [6].

У результаті засвоєння навчального матеріалу «Постстресова реабілітація» студент повинен знати: методологію та основні методики реабілітаційної діяльності; особливості використання різних психотехнічних засобів; специфіку процесів саморегуляції та управління цими процесами; механізми управління мотивацією та вольовими ресурсами людини; знати особливості швидкої реабілітаційної допомоги постраждалим в умовах раптового екстремального стресу та специфічні феномени, які притаманні цієї категорії клієнтів; знати механізми та методичні основи фізіологічної, психофізіологічної і психологічної регуляції; володіти знаннями щодо психотехнічного забезпечення реабілітаційної допомоги при різних концептуальних підходах до неї, різних стратегіях її здійснення [3].

Вміти: втілювати теоретичні знання, які отримані в процесі вивчення дисципліни, при виконанні практичних завдань з постстресової реабілітації та профілактики негативних наслідків стресу; розробляти стратегію реабілітаційної роботи та психотехнічно забезпечувати її; досконало володіти психотехнічними прийомами з різних методів постстресової реабілітації: фізіологічної, психофізіологічної та психологічної [3].

## Література

1.Вашека Т.В., Власова-Чмерук О.М. Навчально-методичний комплекс навчальної дисципліни «Психодіагностика» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/24531>

2. Ічанська О.М., Власова-Чмерук О.В. Навчально-методичний комплекс навчальної дисципліни «Методика проведення психологічної експертизи в різних галузях психології» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/24655>

3. Луппо С. Навчально-методичний комплекс навчальної дисципліни «Постстрессова реабілітація» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/25125>

4. Помиткіна Л.В., Гірчук О.В. Навчально-методичний комплекс навчальної дисципліни. «Психологія управління» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/24658>

5. Помиткіна Л.В., Гірчук О.В. Навчально-методичний комплекс навчальної дисципліни «Психологія праці» [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/24659>

6. Яковицька Л.С. Навчально-методичний комплекс навчальної дисципліни «Інженерна та авіаційна психологія». [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://er.nau.edu.ua/handle/NAU/36226>

7. Iatsyshyn, A.V., Kovach, V.O., Romanenko, Y.O., Deinega, I.I., Iatsyshyn, A.V., Popov, O.O., Kutsan, Y.G., Artemchuk, V.O., Burov, O.Yu., Lytvynova, S.H. Application of augmented reality technologies for preparation of specialists of new technological era (2020) CEUR Workshop Proceedings, 2547, pp. 181-200.

8. Луцький М.Г. Методологія інформатизації науково-практичного супроводження експлуатації авіаційної техніки / Інженерія програмного забезпечення. – 2011. – №1(5). – С.25-34.

## ЗМІСТ

<i>БОЙКО-БУЗИЛЬ Юлія</i>	<i>Професійне та особистісне становлення керівників системи МВС України</i>	3
<i>CASA NOVA António CORDEIRO Raul</i>	<i>Psychological Support and Intervention in Accidents in Forest Fire Fighting by Aviation</i>	7
<i>ГОРСЬКИЙ Олексій</i>	<i>Вплив емоційних станів на когнітивні властивості пілота</i>	11
<i>Kasım TATLILIOĞLU</i>	<i>An Overall Evaluation on Community Mental Health Services</i>	15
<i>БОРЦОВ Микола, ПОМИТКІНА Любов</i>	<i>Аналіз психологічних аспектів проведення розслідувань в екстремальних та несприятливих умовах</i>	21
<i>РОМАНЕНКО Оксана</i>	<i>Напрями психологічної допомоги особистості в умовах пост-травми</i>	25
<i>КОЛЕСНІЧЕНКО Олександр, МАЦЕГОРА Яніна</i>	<i>Визначення внеску окремих мотивів у ефективність службово-бойової діяльності військовослужбовців Національної гвардії України</i>	31

<i>ХОХЛІНА Олена</i>	<i>Зміст складових особистості як концептуальна основа забезпечення становлення професіонала</i>	<i>35</i>
<i>КРИВОПИШИНА Олена</i>	<i>Особистісний досвід як предиктор формування життєвих перспектив студентів</i>	<i>40</i>
<i>ОТИЧ Олена</i>	<i>Сучасні психологічні підходи до визначення посттравматичного стресового розладу</i>	<i>44</i>
<i>ПОМИТКІН Едуард</i>	<i>Підготовка майбутніх психологів до самореалізації в екстремальних умовах</i>	<i>48</i>
<i>МОСКАЛЬОВА Людмила, ПОДПЛЬОТА Світлана</i>	<i>Модернізація виховного процесу в освітньому просторі України</i>	<i>52</i>
<i>ЯКОВИЦЬКА Лада</i>	<i>Значущість складових професійної культури для розвитку особистості майбутнього фахівця</i>	<i>56</i>
<i>Kasım TATLILIOĞLU</i>	<i>Effective Psychological Counseling at School Mental Health Services</i>	<i>60</i>

ПОМИТКІНА Любов	Психологічний симбіоз як предиктор співзалежних стосунків у студентів технічного ВУЗу	66
МОСКАЛЬОВА Людмила, ПІНІГІНА Юлія	Виховання особистості старшого школяра засобами української літератури як сучасний ефективний напрям виховної роботи вчителя ЗЗСО	69
ЛОЗОВА Оксана, ГОРБЕНКО Світлана	Подолання комунікативних бар'єрів під впливом стрес-факторів	75
БАРЧІ Беата	Психологічний супровід осіб, які втратили роботу	79
КОСТЮ Світлана	Психологічні особливості розвитку особистості фахівця екстремальних професій	84
ВОРОНОВА Ольга, БАРЧІЙ Магдалина	Психологічна готовність як складова комплексної підготовки фахівців до діяльності в екстремальних умовах	91

СИНИШИНА Вікторія, МАРІОНДА Іван	Інтерактивні технології навчання як чинник розвитку професійних здібностей майбутніх психологів-практиків	97
ПОЛЯНИЧКО Олена, СОВГІРЯ Тетяна	Збереження психічного здоров'я: психодинамічна парадигма	105
ДОРОФЕЙ Світлана	Психологічна безпека в освітньо-науковому просторі України	110
ДУТКЕВИЧ Тетяна	Схильність до стресів як чинник конфліктної поведінки студентів	114
ВІНТОНЯК Вікторія, НЕДВИГА Олег	Психологічні особливості військово-професійної діяльності офіцера	119
КУЗІНА Вікторія	Психологічні аспекти формування гендерної культури військовослужбовців	123
КОВАЛЬЧУК Олександр, НЕСТЕРЕНКО Наталія	Професійно-особистісна активність військового керівника як фактор розвитку його управлінської культури	126

ПАНЧУК Наталія	Теоретичні аспекти дослідження ціннісного компоненту в професійній підготовці сучасних студентів	130
ГРЕБЕНЮК Марина	Вироблення здатності до психологічної мобілізації військовослужбовців підрозділів спеціального призначення у контексті здійснення психологічної підготовки	135
МОСЯКОВА Ірина	Автономія особистості у закладах позашикільної освіти: актуалізація теорії функціональної автономії Гордона Олпорта	139
ГАВРИЛЬКЕВИЧ В'ячеслав, ПОДКОРИТОВА Лариса	Використання тренінгових технологій для розвитку навичок саморегуляції у студентів	143
ВРЖЕСНЕВСЬКИЙ Іван, ЛУКАШОВА Інна	Аналіз свідомого та несвідомого у ставленні майбутніх фахівців повітряного транспорту до фізичної підготовки	148



ІЧАНСЬКА Олена	Складові життєстійкості бортпровідників у контексті ефективності професійної діяльності	152
ЗАМУРНЯК Олександр	Військова освіта та психологічні проблеми військовослужбовців в умовах сучасності	155
PODKOPAYEVA Анна, PODKOPAIEVA Yuliia	The Influence of Information Space on the Formation of the Child's Personality	160
СЕЧЕЙКО Олена	Психологічні чинники ефективності командної роботи льотних екіпажів	164
ВЛАСОВА-ЧМЕРУК Оксана	Процеси соціального порівняння як проблема користувачів соціальних мереж	167
ЧЕРНЯВСЬКА Світлана	Про вивчення психологічної готовності студентів-пілотів цивільної авіації до професійної діяльності	171
ВАРХОЛА Роман	Емпіричне дослідження психологічних детермінантів бойового стресу	175

<i>РИКОВ Олександр</i>	<i>Провідні мотиви професійної діяльності пілотів цивільної авіації</i>	<i>180</i>
<i>ГОРДІЄНКО Катерина</i>	<i>Діджиталізація психологічного насильства студентської молоді</i>	<i>182</i>
<i>ЯРМОЛЬЧИК Марія</i>	<i>Декомпресія як форма первинної психологічної реабілітації</i>	<i>187</i>
<i>КУХАРЧУК Наталія</i>	<i>Теоретико-методологічний аналіз проблеми амбівалентності у філософсько-психологічних дослідженнях</i>	<i>192</i>
<i>КРАВЧЕНКО Юлія</i>	<i>Психологічна готовність до батьківства як умова збереження психічного здоров'я батьків</i>	<i>197</i>
<i>ЧЕРЕВКО Олександр</i>	<i>Особливості збереження психічного та духовного здоров'я особистості в умовах значних емоційних та інформаційних навантажень</i>	<i>201</i>

<i>ФЕДОРЕЦЬ Антоніна</i>	<i>Актуальні проблеми модернізаційних процесів різних форм навчання в освітньо-науковому просторі України, пов'язані з пандемією</i>	<i>204</i>
<i>ЛИСОГОР Вікторія</i>	<i>Соціально - психологічна адаптація та психологічна допомога особам, які брали участь у військових конфліктах.</i>	<i>210</i>
<i>ФАРЕНЮК Юлія</i>	<i>Профіль майбутнього спеціаліста у сфері авіаційної психології</i>	<i>215</i>

НАУКОВЕ ЕЛЕКТРОННЕ ВИДАННЯ

**АВІАЦІЙНА ТА ЕКСТРЕМАЛЬНА  
ПСИХОЛОГІЯ У КОНТЕКСТІ  
ТЕХНОЛОГІЧНИХ ДОСЯГНЕНЬ**

Збірник наукових праць

Тексти статей подано в авторській редакції

Електронне видання комбінованого використання на  
CD-ROM. Зам. №14-10.

Видавництво «Кафедра»

Посвідчення про внесення суб'єкта видавничої справи до державного  
реєстру видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої  
продукції серія ДК

№4175 від 20.10.2011 р.

04136, м. Київ, вул. Маршала Гречка, 13, оф. 117

тел./факс: (044) 501-18-30.

(067)442-98-78